

# Walk or Run To Better Health...

*Acompáñenos a la Cuarta*

## **5K Caminata/Corrida anual más a la Exposición de Acondicionamiento Físico y de Salud en el Centro Médico Regional Arrowhead**

*Comenzando en enero del 2010, usted podrá registrarse  
por adelantado por medio de nuestra página  
web: [www.arrowheadmedcenter.org](http://www.arrowheadmedcenter.org)*

**Sábado, 13 de marzo del 2010 en el ARMC**

**GRATIS**

**El registro comienza a las 7:00 a.m.,  
El calentamiento a las 8:00 a.m. y la Caminata/Corrida  
Aproximadamente a las 8:30 a.m.**

***El Corazón de Una  
Comunidad Saludable***



**ARROWHEAD REGIONAL MEDICAL CENTER**

909-580-1000 400 NORTH PEPPER AVENUE ▼ COLTON ▼ CALIFORNIA ▼ 92324