



BlueCross BlueShield
of Texas

26.2 Actividades “Krazy Kool” para este Verano!

- 1 Prepararte para el Maratón de Niños de 2011: Corre un poquito cada día, y ¡toma agua!
- 2 Tomar una paseo por el campamento de Aguirre Spring – Prueba la caminata del sendero Pine Tree: 4 millas! \$3 al carro, al día.
- 3 Explorar petroglifos y arte antigua de piedra en el sitio Three Rivers Petroglyph. \$2 por coche.
- 4 Hacer su propia mezcla de comida saludable: cereal integral, fruta seca, y nueces.
- 5 Disfrutar un picnic en tu patio al fondo. Pon en tu mochilla muchas frutas y verdura.
- 6 Refrescarse en la piscina! Lista de parques y piscinas en El Paso: <http://www.elpasotexas.gov/parks/aquatics.asp>
- 7 Despiertarse con tu canción favorita! Ten una fiesta de baile para empezar el día!
- 8 Sirve 100% jugo de tu sabor favorito, en un vaso de papel. ¡Échale un palito de paleta, y congela para una paleta saludable!
- 9 Disfrutar las noches de domingo con Música Debaño de las Estrellas. Gratis en Chamizal Memorial Nacional, julio-agosto, 7:30-9:30 pm
- 10 Pasar el día en el Museo de Wilderness Park. Disfruta las exhibiciones y la naturaleza. ¡Admisión GRATIS!
- 11 ¡Chequear el mercado de Las Cruces para encontrar frutas y verduras saludables!
- 12 Llevar a el perro a pasear! ¿No tienes un perro? Ofrece a pasear al perro de su vecino!
- 13 ¡Visitar el carnaval para niños en el Festival del 4 de julio, en el centro!
- 14 Écharle verduras a la parrilla: Pimientos, champiñones, elote ¡Sabrosos!
- 15 Saltar cuerda: ¿Cuántos veces puedes saltar sin tocar la cuerda?
- 16 Visitar las Cuevas Aztecas en Franklin Mountain Parque Estatal, 1.5 millas. \$4/cada persona
- 17 Visitar la pista de Sunland Park 19 de junio para el Big Daddy Show de Coches – ¡una tradición para el Día de los Padres!
- 18 En lugar de ver televisión después de cenar, tomar una caminata con la familia en la vecindad.
- 19 Escapar el calor y pasa la tarde en Insights, el Museo de Ciencias.
- 20 Visitar los leones marinos en el zoológico de El Paso! El Día de la Océano es el 4 y 5 de junio \$5/adults, \$3/para niños menor de 12 años.
- 21 Chequear el Downtown Street Festival el 1& 2 de julio. ¡Música, cohetes, carnaval para niños, y más!
- 22 Mexclar una ensalada de frutas. ¡Usa dos frutas que nunca has comido!
- 23 Pasar el sábado por la mañana (de las 9 a 12:00) con los profesionales de Home Depot, en clases para niños.
- 24 Construir una piñata de agua: Llena una bolsa de basura de 10 galones con agua, lígala bien apretada, y cuélgala de un árbol. ¡Que diversión!
- 25 Chequear la Fiesta de las Flores el 2 hasta el 4 de septiembre
- 26 Crear una pista de obstáculos en tu patio o césped. ¡Invita a tus amigos a correrla!
- 26.2 Escuchar música de El Paso todos los “viernes de Alfresco” en el centro: 5:30-7:30pm en la plaza de Festival de Artes.

Parents and Teachers: Join our e-mail list and Facebook!

www.MarathonKids.org
www.facebook.com/MarathonKids