



Dec 2025

Wellness Center: **East Colonial**

Address: 7714 East Colonial Dr, Orlando FL 32807

Phone Number: 407-745-4581



Monday Tuesday Wednesday Thursday Friday

1 9am Zumba 10am Full Body 11am Art & Crafts 1pm Social Time 2pm Painting Class 3pm Word Search	2 9am Social Time 10am Muscle Exc 11am Health Semin 1pm Craft 2pm Playing games 3pm Gym	3 9am Zumba 10am Full Body 11am Art & Crafts 1pm Social Time 2pm Painting Class 3pm Word Search	4 9am Social Time 10am Muscle Exc 11am Health Semin 1pm Craft 2pm Playing games 3pm Gym	5 9am Social Time 10am Exercises 11am- 3pm Super Bingo & Christmas Sharings
8 9am Zumba 10am Full Body 11am Art & Crafts 1pm Social Time 2pm Painting Class 3pm Word Search	9 9am Social Time 10am Muscle Exc 11am Health Semin 1pm Craft 2pm Playing games 3pm Gym	10 9am Zumba 10am Full Body 11am Art & Crafts 1pm Social Time 2pm Painting Class 3pm Word Search	11 9am Social Time 10am Muscle Exc 11am Life Choice 1pm Craft 2pm Playing games 3pm Gym	12 9am Social Time 10am Exercises 11am Coffee Time 1pm Craft 2pm – 3pm Karaoke
15 9am Zumba 10am Full Body 11am Vitas 1pm Social Time 2pm Painting Class 3pm Word Search	16 9am Social Time 10am Muscle Exc 11am HES 1pm Craft 2pm Playing games 3pm Gym	17 9am Zumba 10am Full Body 11am Art & Crafts 1pm Social Time 2pm Painting Class 3pm Word Search	18 9am Social Time 10am Muscle Exc 11am Care Plus 1pm Craft 2pm Playing games 3pm Gym	19 9am Social Time 10am Reflexion on this year 11am – 3pm Christmas Party
22 9am Zumba 10am Full Body 11am Art & Crafts 1pm Social Time 2pm Painting Class 3pm Word Search	23 9am Social Time 10am Muscle Exc 11am Health Semin 1pm Craft 2pm Playing games 3pm Gym	24 9am Zumba 10am Full Body 11am Art & Crafts 1pm Social Time 2pm Painting Class 3pm Word Search	25 Happy Holidays Closed	26 9am Social Time 10am Art & Craft 11am Exercises 1pm Playing Games 2pm-3pm Karaoke
29 9am Zumba 10am Full Body 11am Art & Crafts 1pm Social Time 2pm Painting Class 3pm Word Search	30 9am Social Time 10am Muscle Exc 11am Health Semin 1pm Craft 2pm Playing games 3pm Gym	31 9am Zumba 10am Full Body 11am Art & Crafts 1pm Social Time 2pm Painting Class 3pm Word Search	*Physical Exercises *Social *Arts & Crafts *Educational	



SPECIAL EVENTS

Dec 2 & 9, 11pm-12PM

Living a Healthy Life

With Hector Rodriguez

Dec 5, 11pm-3pm

Super Bingo

Dec 11, 11pm-12pm

Visit and conference by Life Choice. Donation of toys and knitted hats made by our patients.

Dec 15, 11pm-12PM

Vitas

With Ancheryl Lopez

Dec 16, 11pm-12PM

Healthcare Education Series: Mindful Holidays

With Dr. Jorge Reyes

Dec 18, 11pm-12PM

Care Plus

With Susana Vazquez

December 19, 11pm-3pm

Pajama Party, Birthdays, Music



@imamedicalgroup



Dic 2025

Centro de Bienestar: East Colonial

Dirección: 7714 Colonial Dr, Orlando, FL 32807

Teléfono: 407-745-4581



Lunes

Martes

Miercoles

Jueves

Viernes

1 9am Zumba 10am Full Body 11am Manualidades 1pm Tiempo Social 2pm Clase de Pintura 3pm Sopa de Letras	2 9am Tiempo Social 10am Ejercicios 11am Educacion 1pm Artesanias 2pm Rummikub 3pm Gimnasio	3 9am Zumba 10am Full Body 11am Manualidades 1pm Tiempo Social 2pm Clase de Pintura 3pm Sopa de Letras	4 9am Tiempo Social 10am Ejercicios 11am Educacion 1pm Artesanias 2pm Rummikub 3pm Gimnasio	5 9am Tiempo Social 10am Ejercicios 11am-3pm Super Bingo y Compartir de Navidad
8 9am Zumba 10am Full Body 11am Manualidades 1pm Tiempo Social 2pm Clase de Pintura 3pm Sopa de Letras	9 9am Tiempo Social 10am Ejercicios 11am Educacion 1pm Artesanias 2pm Rummikub 3pm Gimnasio	10 9am Zumba 10am Full Body 11am Manualidades 1pm Tiempo Social 2pm Clase de Pintura 3pm Sopa de Letras	11 9am Tiempo Social 10am Ejercicios 11am Educacion 1pm Artesanias 2pm Rummikub 3pm Gimnasio	12 9am Tiempo Social 10am Ejercicios 11am Tiempo Social 1pm Artesanias 2pm- 3pm Karaoke
15 9am Zumba 10am Full Body 11am Vitas 1pm Tiempo Social 2pm Clase de Pintura 3pm Sopa de Letras	16 9am Tiempo Social 10am Ejercicios 11am HES 1pm Artesanias 2pm Rummikub 3pm Gimnasio	17 9am Zumba 10am Full Body 11am Manualidades 1pm Tiempo Social 2pm Clase de Pintura 3pm Sopa de Letras	18 9am Tiempo Social 10am Ejercicios 11am Care Plus 1pm Artesanias 2pm Rummikub 3pm Gimnasio	19 9am Tiempo Social 10am Reflexion del 2025 11am-3pm Fiesta de Navidad
22 9am Zumba 10am Full Body 11am Manualidades 1pm Tiempo Social 2pm Clase de Pintura 3pm Sopa de Letras	23 9am Tiempo Social 10am Ejercicios 11am Educacion 1pm Artesanias 2pm Rummikub 3pm Gimnasio	24 9am Zumba 10am Full Body 11am Manualidades 1pm Tiempo Social 2pm Clase de Pintura 3pm Sopa de Letras	25 Feliz Navidad Cerrado	26 9am Tiempo Social 10am Manualidades 11am Ejercicios 1pm Juegos 2 pm-3pm Karaoke
29 9am Zumba 10am Full Body 11am Manualidades 1pm Tiempo Social 2pm Clase de Pintura 3pm Sopa de Letras	30 9am Tiempo Social 10am Ejercicios 11am Educacion 1pm Artesanias 2pm Rummikub 3pm Gimnasio	31 9am Zumba 10am Full Body 11am Manualidades 1pm Tiempo Social 2pm Clase de Pintura 3pm Sopa de Letras	*Ejercicios *Social *Manualidades *Educatonal	



EVENTOS ESPECIALES

Dic 2 & 9, 11pm-12PM
 Vivir una Vida Saludable
 Con Hector Rodriguez

Dic 5, 11pm-3pm
 Super Bingo

Dic 11, 11pm-12pm
 Visita y Conferencia de Life Choice. Donacion de juguetes y gorritos hecho por los pacientes

Dic 15, 11pm-12PM
 Vitas
 Con Ancheryl Lopez

Dic 16, 11pm-12PM
 Serie de Educaci3n de la Salud: Fiestas Conscientes Con Dr. Jorge Reyes

Dic 18, 11pm-12PM
 Care Plus
 Con Susana Vazquez

Deciembre 19, 11pm-3pm
 Pajama Party, Birthdays y Musica



@imamedicalgroup