



Wellness Center: Davenport

Address: 161 Webb Dr. Suite 100 Davenport, FL 333837

Phone Number: 407-789-1309



Monday Tuesday Wednesday Thursday Friday

*Physical Exercises

*Social

*Arts & Crafts

*Educational

				1 9am Kareoke 11am Craft 1pm Stretching 3pm Dominos
4 9am Socialize 10am Zumba 11am News 1pm Motivation 3pm Dominos	5 9am Craft 11am News 1pm Cardio 2pm Palabragram 3pm Dominos	6 9am Craft 11am Craft 1pm Seat Yoga 2pm Puzzle 3pm Dominos	7 9am Coffee 10am Craft 11am News 1pm Calisthenic 3pm Dominos	8 9am Bingo 1pm Stretching 2pm Kareoke 3pm Dominos
11 9am Socialize 10am Zumba 11am News 1pm Motivation 3pm Dominos	12 9am Craft 11am News 1pm Cardio 2pm Bingo 4pm Dominos	13 9am Craft 11am News 1pm Seat Yoga 2pm H.E.S 3pm Dominos	14 9am Coffee 10am Craft 11am News 1pm Calisthenic 3pm Dominos	15 9am Coffee 10am Spotlight 2pm Dominos 3pm Motivation
18 9am Socialize 10am Zumba 11am News 1pm Motivation 3pm Dominos	19 9am Craft 11am News 1pm Cardio 2pm Palabragram 3pm Dominos	20 9am Craft 11am News 1pm Seat Yoga 2pm Trouble 3pm Dominos	21 9am Coffee 10am Craft 1pm Calisthenic 3pm Dominos	22 9am Coffee 10am Stretching 11am News 1pm Puzzle 3pm Dominos
25 9am Socialize 10am Zumba 11am News 1pm Bingo 3pm Dominos	26 9am Craft 11am News 1pm Cardio 2pm Motivation 3pm Dominos	27 9am Craft 11am News 1pm Seat Yoga 3pm Dominos	28 9am Coffee 10am Craft 11am News 1pm Calisthenic 3pm Dominos	29 9am Coffee 10am Paitting 11am News 1pm Stretching 3pm Dominos

SPECIAL EVENTS

August 4,11,18 y 25 Zumba Class @10am
@ Norma Figueroa.

August 7,14,21 y 28 Calisthenc Class @
1pm @ Norma Figueroa.

August 13 @ 2pm Health Education Series
@ Dra. Santana. Topic: The Power of
Prevention.

August 15 @ 10am Spotlight Dra. Santana



@imamedicalgroup



Centro de Bienestar: **DAVENPORT**

Dirección: 161 Webb Dr. Suite 100 Davenport, FL 333837

Teléfono: 407-789-1309



Lunes

Martes

Miercoles

Jueves

Viernes

*Ejercicios

*Social

*Manualidades

*Educativa

4
9am **Socializar**
10am **Zumba**
11am **Noticias**
1pm **Motivación**
3pm **Dominos**

5
9am **Manualidad**
11am **Noticias**
1pm **Cardio**
2pm **Palabragrama**
3pm **Dominos**

6
9am **Manualidad**
11am **Noticias**
1pm **Yoga en Silla**
2pm **Rompecabeza**
3pm **Dominos**

7
9am **Cafecito**
10am **Manualidad**
11am **Noticias**
1pm **Calistenia**
3pm **Dominos**

1
9am **Kareoke**
11am **Manualidad**
1pm **Estiramiento**
3pm **Dominos**

8
9am **Bingo**
1pm **Estiramiento**
2pm **Kareoke**
4pm **Dominos**

11
9am **Socializar**
10am **Zumba**
11am **Noticias**
1pm **Motivación**
3pm **Dominos**

12
9am **Manualidad**
11am **Noticias**
1pm **Cardio**
2pm **Bingo**
4pm **Dominos**

13
9am **Manualidad**
11am **Noticias**
1pm **Yoga en Silla**
2pm **H.E.S.**
4pm **Dominos**

14
9am **Cafecito**
10am **Manualidad**
11am **Noticias**
1pm **Calistenia**
3pm **Dominos**

15
9am **Cafecito**
10am **Spotlight**
2pm **Dominos**
3pm **Motivación**

18
9am **Socializar**
10am **Zumba**
11am **Noticias**
1pm **Motivación**
3pm **Dominos**

19
9am **Manualidad**
11am **Noticias**
1pm **Cardio**
2pm **Palabragrama**
3pm **Dominos**

20
9am **Manualidad**
11am **Noticias**
1pm **Yoga en Silla**
2pm **"Problema"**
3pm **Bingo**

21
9am **Cafecito**
10am **Manualidad**
1pm **Calistenia**
3pm **Dominos**

22
9am **Cafecito**
10am **Estiramiento**
11am **Noticias**
1pm **Rompecabeza**
3pm **Dominos**

25
9am **Socializar**
10am **Zumba**
11am **Noticias**
1pm **Bingo**
3pm **Dominos**

26
9am **Manualidad**
11am **Noticias**
1pm **Cardio**
2pm **Motivación**
3pm **Dominos**

27
9am **Manualidad**
11am **Noticias**
1pm **Yoga en Silla**
3pm **Dominos**

28
9am **Cafecito**
10am **Manualidad**
1pm **Calistenia**
3pm **Dominos**

29
9am **Cafecito**
10am **Pintemos**
11am **Noticias**
1pm **Estiramiento**
3pm **Dominos**

EVENTOS ESPECIALES

Agosto 4,11,18 y 25 Clase de Zumba
@10am con Norma Figueroa.

Agosto 7,14,21 y 28 Clase de Calistenia @
1pm con Norma Figueroa.

Agosto 13 @ 2pm Serie Educativa de Salud
con Dra. Santana. Tema: El Poder de la
Prevención.

Agosto 15 2025 @ 10am Dra. Santana
"Spotlight"



@imamedicalgroup