

Settle Down At Sun Down



Rough week? Do feel the tension in your body?

Come unwind and immerse yourself in nature. Enjoy a unique park experience that will leave you feeling rejuvenated and grounded after a series of wellness and relaxation exercises. This is a bilingual program for teens and adults.

*Please park at the second dirt parking lot to your left as you enter Doran Regional Park.

WHEN: Wednesday, July 18

6:30PM-8:00PM

WHERE: Bird Walk Coastal Access

201 Doran Beach Rd, Bodega Bay, CA 94923



Questions: 707.565.7888 or
irma.cuevas@sonoma-county.org

Relájense A La Puesta del Sol



¿Semana difícil? ¿Sienten tensión en el cuerpo?

Vengan a estirarse y a sumergirse en la naturaleza. Disfruten de una experiencia única en el parque, que los/las dejará sintiéndose rejuvenecidos y con los pies en la tierra después de una serie de ejercicios de bienestar y relajación. Este es un programa bilingüe para jóvenes y adultos.

Por favor de estacionarse en el segundo estacionamiento a su lado izquierdo después de entrar a Doran Regional Park.

CUANDO: Miércoles 18 de Julio

6:30PM-8:00PM

DONDE: Bird Walk Coastal Access

201 Doran Beach Rd, Bodega Bay, CA 94923



Preguntas: 707.565.7888 o
irma.cuevas@sonoma-county.org