

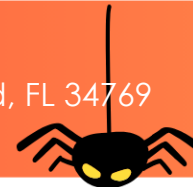


Oct 2025

Wellness Center: ST CLOUD

Address: 1495 Budinger Ave, St. Cloud, FL 34769

Phone Number: 407-593-9890



IMA
Medical Group

Monday Tuesday Wednesday Thursday Friday

		9am Exercise 1 10am Handicrafts 11am Lunch 1pm Painting 2pm Walk 3pm Coffee Time	9am Exercise 2 10am Jewelry 11am Lunch 1pm Puzzle 2pm Walk 3pm Coffee Time	9am Dance 3 10am Karaoke 11am Rummikub 1pm Bingo 2pm Coloring 3pm Walk
9am Motivational Talk 6 10:45am Zumba 11:45am Lunch 1pm Handicrafts 2pm Domino 3pm Coloring	9am Tai Chi 7 10am Rummikub 11am Lunch 1pm Word-Find 2pm Dance 3pm Coffee Time	9am Exercise 8 10am Handicrafts 11am Lunch 12pm Education 1pm Painting 2pm Walk 3pm Coffee Time	9am Exercise 9 10am Jewelry 11am Lunch 1pm Puzzle 2pm Walk 3pm Coffee Time	9am Dance 10 10am Karaoke 11am Rummikub 1pm Bingo 2pm Coloring 3pm Walk
9am Exercise 13 10am Motivational Talk 11am Lunch 1pm Handicrafts 2pm Domino 3pm Coloring	9am Tai Chi 14 10am Rummikub 11am Lunch 1pm Word-Find 2pm Dance 3pm Coffee Time	9am Exercise 15 10am Handicrafts 11am Lunch 1pm Painting 2pm Walk 3pm Coffee Time	9am Exercise 16 10am Jewelry 11am Lunch 1pm HES 2pm Walk 3pm Coffee Time	9am Dance 17 10am Karaoke 11am Rummikub 1pm Bingo 2pm Coloring 3pm Walk
9am Motivational Talk 20 10:45am Zumba 11:45am Lunch 1pm Handicrafts 2pm Domino 3pm Coloring	9am Tai Chi 21 10am Rummikub 11am Lunch 1pm Word-Find 2pm Dance 3pm Coffee Time	9am Exercise 22 10am Handicrafts 11am Lunch 1pm Painting 2pm Walk 3pm Coffee Time	9am Exercise 23 10am Jewelry 11am Lunch 1pm Puzzle 2pm Walk 3pm Coffee Time	9am Dance 24 10am Karaoke 11am Rummikub 1pm Bingo 2pm Coloring 3pm Walk
9am Exercise 27 10am Motivational Talk 11am Lunch 1pm Handicrafts 2pm Domino 3pm Coloring	9am Tai Chi 28 10am Rummikub 11am Lunch 1pm Word-Find 2pm Dance 3pm Coffee Time	9am Exercise 29 10am Handicrafts 11am Lunch 1pm Painting 2pm Walk 3pm Coffee Time	9am Exercise 30 10am Jewelry 11am Lunch 1pm Puzzle 2pm Walk 3pm Coffee Time	9am Dance 31 10am Karaoke 11am-3pm Birthday's & Halloween Celebration



SPECIAL EVENTS

Oct 6 - 10:45 am Zumba

Oct 8 - 12:00 pm Education by Vitas: Cancer Prevention, Presented by Sebastian Cardenas

Oct 16 - 1:00 pm Healthcare Education Series: Cancer Prevention For All by Dr. Melitza Lopez Valle (Spanish)

Oct 20 - 10:45 am Zumba

Oct 31 - Birthday's & Halloween Celebration

*Physical Exercises

*Social

*Arts & Crafts

*Educational



@imamedicalgroup

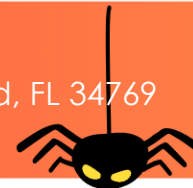


Oct 2025

Centro de Bienestar: ST CLOUD

Dirección: 1495 Budinger Ave, St. Cloud, FL 34769

Teléfono: 407-593-9890



IMA
Medical Group

Lunes

Martes

Miercoles

Jueves

Viernes

		9am Ejercicios 1 10am Manualidades 11am Merienda 1pm Pintura 2pm A Caminar 3pm Hora del Café	9am Yoga 2 10am Joyería 11am Merienda 1pm Rompecabeza 2pm A Caminar 3pm Hora del Café	9am A Bailar 3 10am Karaoke 11am Rummikub 1pm Bingo 2pm Colorear 3pm Hora del Café
9am Charla Motivadora 6 10:45am Zumba 11:45am Merienda 1pm Manualidades 2pm Domino 3pm Hora del Café	9am Tai Chi 7 10am Rummikub 11am Merienda 1pm Busca Palabras 2pm A Bailar 3pm Hora del Café	9am Ejercicios 8 10am Manualidades 11am Merienda 12pm Educación 1pm Pintura 2pm A Caminar 3pm Hora del Café	9am Yoga 9 10am Joyería 11am Merienda 1pm Rompecabeza 2pm A Caminar 3pm Hora del Café	9am A Bailar 10 10am Karaoke 11am Rummikub 1pm Bingo 2pm Colorear 3pm Hora del Café
9am Ejercicios 13 10am Charla Motivadora 11am Merienda 1pm Manualidades 2pm Domino 3pm Hora Del Café	9am Tai Chi 14 10am Rummikub 11am Merienda 1pm Busca Palabras 2pm A Bailar 3pm Hora del Café	9am Ejercicios 15 10am Manualidades 11am Merienda 1pm Pintura 2pm A Caminar 3pm Hora del Café	9am Yoga 16 10am Joyería 11am Merienda 1pm HES 2pm A Caminar 3pm Hora del Café	9am A Bailar 17 10am Karaoke 11am Rummikub 1pm Bingo 2pm Colorear 3pm Hora del Café
9am Charla Motivadora 20 10:45am Zumba 11am Merienda 1pm Manualidades 2pm Domino 3pm Hora del Café	9am Tai Chi 21 10am Rummikub 11am Merienda 1pm Busca Palabras 2pm A Bailar 3pm Hora del Café	9am Ejercicios 22 10am Manualidades 11am Merienda 1pm Pintura 2pm A Caminar 3pm Hora del Café	9am Yoga 23 10am Joyería 11am Merienda 1pm Rompecabeza 2pm A Caminar 3pm Hora del Café	9am A Bailar 24 10am Karaoke 11am Rummikub 1pm Bingo 2pm Colorear 3pm Hora del Café
9am Ejercicios 27 10am Charla Motivadora 11am Merienda 1pm Manualidades 2pm Domino 3pm Hora del Café	9am Tai Chi 28 10am Bummikub 11am Merienda 1pm Busca Palabras 2pm A Bailar 3pm Hora del Café	9am Ejercicios 29 10am Manualidades 11am Merienda 1pm Pintura 2pm A Caminar 3pm Hora del Café	9am Yoga 30 10am Joyería 11am Merienda 1pm Rompecabeza 2pm A Caminar 3pm Hora del Café	9am A Bailar 31 10am Karaoke 11am-3pm Celebración de Cumpleaños y Halloween



EVENTOS ESPECIALES

Oct 6 - 10:45 am Zumba

Oct 8 - 12:00 pm Educación con Vitas: Prevención de Cancer, presentado por Sebastian Cardenas

Oct 16 1:00 pm Serie de Educación De la Salud: Prevención del Cancer Para Todos, presentado por la Dra. Melitza Lopez.

Oct 20 - 10:45 am Zumba

Oct 31 - Celebración de Cumpleaños & Halloween

*Ejercicios

*Social

*Manualidades

*Educativa



@imamedicalgroup