



SEP 2023 -

Wellness Center: EAST COLONIAL

Address: 7714 East Colonial Drive, Orlando FL 32807

Phone number: (407) 745-4581



MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

					1 9am Reflection 10am Exercise 11am Coffee time 1pm Education 2pm Games 3pm Gym
	4 Holiday CLOSED	5 9am Exercise 10am Craft 11am Coffee time 1pm Education 2pm Games 3pm Gym	6 9am Zumba 10am Yoga 11am Coffee time 1pm Education 2pm Canvas 3pm Gym	7 9am Exercise 10am Weaving 11am Snacks 1pm Craft 2pm Games 3pm Gym	8 9am Reflection 10am Exercise 11am Coffee time 1pm Education 2pm Games 3pm Gym
11 9am Zumba 10am Yoga 11am Coffee time 1pm Education 2pm Painting 3pm Gym	12 9am Exercise 10am Craft 11am Coffee time 1pm Education 2pm Games 3pm Gym	13 9am Zumba 10am Yoga 11am Coffee time 12pm Education 2pm Canvas 3pm Gym	14 9am Exercise 10am Weaving 11am Snacks 1pm Craft 2pm Games 3pm Gym	15 9am Reflection 10am Exercise 11am Coffee time 1pm Education 2pm Games 3pm Gym	
18 9am Zumba 10am Yoga 11am Coffee time 1pm Education 2pm Painting 3pm Gym	19 9am Exercise 10am Craft 11am Coffee time 1pm Education 2pm Games 3pm Gym	20 9am Zumba 10am Yoga 11am Coffee time 1pm Education 2pm Canvas 3pm Gym	21 9am Exercise 10am Weaving 11am Snacks 1pm Craft 2pm Games 3pm Gym	22 9am Reflection 10am Exercise 11am Coffee time 1pm Education 2pm Games 3pm Gym	
25 9am Zumba 10am Yoga 11am Coffee time 1pm Education 2pm Painting 3pm Gym	26 9am Exercise 10am Craft 11am Coffee time 1pm Education 2pm Games 3pm Gym	27 9am Zumba 10am Yoga 11am Coffee time 1pm Education 2pm Canvas 3pm Gym	28 9am Exercise 10am Weaving 11am Snacks 1pm Craft 2pm Games 3pm Gym	29 9am Reflection 10am Exercise 11am Education 1pm Birthday	



SPECIAL EVENTS

SEP 13, 12PM – 1PM
Healthcare Education Series: Pain Awareness - Dr. Melitza Lopez

SEP 29, 1PM – 4PM
Happy Birthday of the month (Lunch, DJ, giveaways, surprises)

- Arts & Crafts
- Physical Exercises
- Educational
- Social





SEP 2023 -

Wellness Center: EAST COLONIAL

Address: 7714 East Colonial Drive, Orlando FL 32807

Phone number: (407) 745-4581



LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

					1
					9am Reflexion 10am Ejercicio 11am Merienda 1pm Educacion 2pm Juegos 3pm Gimnasio
	4	5	6	7	8
Feriado CERRADO	9am Ejercicio 10am Manualidades 11am Merienda 1pm Educacion 2pm Juegos 3pm Gimnasio	9am Zumba 10am Yoga 11am Merienda 1pm Educacion 2pm Canvas 3pm Gimnasio	9am Ejercicio 10am Tejido 11am Merienda 1pm Manualidades 2pm Juegos 3pm Gimnasio	9am Reflexion 10am Ejercicio 11am Merienda 1pm Educacion 2pm Juegos 3pm Gimnasio	
	11	12	13	14	15
9am Zumba 10am Yoga 11am Merienda 1pm Educacion 2pm Pintura 3pm Gimnasio	9am Ejercicio 10am Manualidades 11am Merienda 1pm Educacion 2pm Juegos 3pm Gimnasio	9am Zumba 10am Yoga 11am Merienda 12pm Educacion 2pm Canvas 3pm Gimnasio	9am Ejercicio 10am Tejido 11am Merienda 1pm Manualidades 2pm Juegos 3pm Gimnasio	9am Reflexion 10am Ejercicio 11am Merienda 1pm Educacion 2pm Juegos 3pm Gimnasio	
	18	19	20	21	22
9am Zumba 10am Yoga 11am Merienda 1pm Educacion 2pm Pintura 3pm Gimnasio	9am Ejercicio 10am Manualidades 11am Merienda 1pm Educacion 2pm Juegos 3pm Gimnasio	9am Zumba 10am Yoga 11am Merienda 1pm Educacion 2pm Canvas 3pm Gimnasio	9am Ejercicio 10am Tejido 11am Merienda 1pm Manualidades 2pm Juegos 3pm Gimnasio	9am Reflexion 10am Ejercicio 11am Merienda 1pm Educacion 2pm Juegos 3pm Gimnasio	
	25	26	27	28	29
9am Zumba 10am Yoga 11am Merienda 1pm Educacion 2pm Pintura 3pm Gimnasio	9am Ejercicio 10am Manualidades 11am Merienda 1pm Educacion 2pm Juegos 3pm Gimnasio	9am Zumba 10am Yoga 11am Merienda 1pm Educacion 2pm Canvas 3pm Gimnasio	9am Ejercicio 10am Tejido 11am Merienda 1pm Manualidades 2pm Juegos 3pm Gimnasio	9am Reflexion 10am Ejercicio 11am Merienda 1pm Cumpleanos del mes	



EVENTOS ESPECIALES

SEP 13, 12PM – 1PM
Serie educativa de Salud: Conciencia Del Dolor - Dr. Melitza Lopez

SEP 29, 1PM – 4PM
Celebración de cumpleaños del mes (almuerzo, DJ, premios, sorpresas)

- Manualidades
- Actividad física
- Educacional
- Social



@imamedicalgroup