



AUG2026

Wellness Center: East Colonial

Address: 7714 East Colonial Dr, Orlando FL 32807

Phone number: 407-745-4581



MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Education 2pm Weaves 3pm Rummikub	3	9am Gym 10am Ejer.Muscular 11am Education 1pm Paint 2pm Weaves 3pm Domino	4	9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Education 2pm Weaves 3pm Rummikub	5	9am Gym 10am Ejer.Muscular 11am Education 1pm Paint 2pm Weaves 3pm Domino	6	9am Social 10am Education 11am-1pm Bingo 2pm-3pm Karaoke	7
9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Education 2pm Weaves 3pm Rummikub	10	9am Social 10am Ejer. Muscular 11am Weaves 1pm Education 2pm Arts&Craft 3pm Domino	11	9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Education 2pm Weaves 3pm Rummikub	12	9am Social 10am Ejer. Muscular 11am Education 1pm Arts&Craft 2pm Weaves 3pm Domino	13	9am GYM 10am Education 12pm – 2pm Sup Bingo 3pm Rummikub	14
9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Education 2pm Weaves 3pm Rummikub	17	9am GYM 10am Ejer. Muscular 11am Weaves 1pm Education 2pm Arts&Craft 3pm Domino	18	9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Education 2pm Weaves 3pm Rummikub	19	9am Gym 10am Ejer.Muscular 11am Education 1pm Paint 2pm Weaves 3pm Domino	20	9am Social 10am Education 11am-1pm Bingo 2pm-3pm Karaoke	21
9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Education 2pm Weaves 3pm Rummikub	24	9am Social 10am Ejer. Muscular 11am Weaves 1pm Education 2pm Arts&Craft 3pm Domino	25	9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Education 2pm Weaves 3pm Rummikub	26	9am Social 10am Ejer. Muscular 11am Weaves 1pm Education 2pm Arts&Craft 3pm Domino	27	9am Reflecion 10am Social 11am 3pm Cumpleanos del Mes.	28
9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Education 2pm Weaves 3pm Rummikub	31							*Physical Exercises *Social *Arts & Crafts *Educational	

*Physical Exercises
 *Social
 *Arts & Crafts
 *Educational



SPECIAL EVENTS

Aug 12- 1pm-2 pm
 Conference Vitas
 By Anchery Lopez, Ms Annie

Aug 13- 11am -12 pm
 Education Program Care Pluss
 By Susana Vazquez

Aug14- 12pm a 2pm
 Super Bingo
 IMA

Aug 18 - 1pm- 2 pm
 Educational Serie;
 Pain Management
 By, Dra. Hernandez

Aug 19- 1pm-2pm
 Childhood Wounds
 By, Betzaida

Aug 28-10am -3pm
 Happy Birthday of month



@imamedicalgroup



AGO 2026

Centro de Bienestar: **East Colonial**

Dirección: 7714 East Colonial Dr Orlando FL 32807

Teléfono: 407-745-4581



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

3 9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Educacion 2pm Tejido 3pm Rummikub	4 9am Gym 10am Ejer. Muscular 11am Educacion 1pm Pintura 2pm Tejido 3pm Domino	5 9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Educacion 2pm Tejido 3pm Rummikub	6 9am Gym 10am Ejer. Muscular 11am Tejido 1pm Educacion 2pm Manualidad 3pm Domino	7 9am Social 10am Educacion 11am-1pm Bingo 2pm-3pm Karaoke
10 9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Educacion 2pm Tejido 3pm Rummikub	11 9am Social 10am Ejer. Muscular 11am Tejer 1pm Educacion 2pm Manualidad 3pm Domino	12 9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Educacion 2pm Tejido 3pm Rummikub	13 9am Social 10am Ejer. Muscular 11am Educacion 1pm Manualidad 2pm Tejido 3pm Domino	14 9am Gym 10am Educacion 12pm – 2pm Sup Bingo 3pm Rummikub
17 9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Educacion 2pm Tejido 3pm Rummikub	18 9am Gym 10am Ejer. Muscular 11am Tejer 1pm Educacion 2pm Manualidad 3pm Domino	19 9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Educacion 2pm Tejido 3pm Rummikub	20 9am Gym 10am Ejer. Muscular 11am Tejer 1pm Educacion 2pm Manualidad 3pm Domino	21 9am Gym 10am Educacion 11am-1pm Bingo 2pm-3pm Karaoke
24 9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Educacion 2pm Tejido 3pm Rummikub	25 9am Social 10am Ejer. Muscular 11am Tejer 1pm Educacion 2pm Manualidad 3pm Domino	26 9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Educacion 2pm Tejido 3pm Rummikub	27 9am Social 10am Ejer. Muscular 11am Tejer 1pm Educacion 2pm Manualidad 3pm Domino	28 9am Reflecion 10am Social 11am 3pm Cumpleanos del Mes.
31 9am Social 10am Zumba 11am Total Body 1pm Educacion 2pm Tejido 3pm Rummikub				

*Ejercicios

*Social

*Manualidades

*Educativa



EVENTOS ESPECIALES

Agosto 12- 1pm-2 pm
 Conferencia Vitas
 By Anchery Lopez, Ms Annie

Agosto 13- 11am -12 pm
 Conferencia Care Pluss
 By Susana Vazquez

Agosto 14- 12pm a 2pm
 Super Bingo
 IMA

Agosto 18 – 1pm- 2 pm
 Serie Educacional de Salud
 Manejo del Dolor
 By, Dra. Hernandez

Agosto 19- 1pm-2pm
 Heridas de la Infancia
 By, Betzaida

Agosto 28-10am -3pm
 Cumpleanos del Mes



@imamedicalgroup