



# SALUD TOTAL

## ¡BAJA DE PESO, VIVE MEJOR!



Este programa ofrece clases gratuitas e interactivas de una hora por 8 semanas.

**Suroeste de la Ciudad (SW OKC)**

**Southern Oaks Learning and Wellness Center**  
6728 S. Hudson Avenue  
Jueves 5:15 – 6:15 PM  
24 de enero – 14 de marzo.



Para inscribirte llama ahora al 425-4308 ó envía un correo electrónico a [totalwellness@occhd.org](mailto:totalwellness@occhd.org). Mayores de 18 años pueden participar.