



JOIN GIRLS ON THE RUN

BUILD CONFIDENCE THAT LASTS A LIFETIME



Girls on the Run is an after school program like no other. Make new friends, get your body moving, achieve goals at your pace, gain new skills, and have TONS of fun with our brand new curriculum!

Hello, BOLD HEART!
We want you on our team!

Girlson
the**run**®

Team location: **Oquirrh Elementary**

Practice times: **Monday and Wednesday 3:40-4:50**

Team contact info: **lauren.bauer@jordandistrict.org**

Spring program: **begins the week of March 23 through May 30**

GIRLS LEARN HOW TO...



Build confidence to boldly share their thoughts, ideas, and feelings



Discover their Heart Power to speak up even when they feel nervous



Learn to listen deeply, show empathy, and invite others to speak up too



PROGRAM INCLUDES:

- 3rd-6th graders practicing twice a week for 8 weeks at your team location
- Fun lessons, team discussions and physical activities led by trained and caring coaches
- Girls on the Run shirt, water bottle, bag, journal, and lesson supplies
- End-of-season 5K on May 30th

★ **Girls on the Run is for every girl, NO EXCEPTIONS**

SIGN UP TODAY!



For more information and to register, visit girlsontherunutah.org



FINANCIAL ASSISTANCE



ABILITY MODIFICATIONS



SHOES FOR THOSE IN NEED



INVOLÚCRATE EN GIRLS ON THE RUN

¡FOMENTA LA CONFIANZA QUE DURA TODA LA VIDA!

Girls on the Run es un programa después de la escuela incomparable. Haz nuevas amigas, muévete el cuerpo, alcanza tus metas, aprenda nuevas habilidades y diviértete con nuestro nuevo currículo.



Hola, BOLD HEART!

¡Te queremos parte de nuestro equipo!

Girls on the run®

Lugar del equipo: **Oquirrh Elementary**

Horarios de entrenamiento: **Lunes y miércoles de 3:40 a 4:50**

Contacto: **lauren.bauer@jordandistrict.org**

Programa primaveral: **empieza la semana del 23 de marzo hasta el 30 de mayo**

LAS NIÑAS APRENDEN...



Generar confianza para expresar con audacia sus pensamientos, ideas y sentimientos.



Descubrir el poder de su corazón para alzar la voz, incluso cuando se sientan nerviosas.



Aprender a escuchar con atención, demostrar empatía e invitar a otras a que alcen sus voces también.

EL PROGRAMA INCLUYE:

- Las niñas del 3° a 6° grado practicando 2 veces a la semana por 8 semanas en el lugar de su equipo.
- Lecciones divertidas, discurso en grupo y actividad física por los entrenadores.
- Una camiseta de Girls on the Run, botella de agua, cuaderno y artículos para las lecciones
- 5k finales el 30 de mayo



¡INSCRÍBETE HOY!



Para más información y para inscribirse, visita a girls ontherunutah.org/es



Girls on the Run es para todas, SIN EXCEPCIONES



BECAS DISPONIBLES



MODIFICACIONES DE HABILIDAD



ZAPATOS PARA LOS NECESITADOS