



Wellness Center: South Semoran

Address: 2285 S Semoran Blvd, Orlando, FL 32822

Phone Number: 407-845-8060



Monday Tuesday Wednesday Thursday Friday

**Physical Exercises*

**Social*

**Arts & Crafts*

**Educational*

				1 9am Coffee Time 10am Art & Craft 11am Education 1pm Bingo 2pm Dance 3pm Socialize
4 9am Coffee Time 10am Coloring 11am Zumba 1pm Yoga 2pm Socialize 3pm Domino	5 9am Coffee Time 10am Painting 11pm Socialize 1pm- 3pm Seminar to control diabetes	6 9am Coffee Time 10am Craft 11am Education 1pm Exercise 2pm Socialize 3pm Games	7 9am Coffee Time 10am Painting 11am Education 1pm Yoga 2pm Zumba 3pm Socialize	8 9am Coffee Time 10am Art & Craft 11am Education 12:00-3:30pm Back to School
11 9am Coffee Time 10am Coloring 11am Zumba 1pm Yoga 2pm Socialize 3pm Rummikub	12 9am Coffee Time 10am Craft 11am Education 1pm Exercise 2pm Dance 3pm Socialize	13 9am Coffee Time 10am Craft 11am Education 1pm Exercise 2pm Socialize 3pm Games	14 9am Coffee Time 10am Painting 11am Yoga 1pm Zumba 2pm HES 3pm Socialize	15 9am Coffee Time 10am Art & Craft 11am Education 1pm Bingo 2pm Dance 3pm Socialize
18 9am Coffee Time 10am Coloring 11am Zumba 1pm Yoga 2pm Socialize 3pm Domino	19 9am Coffee Time 10am Craft 11am Education 1pm Exercise 2pm Dance 3pm Socialize	20 9am Cafe 11am Pintar 1pm Motivational 2pm Socializar 3pm Rummikub	21 9am Coffee Time 10am Painting 11am Education 1pm Yoga 2pm Zumba 3pm Socialize	22 9am Coffee Time 10am Art & Craft 11am Education 1pm Bingo 2pm Dance 3pm Socialize
25 9am Coffee Time 10am Coloring 11am Zumba 1pm Yoga 2pm Socialize 3pm Rummikub	26 9am Coffee Time 10am Craft 11am Education 1pm Exercise 2pm Dance 3pm Socialize	27 9am Coffee Time 10am Craft 11am Education 1pm Exercise 2pm Socialize 3pm Games	28 9am Coffee Time 10am Painting 11am Education 1pm Yoga 2pm Zumba 3pm Socialize	29 9am Coffee Time 10am Art & Craft 11am Education 12:00-3:30pm Birthday's Celebration

SPECIAL EVENTS

August 08 – 12:00 pm. Back to school
(come in the best outfit of your time)

August 14 – 2:00 pm. Healthcare
Education Series: the power of prevention
with DR. Javier Rosario(ENG).

August 20 – 1:00 pm. Education:
Motivational

August 29– 12:00 pm. Birthday's
Celebration Bring Your Presents!



@imamedicalgroup



Centro de Bienestar: South Semoran
 Dirección: 2285 S Semoran Blvd, Orlando, FL 32822
 Teléfono: 407-845-8060



Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
*Ejercicios *Social *Manualidades *Educativa				1 9am Cafe 10am Ejercicio 12pm Educación 1pm Bingo 2pm Pintar 3pm Socializar
4 9am Cafe 10am Educación 11am Zumba 1pm Yoga 2pm Pintar 3pm Domino	5 9am Cafe 10am Pintar 11pm Socializar 1pm- 3pm Seminario para manejar la diabetes	6 9am Cafe 10am Pintar 12pm Ejercicio 1pm Educación 2pm Socializar 3pm Juegos	7 9am Cafe 10am Pintar 11am Educación 1pm Yoga 2pm Zumba 3pm Socializar	8 9am Coffee Time 10am Art & Craft 11am Education 12:00-3:30pm Devuelta a clases
11 9am Cafe 10am Educación 11am Zumba 1pm Yoga 2pm Manualidades 3pm Rummikub	12 9am Cafe 10am Artesania 12pm Educación 1pm Ejercicio 2pm Bailar 3pm Socializar	13 9am Cafe 10am Pintar 12pm Ejercicio 1pm Educación 2pm Socializar 3pm Juegos	14 9am Cafe 10am Pintar 11am Yoga 1pm Zumba 2pm HES 3pm Socializar	15 9am Cafe 10am Ejercicio 12pm Educación 1pm Bingo 2pm Pintar 3pm Socializar
18 9am Cafe 10am Educación 11am Zumba 1pm Yoga 2pm Pintar 3pm Domino	19 9am Cafe 10am Artesania 12pm Educación 1pm Ejercicio 2pm Bailar 3pm Socializar	20 9am Cafe 11am Pintar 1pm Motivacional 2pm Socializar 3pm Rummikub	21 9am Cafe 10am Pintar 11am Educación 1pm Yoga 2pm Zumba 3pm Socializar	22 9am Cafe 10am Ejercicio 12pm Educación 1pm Bingo 2pm Pintar 3pm Socializar
25 9am Cafe 10am Educación 11am Zumba 1pm Yoga 2pm Manualidades 3pm Rummikub	26 9am Cafe 10am artesania 12pm Educación 1pm Ejercicio 2pm Bailar 3pm Socializar	27 9am Cafe 10am Pintar 12pm Ejercicio 1pm Educación 2pm Socializar 3pm Juegos	28 9am Cafe 10am Pintar 11am Educación 1pm Yoga 2pm Zumba 3pm Socializar	29 9am Cafe 11am Educación 12pm/3pm Celebración de cumpleaños

EVENTOS ESPECIALES

Agosto 08 – 1:00 pm. Educación: Devuelta a clases (venir con el mejor atuendo de tu epoca)

Agosto 14– 2: 00 PM. Ciclo de Educación en Salud: El poder de la prevención con DR. Javier Rosario (SPN).

Agosto 20 – 1:00 pm. Educación: Motivacional.

Agosto 29 – 12:00 pm. Celebración de cumpleaños !trae tus regalos!

