



Dec 2025

Wellness Center: **ST CLOUD**

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

Phone Number: 407-593-9890



Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
1 9am Motivational Talk 10:45am Zumba 11:45am Lunch 1pm Handicrafts 2pm Domino 3pm Coffee Time	2 9am Tai Chi 10am Handicrafts 11am Lunch 1pm Word-Find 2pm Dance 3pm Coffee Time	3 9am Exercise 10am Rummikub 11am Lunch 1pm Painting 2pm Coloring 3pm Coffee Time	4 9am Yoga 10am Jewelry 11am Lunch 2pm Puzzle 3pm Coffee Time	5 9am Dance 10am Karaoke 11am Lunch 1pm HES 3pm Rummikub
8 9am Exercise 10am Motivational Talk 11am Lunch 1pm Handicrafts 2pm Domino 3pm Coffee Time	9 9am Tai Chi 10am Handicrafts 11am Lunch 1pm Wor-Find 2pm Dance 3pm Coffee Time	10 9am Exercise 10am Rummikub 11am Lunch 1pm Painting 2pm Coloring 3pm Coffee Time	11 9am Yoga 10am Jewelry 11am Lunch 1pm Walk 2pm Puzzle 3pm Coffee Time	12 9am Dance 10am Karaoke 11am Lunch 1pm-2pm Bingo 3pm Rummikub
15 9am Motivational Talk 10:45am Zumba 11:am Lunch 1pm Handicrafts 2pm Domino 3pm Coffee Time	16 9am Tai Chi 10am Handicrafts 11am Lunch 1pm Word-Find 2pm Dance 3pm Coffee Time	17 9am Exercise 10am Rummikub 11am Lunch 1pm Painting 2pm Coloring 3pm Coffee Time	18 9am Yoga 10am Jewelry 11am Lunch 1pm Walk 2pm Puzzle 3pm Coffee Time	19 9am Dance 10am Karaoke 11am-3pm Christmas & Birthday Celebration
22 9am Exercise 10am Motivational Talk 11am Lunch 1pm Handicrafts 2pm Domino 3pm Coffee Time	23 9am Tai Chi 10am Handicrafts 11am Lunch 1pm Word-Find 2pm Dance 3pm Coffee Time	24 9am Exercise 10am Rummikub 11am Lunch 1pm Painting 2pm Coloring 3pm Coffee Time	25 CHRISTMAS DAY CLOSED	26 9am Dance 10am Karaoke 11am Lunch 1pm-2pm Bingo 3pm Rommikub
29 9am Motivational Talk 10:45am Zumba 11L45am Lunch 1pm Handicrafts 2pm Domino 3pm Coffee Time	30 9am Tai Chi 10am Handicrafts 11am-3pm New Year's Eve Celebration	31 9am Exercise 10am Rummikub 11am Lunch 1pm Painting 2pm Coloring 3pm Coffee Time	*Physical Exercises *Social *Arts & Crafts *Educational	



SPECIAL EVENTS

Dec 1- 10:45 am Zumba

Dec 5 - 1:00 pm Healthcare Education Series: Mindful Holidays by Dr. Osvaldo Aviles (Spanish)

Dec 15 - 10:45 am Zumba

Dec 19 - 11:00 am- Christmas & Birthday Celebration

Dec 29 - 10:45 am Zumba

Dec 30 -11:00am New Year's Eve Celebration



@imamedicalgroup



Dic 2025

Centro de Bienestar: ST CLOUD

Dirección: 1495 Budinger Ave , St. Cloud, FL 34746

Teléfono: 407-593-9890



Lunes

Martes

Miercoles

Jueves

Viernes

9amCharla 1 Motivadora 10:45amZumba 11:45amMerienda 1pmManualidades 2pmDomino 3pmHora del Café	9amTai Chi 2 10amManualidades 11amMerienda 1pmBusca Palabras 2pm A bailar 3pmHora del Café	9amEjercicios 3 10amRummikub 11amMerienda 1pmPintura 2pmColorear 3pmHora del Café	9amYoga 4 10amJoyeria 11amMerienda 2pmRompecabeza 3pmHora del Café	9am A bailar 5 10amKaraoke 11amMerienda 1pmHES 3pmRummikub
9amEjercicios 8 10amCharla Motivadora 11amMerienda 1pmManualidades 2pmDomino 3pmHora del Café	9amTai Chi 9 10amManualidades 11amMerienda 1pmBusca Palabras 2pm A bailar 3pmHora del Café	9amEjercicios 10 10amRummikub 11amMerienda 1pmPintura 2pmColorear 3pmHora del Café	9amYoga 11 10amJoyeria 11amMerienda 1pm A Caminar 2pmRompecabeza 3pmHora del Café	9am A bailar 12 10amKaraoke 11amMerienda 1pm-2pm Bingo 3pmRummikub
9amCharla 15 Motivadora 10:45amZumba 11:45amMerienda 1pmManualidades 2pmDomino 3pmHora del Café	9amTai Chi 16 10amManualidades 11amMerienda 1pmBusca Palabras 2pm A bailar 3pmHora der Café	9amEjercicios 17 10amRummikub 11amMerienda 1pmPintura 2pm Colorear 3pmHora del Café	9amYoga 18 10amJoyeria 11amMerienda 1pm A Caminar 2pmRompecabeza 3pmHora del Café	9am A bailar 19 10amKaraoke 11am-3pm Celebración de Navidad & Cumpleaños
9amEjercicios 22 10amCharla Motivadora 11amMerienda 1pmManualidades 2pmDomino 3pmHora del Café	9amTai Chi 23 10amManualidades 11amMerienda 1pmBusca Palabras 2pm A bailar 3pmHora del Café	9amEjercicios 24 10amRummikub 11amMerienda 1pmPintura 2pmColorear 3pmHora del Café	25 Día de Navidad Cerrado	9am A bailar 26 10amKaraoke 11amMerienda 1pm2pm Bingo 3pmRummikub
9amCharla 29 Motivadora 10:45amZumba 11:45amMerienda 1pmManualidades 2pmDomino 3pmHora del Café	9amTai Chi 30 10amManualidades 11am-3pm Celebración de Vispera de año Nuevo	9amEjercicios 31 10amRummikub 11amMerienda 1pmPintura 2pmColorear 3pmHora del Café	*Ejercicios *Social *Manualidades *Educativa	



EVENTOS ESPECIALES

Dic 1 - 10:45 am Zumba

Dic 5 - 1:00 pm Serie de Educación de la Salud: Fiestas Conscientes, Presentado por el Dr. Osvaldo Aviles

Dic 15 - 10:45 am Zumba

Dic 19 - 11:00 am Celebración de Navidad & Cumpleaños

Dic 29 - 10:45 am Zumba

Dic 30 - 11:00am Celebración de Vispera de Año Nuevo



@imamedicalgroup