



Wellness Center: East Colonial

Address: 7714 East Colonial Dr, Orlando FL 32827

Phone Number: 407 475-4581



Monday Tuesday Wednesday Thursday Friday

		9am Zumba 10am Total Body 11am Social Time 1pm Education 2pm Arts & Crafts 3pm Games	1 9am Res Exercise 10am Social Time 11am Education 1pm Arts & Crafts 3pm Rummikub	2 9am Reflection 10am Craft 11am Social Time 1pm Gym 2pm Education	3 9am Zumba 10am Total Body 11am Social Time 1pm Education 2pm Arts & Crafts 3pm Games
6 9am Zumba 10am Total Body 11am Social Time 1pm Education 2pm Arts & Crafts 3pm Domino	7 9am Workshop 10am Res Exercise 11am Social Time 1pm Weave 2pm Crafts 3pm Rummikub	8 9am Zumba 10am Total Body 11am Social Time 1pm Education 2pm Arts & Crafts 3pm Rummikub	9 9am Res Exercise 10am Social Time 11am Arts & Crafts 1pm Education 2pm Word-Finds 3pm Domino	10 9am Social Time 10am Education 12pm- 2pm Super Bingo 3pm Gym	
13 9am Zumba 10am Total Body 11am Social Time 1pm Education 2pm Arts & Crafts 3pm Games	14 9am Res Exercise 10am Social Time 11am Weave 1pm Education 2pm Word-Finds 3pm Domino	15 9am Zumba 10am Total Body 11am Social Time 1pm Education 2pm Arts & Crafts 3pm Games	16 9am Res Exercise 10am Social Time 11am Education 1pm Education 2pm Word-Finds 3pm Domino	17 9am Social Time 10am Education 11am Weave 1pm Bingo Reg 2pm Gym 3pm Word-Finds	
20 9am Zumba 10am Total Body 11am Social Time 1pm Education 2pm Arts & Crafts 3pm Rummikub	21 9am Social Time 10am Res Exercise 11am Education 1pm Arts & Crafts 2pm Word-Finds 3pm Domino	22 9am Zumba 10am Total Body 11am Social Time 1pm Education 2pm Arts & Crafts 3pm Rummikub	23 9am Res Exercise 10am Social Time 11am Education 1pm Arts & Crafts 2pm Word-Finds 3pm Domino	24 9am Reflection 10am Work-Finds 12am – 3:30pm Birthdays of the month	
27 9am Zumba 10am Total Body 11am Social Time 1pm Education 2pm Arts & Crafts 3pm Games	28 9am Res Exercise 10am Social Time 11am Arts & Crafts 1pm Education 2pm Word-Finds 3pm Domino	29 9am Zumba 10am Total Body 11am Social Time 1pm Education 2pm Arts & Crafts 3pm Games	30 9am Res Exercise 10am Social Time 11am Arts & Crafts 1pm Education 2pm Word-Finds 3pm Rummikub		

*Physical Exercises
 *Social
 *Arts & Crafts
 *Educational

SPECIAL EVENTS

April 2 – 11am: **Car Accident**
 By Angel Arroyo

April 7- 9:30am: **Workshop, How you see yourself**
 By Wanda Bruno

April 9-1:00pm: **Cornerstone Hospice**
 By Kelly McDonald

April 10- 12:00pm **Super Bingo**

April 13-12:00pm: **Love your life**
 By Hector Rodz

April 17 -10:00am: **Benefits of Laughter**
 By Bethzaida

April 23 – 11am: **Anciedad y Nutricion**
 By Susana Vazq (CarePlus)

April 24 – 12pm -3pm
Birthdays of the Month
Music, Cake



@imamedicalgroup

Lunes Martes Miercoles Jueves Viernes

		9am Zumba 1 10am Total Body 11am Tiempo Social 1pm Educacion 2pm Manualidad 3pm Juegos mesas	9am Ejer/fuerza 2 10am Tiempo Social 11am Educacion 1pm Manualidad 3pm Rummikub	9am Reflecion 3 10am Manualidad 11am Tiempo Social 1pm Gym 2pm Educacion
9am Zumba 6 10am Total Body 11am Tiempo Social 1pm Educacion 2pm Manualidad 3pm Domino	9am Taller 7 10am Ejer / fuerza 11am Tiempo Social 1pm Tejer 2pm Manualidad 3pm Rummikub	9am Zumba 8 10am Total Body 11am Tiempo Social 1pm Educacion 2pm Manualidad 3pm Juegos mesas	9am Ejer/ fuerza 9 10am Tiempo Social 11am Manualidad 1pm Educacion 2pm Word-finds 3pm Domino	9am Tiempo Social 10 10am Educacion 12pm- 2pm Super Bingo 3pm Gym
9am Zumba 13 10am Total Body 11am Tiempo Social 1pm Educacion 2pm Manualidad 3pm Juego de mesas	9am Ejer/fuerza 14 10am Tiempo Social 11am Tejer 1pm Educacion 2pm word-finds 3pm Rummikub	9am Zumba 15 10am Total Body 11am Tiempo Social 1pm Educacion 2pm Manualidad 3pm Juegos mesas	9am Ejer/ fuerza 16 10am Tiempo Social 11am Manualidad 1pm Educacion 2pm Word-finds 3pm Domino	9am Social Time 17 10am Educacion 11am Tejer 1pm Bingo Regular 2pm Gym 3pm Word-finds
9am Zumba 20 10am Total Body 11am Tiempo Social 1pm Educacion 2pm Manualidad 3pm Rummikub	9am Tiempo Social 21 10am Ejer/ Fuerza 11am Educacion 1pm Manualidad 2pm Word-finds 3pm Domino	9am Zumba 22 10am Total Body 11am Tiempo Social 1pm Educacion 2pm Manualidad 3pm Juegos mesas	9am Ejer/ fuerza 23 10am Tiempo Social 11am Educacion 1pm Manualidad 2pm Word-finds 3pm Domino	9am Reflecion 24 10am Word-Finds 12pm- 3:30pm Cumpleanos del mes
9am Zumba 27 10am Total Body 11am Tiempo Social 1pm Educacion 2pm Manualidad 3pm Juegos mesas	9am Ejer/fuerza 28 10am Tiempo Social 11am Manualidad 1pm Educacion 2pm Word-finds 3pm Domino	9am Zumba 29 10am Total Body 11am Tiempo Social 1pm Educacion 2pm Manualidad 3pm Juegos mesas	9am Ejer/ fuerza 30 10am Tiempo Social 11am Manualidad 1pm Educacion 2pm Word-finds 3pm Rummikub	*Ejercicios *Social *Manualidades *Educativa

EVENTOS ESPECIALES

Abr 2- 11am: Car Accident
By Angel Arroyo

Abril 7- 9:30am: Taller; Como teves tu mismo
By Wanda Bruno

Abril 9-1:00pm: Cornerstone Hospice
By Kelly McDonald

Abril 10- 12:00pm: Super Bingo

Abril 13- 12:00pm: Amor a tu Vida
By Hector Rodz

Abril 17- 10:00am: Beneficios de la Risa
By Bethzaida

Abril 23-11:00am; Anciedad y Nutricion
By Susana Vazq (CarePlus)

Abril 24-12pm-3pm
Cumpleanos del Mes

