



Wellness Center: South Lakeland

Address: 4729 Hwy 98 South Lakeland FL 33812 suite201

Phone Number: 863-646-9663



Monday Tuesday Wednesday Thursday Friday

2 9am Coffee 10am Exercise 11am Dominoes 1pm Arts&Crafts 2pm News W/C 3pm Games	3 9am Coffee 10am Exercise 11am Dominoes 1pm Arts&Crafts 2pm Tech savvy 3pm Games	4 9am Coffee 10am Exercise 11am Dominoes 1pm Arts&Crafts 2pm Educational 3pm Games	5 9am Coffee 10am Exercise 11am Arts&Crafts 12pm lunch 1pm Bingo 2pm Tech savvy	6 9am Coffee 10am Tai Chi 11am Zumba 1pm Dominoes 2pm Arts&Crafts 3pm News W/C
9 9am Coffee 10am Exercise 11am Dominoes 1pm Arts&Crafts 2pm News W/C 3pm Games	10 9am Coffee 10am Exercise 11am Dominoes 1pm Arts&Crafts 2pm Tech Savvy 3pm Games	11 9am Coffee 10am Exercise 11am Dominoes 12pm Valentines P. 1pm Arts&Crafts 2pm Educational	12 9am Coffee 10am Exercise 11am Arts&Crafts 12pm Lunch 1pm Bingo 2pm Tech savvy	13 9am Coffee 10am Tai Chi 11am Zumba 1pm Dominoes 2pm Arts&Crafts 3pm News W/C
16 9am Coffee 10am Exercise 11am Dominoes 1pm Arts&Crafts 2pm News W/C 3pm Games	17 9am Coffee 10am Exercise 11am Dominoes 1pm Arts&Crafts 2pm Tech Savvy 3pm Games	18 9am Coffee 10am Exercise 11am Dominoes 1pm Arts&Crafts 2pm Educational 3pm Games	19 9am Coffee 10am Exercise 11am Arts&Crafts 12pm Lunch 1pm HES 2pm Bingo	20 9am Coffee 10am Tai Chi 11am Zumba 1pm Dominoes 2pm Arts&Crafts 3pm News W/C
23 9am Coffee 10am Exercise 11am Dominoes 1pm Arts&Crafts 2pm News W/C 3pm Games	24 9am Coffee 10am Exercise 11am Dominoes 1pm Arts&Crafts 2pm Tech Savvy 3pm Games	25 9am Coffee 10am Exercise 11am Dominoes 1pm Arts&Crafts 2pm Educational 3pm Games	26 9am Coffee 10am Exercise 11am Arts&Crafts 12pm Lunch 1pm Bingo 2pm Tech savvy	27 9am Coffee 10am Tai Chi 11am Zumba 1pm Dominoes 2pm Arts&Crafts 3pm News W/C

*Physical Exercises

*Social

*Arts & Crafts

*Educational

SPECIAL EVENTS

Health Education Series:
Power Combo- Registered
Dietitian Maria Alfaro will be
presenting Heart and Kidney
Health Presentation. Thursday
February 19th at 1:00pm

Valentines Day Party!
Wednesday February 11th
at 12:00pm

Let's get Fit and have fun! Don't
miss out on our Zumba class
every Friday at 11:30am!



@imamedicalgroup



Feb 2026

Centro de Bienestar: South Lakeland

Dirección: 4729 Hwy 98 S Lakeland FL 33812

Teléfono: 863-646-9663



Lunes Martes Miercoles Jueves Viernes

9am Café 10am Ejercicio 11am Dominoes 1pm Manualidade 2pm Noticias W/C 3pm Juegos	9am Café 10am Ejercicio 11am Dominoes 1pm Manualidade 2pm Ayuda Téc. 3pm Juegos	9am Café 10am Ejercicio 11am Dominoes 1pm Manualidade 2pm Educación 3pm Juegos	9am Café 10am Ejercicio 11am Manualidade 12pm Almuerzo 1pm Bingo 2pm Ayuda Téc.	9am Café 10am Tai Chi 11am Zumba 1pm Dominoes 2pm Manualidade 3pm Noticias W/C
9am Café 10am Ejercicio 11am Dominoes 1pm Manualidade 2pm Noticias W/C 3pm Juegos	9am Café 10am Ejercicio 11am Dominoes 1pm Manualidade 2pm Ayuda Téc. 3pm Juegos	9am Café 10am Ejercicio 11am Dominoes 12pm Valentin fiest. 1pm Manualidade 2pm Educación	9am Café 10am Ejercicio 11am Manualidade 12pm Almuerzo 1pm Bingo 2pm Ayuda Téc.	9am Café 10am Tai Chi 11am Zumba 1pm Dominoes 2pm Manualidade 3pm Noticias W/C
9am Café 10am Ejercicio 11am Dominoes 1pm Manualidade 2pm Noticias W/C 3pm Juegos	9am Café 10am Ejercicio 11am Dominoes 1pm Manualidade 2pm Ayuda Téc. 3pm Juegos	9am Café 10am Ejercicio 11am Dominoes 1pm Manualidade 2pm Educación 3pm Juegos	9am Café 10am Ejercicio 11am Manualidade 12pm Almuerzo 1pm HES 2pm Bingo	9am Café 10am Tai Chi 11am Zumba 1pm Dominoes 2pm Manualidade 3pm Noticias W/C
9am Café 10am Ejercicio 11am Dominoes 1pm Manualidade 2pm Noticias W/C 3pm Juegos	9am Café 10am Ejercicio 11am Dominoes 1pm Manualidade 2pm Ayuda Téc. 3pm Juegos	9am Café 10am Ejercicio 11am Dominoes 1pm Manualidade 2pm Educación 3pm Juegos	9am Café 10am Ejercicio 11am Manualidade 12pm Almuerzo 1pm Bingo 2pm Ayuda Téc.	9am Café 10am Tai Chi 11am Zumba 1pm Dominoes 2pm Manualidade 3pm Noticias W/C

*Ejercicios

*Social

*Manualidades

*Educativa

EVENTOS ESPECIALES

Serie de Educación de la Salud: Salud del Corazón y los Riñones con la Dietista Maria Alfaro el Jueves 19 de Febrero a las 1:00pm

Fiesta de San Valentín!- Miércoles 11 de Febrero a las 12:00pm

Vamos a Bailar y estar Saludables!! No te pierdas la clase de Zumba todos los Viernes a las!! 11:30am



@imamedicalgroup