



Free Event

STILL GOING STRONG

Getting older doesn't have to
mean giving up your favorite
activities.

Thur., Sept. 24th

**Marshall White Center
222 28th St, Ogden**



9:00 am - Noon

**9:00 - 10:00 Free
Exercise Class**

10:00-11:30 - Booths

**11:30-12:00- Tour of
Center**



**Simple steps, can reduce
your risk of a fall so you
can keep going the extra
mile -**

Join us to learn how.

**Refreshments -
Health Screening - fun booths**



**Raffles, Ankle weights, and
many more prizes!**



**WEBER
HUMAN
SERVICES**



MOUNTAINSTAR
**Ogden Regional
Medical Center**

Ogden
UTAH™
Marshall N. White
Community Center

ih Intermountain
Health

Riverdale
City



Evento Gratuito

SIGAMOS

FUERTES

Envejecer no significa que tenga
que dejar sus actividades
favoritas.

**Jueves, 24 de
Septiembre**

**Marshall White Center
222 28th St, Ogden**



9:00 am - mediodía

9:00 - 10:00 Clase de
ejercicio gratis

10:00 - 11:30 - Puestos
informativos

11:30 - 12:00 - Recorrido
por el centro

**Pasos sencillos pueden
reducir su riesgo de sufrir
una caída, para que pueda
seguir avanzando -
Acompañenos para
aprender cómo.**

**Refrigerios -
Evaluaciones de salud -
puestos divertidos**



**¡Rifas, pesas para los
tobillos y muchos premios
más!**



**WEBER
HUMAN
SERVICES**



MOUNTAINSTAR
**Ogden Regional
Medical Center**

Ogden
UTAH™
Marshall N. White
Community Center

ih Intermountain
Health

Riverdale
City