



# 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.**



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

### TEAM INFO:

**Location:** Sawnee Elementary

**Days of the Week:** Tuesday & Thursday

**Time:** 3:30–4:45

**Questions?:** Email Ashlan Short  
[ashort@forsyth.k12.ga.us](mailto:ashort@forsyth.k12.ga.us)

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

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

**Program Starts:** week of 2/5/2024

**Program Fee:**

Program fees starts at \$0 and is on a sliding scale based on household income.

LEARN MORE  
AND REGISTER



Learn more and register today at [www.girlsontherunatlanta.org/programs](http://www.girlsontherunatlanta.org/programs)



# 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.



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.

## INFORMACIÓN DEL EQUIPO:

**Location:** Sawnee Elementary

**Days of the Week:** Tuesday & Thursday

**Time:** 3:30–4:45

**Questions?:** Email Ashlan Short  
ashort@forsyth.k12.ga.us

\*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:** 1 de diciembre

**Comienzo del programa:**  
la semana del 5 de febrero

**Tarifa del programa:**

La tarifa del programa comienza en \$0 y se basa en una escala móvil según los ingresos del hogar.

OBTENGA MÁS  
INFORMACIÓN Y  
REGÍSTRESE



Obtenga más información y regístrese hoy en [www.girlsontherunatlanta.org/es/programs](http://www.girlsontherunatlanta.org/es/programs)