



### Six & under

- [Cooking Creations](#)
- [Crafts for Tots](#)
- [Dance Lessons](#)
- [Kick & Run Soccer](#)
- [Learn to Skate / Hockey](#)
- [Short Sports + Games](#)
- [T-Ball](#)
- [Playschool](#)
- [Play Pen](#)
- [Childminding](#)
- [Licensed Preschool](#)

### Six & up

- [Art Classes](#)
- [Atomic Volleyball](#)
- [Babysitter Certification](#)
- [Basketball](#)
- [Chess for Kids](#)
- [Cooking Lessons](#)
- [Drama Antics](#)
- [Flag Football](#)
- [Floor Hockey](#)
- [Guitar Lessons](#)
- [Hip Hop Dance](#)
- [Learn to speak Chinese](#)
- [Martial Arts](#)
- [Skating + Skill Development](#)
- [Soccer for Kids](#)
- [Tennis for Kids](#)
- [Free Youth Night \(Oct 26\)](#)

### Teens

- [Atomic Volleyball](#)
- [Cooking Courses](#)
- [Martial Arts](#)
- [Tennis for Teens](#)

### Adults

- [Art Classes](#)
- [Cooking Lessons](#)
- [Dance Lessons](#)
- [Healthy Food Courses](#)
- [Language Courses](#)
- [Learn about Perfume](#)
- [Photography](#)
- [Martial Arts](#)
- [Music Lessons](#)
- [Tai Chi](#)
- [50+ Volleyball](#)

### Swimming

- [Aquafit Programs](#)
- [Parent & Tot Lessons](#)
- [Preschool Swim Lessons](#)
- [Swim for Life Lessons](#)
- [Adult Swim Lessons](#)
- [Lifeguard Training](#)
- [First Aid Courses](#)

### Sports

- [Badminton](#)
- [Basketball](#)
- [Disc Golf](#)
- [Hockey](#)
- [Netball](#)
- [Pickleball](#)
- [Slo-Pitch](#)
- [Soccer](#)
- [Skating](#)
- [Tennis](#)
- [Volleyball](#)
- [PacificSport Okanagan](#)

### Fitness

- [Aqua Fitness](#)
- [Body Sculpt](#)
- [Cardio, Strength and Flexibility](#)
- [Chair Yoga](#)
- [Group Training](#)
- [Midlife Muscle + Hustle](#)
- [Mini + Me Bootcamp](#)
- [Pilates Programs](#)
- [Pre and Postnatal Fitness](#)
- [Pound](#)
- [Power Hour](#)
- [SHiNE / SHiNE + Uplift](#)
- [Spin Classes](#)
- [Yoga](#)
- [Zumba](#)

### Health

*Move for Your Health and specialty programs for older adults and injury and illness recovery.*

- [Arthritis Friendly Foods](#)
- [Cancer Exercise](#)
- [Diabetes: Holistic Perspective](#)
- [Fitness + Mobility \(FAME\)](#)
- [Group Training](#)
- [Heart Healthy Nutrition](#)
- [Minds in Motion](#)
- [Nutrition Courses](#)
- [Osteofit](#)
- [Parkinson's Exercise Class](#)
- [Strength + Flexibility for Aging](#)

Click to learn about:

### Access Programs

Adaptive programs tailored for all ages for people with cognitive & physical disabilities



Join us for **free** Family Fun at MNP Place  
October 27, 2024 | 1-4 p.m.

[kelowna.ca/recreation](https://kelowna.ca/recreation)