



MC Ponce - abril 2025

Lunes a Viernes

8:00 a.m. a 3:00 p.m.

www.facebook.com/MMM

Actividades diarias: manualidades, ejercicios y juegos de mesa.

Interesados pueden escribir a:

membersclubmembers@mmmhc.com

Kianna González Rodríguez 787-622-3000 Ext:57121 ó 939-739-4525

Fechas y horarios sujetos a cambios.

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
	1 10:00 a.m. Taller: Árbol creativo 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	2 9:00 a.m. Charla: Manejo de Diabetes Sección 6 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	3 10:00 a.m. Taller: Siembra la semilla *Actividades diarias	4 10:00 a.m. Taller: Casita de pájaro *Actividades diarias
7 10:00 a.m. Charla: Manejo de la depresión *Actividades diarias	8 10:00 a.m. Actividad: Nos vamos para la biblioteca 1:30 p.m. Charla: Plato nutricional 1:00 p.m. Programa de ejercicios (Video) *Actividades diarias	9 10:00 a.m. Actividad: No te rindas 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	10 10:00 a.m. Taller: "Diamond Art" *Actividades diarias	11 10:00 a.m. Actividad: Celebrando los nonagenarios y octogenarios *Actividades diarias
14 10:00 a.m. Actividad: Comparte tu destino vacacional *Actividades diarias	15 10:00 a.m. Actividad: Desfile de sombreros 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	16 10:00 a.m. Actividad: Decorando conejitos de pascuas 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	17 10:00 a.m. Actividad: Semana Santa *Actividades diarias	18 Members Club Cerrado Viernes Santo
21 10:00 a.m. Charla: Beneficio de Flexi card para gimnasio *Actividades diarias	22 10:00 a.m. Actividad: Comparte un café con amigos 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	23 10:00 a.m. Actividad: Bingo (Trae tu regalito) 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias	24 10:00 a.m. Actividad: Comparte tu receta *Actividades diarias	25 8:00 a.m. Actividad: Nos fuimos para Bayamón *Actividades diarias
28 10:00 a.m. Charla: Manejo de emociones *Actividades diarias	29 11:00 a.m. Actividad: "Pizza Day" 1:00 p.m. Clase de salsa *Actividades diarias	30 10:00 a.m. Taller: Pintura en canvas 1:00 p.m. Programa de ejercicios *Actividades diarias		