

# Wesley Health & Wellness Center—Calendar of Events

## Noviembre 2024

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
 <p><i>Da las Gracias con un Corazón Agradecido</i></p> 				<b>1</b> <b>Clase de Costura:</b> 9:00a-12:00p <b>Baile en línea:</b> 9:00a-10:00a <b>Flex Fit:</b> 10:15a-10:45a <b>Baila2Fitness:</b> 11:00a-11:45a <b>50+:</b> 12:00p - 2:00p
<b>4</b> <b>Crianza de los hijos - Familias en crecimiento</b> <b>En Español:</b> 8:45a-10:45a <b>Baile en línea:</b> 9:00a-10:00a <b>Cardio Conditioning:</b> 10:00a-11:00a <b>Baila2Fitness:</b> 11:00a-11:45p <b>Liga de baloncesto:</b> 6:30pm-8:00pm	<b>5</b> <b>Clase de Acollchado:</b> 9:00a-11:00p <b>Crianza de los hijos: necesidades especiales</b> <b>En Español:</b> 9:30a-11:30a <b>Flex Fit:</b> 10:15a-10:45a <b>Crianza de los hijos - Familias en crecimiento</b> <b>En Español:</b> 12:30p-2:30p <b>Baila2Fitness:</b> 6:00p – 6:45p <b>¡Bazar de otoño! 10am-1pm</b> 	<b>6</b> <b>Clase de Ganchillo:</b> 9:00a-12:00p <b>Crianza de los hijos - Familias en crecimiento</b> <b>En Español:</b> 9:30a –11:30a <b>Baile en línea:</b> 9:00a-10:00a <b>Flex Fit:</b> 10:15a-10:45a <b>Baila2Fitness:</b> 11:00a-12:00p <b>Crianza de los hijos - Familias en crecimiento</b> <b>En Español:</b> 12:15p-2:15p <b>Cardio</b> 6:00p –6:45p	<b>7</b> <b>Clase de Joyería:</b> 9:00a-12:00p <b>Flex Fit:</b> 10:15a-10:45a <b>Cardio Conditioning:</b> 11:00a-12:00p <b>Liga de baloncesto:</b> 6:30pm-8:00pm	<b>8</b> <b>Clase de Costura:</b> 9:00a-12:00p <b>Baile en línea:</b> 9:00a-10:00a <b>Flex Fit:</b> 10:15a-10:45a <b>Baila2Fitness:</b> 11:00a-11:45a <b>50+:</b> 12:00p - 2:00p
<b>11</b> <b>Crianza de los hijos - Familias en crecimiento</b> <b>En Español:</b> 8:45a-10:45a <b>Baile en línea:</b> 9:00a-10:00a <b>Cardio Conditioning:</b> 10:00a-11:00a <b>Baila2Fitness:</b> 11:00a-11:45p <b>Liga de baloncesto:</b> 6:30pm-8:00pm	<b>12</b> <b>Clase de Acollchado:</b> 9:00a-12:00p <b>Venta de Rummage:</b> 10:00a -12:00p <b>Flex Fit:</b> 10:15a-10:45a <b>Baila2Fitness:</b> 6:00p – 6:45p <b>EN TODO Dad gracias</b> 	<b>13</b> <b>Clase de Ganchillo:</b> 9:00a-12:00p <b>Baile en línea:</b> 9:00a-10:00a <b>Flex Fit:</b> 10:15a-10:45a <b>Baila2Fitness:</b> 11:00a-12:00p <b>Cardio</b> 6:00p –6:45p	<b>14</b> <b>Clase de Joyería:</b> 9:00a-12:00p <b>Flex Fit:</b> 10:15a-10:45a <b>Cardio Conditioning:</b> 11:00a-12:00p	<b>15</b> <b>Clase de Costura:</b> 9:00a-12:00p <b>Baile en línea:</b> 9:00a-10:00a <b>Flex Fit:</b> 10:15a-10:45a <b>Baila2Fitness:</b> 11:00a-11:45a <b>FIESTA DE LA COSECHA! 5pm-7pm</b> 
<b>18</b> <b>Crianza de los hijos - Familias en crecimiento</b> <b>En Español:</b> 8:45a-10:45a <b>Baile en línea:</b> 9:00a-10:00a <b>Cardio Conditioning:</b> 10:00a-11:00a <b>Baila2Fitness:</b> 11:00a-11:45p	<b>19</b> <b>Clase de Acollchado:</b> 9:00a-12:00p <b>Flex Fit:</b> 10:15a-10:45a <b>Crianza de los hijos: necesidades especiales</b> <b>En Español:</b> 9:30a-11:30a <b>Crianza de los hijos - Familias en crecimiento</b> <b>En Español:</b> 12:30p-2:30p <b>Baila2Fitness:</b> 6:00p – 6:45p	<b>20</b> <b>Clase de Ganchillo:</b> 9:00a-12:00p <b>Crianza de los hijos - Familias en crecimiento</b> <b>En Español:</b> 9:30a –11:30a <b>Baile en línea:</b> 9:00a-10:00a <b>Flex Fit:</b> 10:15a-10:45a <b>Baila2Fitness:</b> 11:00a-12:00p <b>Crianza de los hijos - Familias en crecimiento</b> <b>En Español:</b> 12:15p-2:15p <b>Cardio</b> 6:00p –6:45p	<b>21</b> <b>Wesley Health &amp; Wellness Center está cerrado por reuniones de toda la organización.</b>  <b>La programación regular se reanuda el Viernes, 22 de Nov de 2024</b>  <b>Nos vemos el 22 de Noviembre!</b>	<b>22</b> <b>Clase de Costura:</b> 9:00a-12:00p <b>Baile en línea:</b> 9:00a-10:00a <b>Flex Fit:</b> 10:15a-10:45a <b>Baila2Fitness:</b> 11:00a-11:45a <b>50+:</b> 12:00p - 2:00p
<b>25</b> <b>Baile en línea:</b> 9:00a-10:00a <b>Cardio Conditioning:</b> 10:00a-11:00a <b>Baila2Fitness:</b> 11:00a-11:45p	<b>26</b> <b>agradecido Y BENDECIDO</b> 	<b>27</b> <b>Clase de Ganchillo:</b> 9:00a-12:00p <b>Baile en línea:</b> 9:00a-10:00a <b>Flex Fit:</b> 10:15a-10:45a <b>Baila2Fitness:</b> 11:00a-11:45p	<b>28</b> <b>FELIZ DIA De gracias</b> 	<b>29</b> <b>CERRANDO POR FESTIVOS</b> 

### Program Descriptions:



SERVING HUMANITY TO HONOR GOD

### ¡Bazar de otoño! Nov 5th |10am-1pm

Venta de artesanía y decoraciones festivas hechas a mano por nuestros clients!  
\*Sólo transacciones en efectivo\*

### Fiesta de la cosecha! Nov 15th | 5pm-7pm

Diversión gratuita para toda la familia con juegos, rifas, comida y mucho más!

Si tienes alguna pregunta sobre cualquiera de las clases de Recreación y Enriquecimiento, contáctanos al (210) 469-4191.