



Girls on the Run is for **EVERY** girl.



Girls on the Run is an **afterschool program like no other!**

Twice per week for 10 weeks, girls will have fun, make friends, increase their physical activity levels and learn important life skills. Trained and caring coaches lead 3rd - 5th-grade girls through interactive lessons and movement activities. The season ends with a celebratory 5K event.



Why it matters **It's fun. It's effective.**

Participating in Girls on the Run transforms girls' lives by helping them increase their self-confidence, develop healthy relationships, and feel good about themselves, inside and out.

SEASON DETAILS

Registration Opens: **January 30, 2023**

Program Starts: **February 27, 2023**

Program Location: **Our school!**

Program Fee: **\$125**

Financial Assistance is available

Questions? **Contact us via email at maicel.green@girlsontherun.org or via phone at 850-544-4849**



Girls who were the least active at the start of the program increased their physical activity by more than 40%*



97% of participants said they learned critical skills to manage emotions, resolve conflict, help others or make intentional decisions*

*Results based on a independent study conducted by Positive Youth Development expert Maureen R. Weiss, Ph.D.

Learn more and register today at <https://www.gotrpanhandle.org>



Girls on the Run es para **TODAS** las niñas



¡Girls on the Run es un programa extraescolar como ningún otro!

Dos veces por semana durante 10 semanas, las niñas se divertirán, harán amistades, aumentarán sus niveles de actividad física y aprenderán habilidades importantes para la vida. Entrenadores capacitados y atentos guían a las niñas de tercer a quinto grado a través de lecciones interactivas y actividades que requieren movimiento. La temporada termina con una carrera de celebración de 5 km.



¿Por qué es importante?
Es divertido. Es eficaz.

La participación en Girls on the Run transforma las vidas de las niñas ayudándolas a confiar en sí mismas, desarrollar relaciones sanas y sentirse bien consigo mismas, tanto interna como externamente.



Las chicas que estuvieron menos activas al inicio del programa aumentaron su actividad física en más del 40 %.



El 97 % de las participantes dijo que aprendió habilidades críticas para controlar las emociones, resolver los conflictos, ayudar a los demás o tomar decisiones intencionales.

*Resultados basados en un estudio independiente llevado a cabo por la especialista de Positive Youth Development, Mauren R. Weiss, Ph.D.

DETALLES DE LA TEMPORADA

Comienzo de la inscripción:

el 30 de enero de 2023

Comienzo del programa:

el 37 de febrero de 2023

Sitios del programa: ¡nuestra escuela!

Tarifa del programa: \$125

Ayuda financiera disponible.

Contacto:

- maicel.green@girlsontherun.org
- 850-544-4849

Obtén más información e insíbete hoy en <https://www.gotrpanhandle.org>