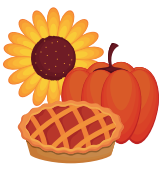
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
2 **9:00 Día de inscripciones con Irma** 9:30 Acolchado 10:15 Sanación con sonido y meditación 12:30 Bingo 1:30 Fuerza y tonificación ¡Regístrate hoy mismo!	**3** 9:30 Cribbage 10:15 Entrenamiento con pesas 10:30 Práctica del equipo de billar 12:30 Cerámica/Spades/ Ejercicios para la artritis 2:30 Viaje en minibús para compras: Walmart/Shop Rite 1:30 Escritura creativa con Barbara 1:30 Pinochle	**4** **9:00 Curso de seguridad vial de AARP** 9:30 Clase de arte **10:00 Ensayo de obr "El Grinch ridículo** 10:00 Bolos para Nintendo Switch **10:00 Programa de Educación sobre Preparación y Respuesta para Personas Mayores (PREPS)** de Meriden 10:15 Aeróbicos 10:30 Cribbage 12:30 Balance 12:30 Ejercicios de equilibrio 12:30 Doble Bingo	**5** 9:30 Clase de arte 10:00 Soporte técnico sénior 10:00 Ukelele 10:15 Baile 10:30 Práctica del equipo de billar 12:30 Dominó/Ganchillo/ Tai Chi-Qigong 12:30 Cerámica/Póquer/ 12:30 Minibús de compras: Stop & Shop/Popeye's	**6** **9:00 Comisión sobre el Envejecimiento y las Discapacidades** **10:00 Clase de lengua de señas con Lynn** 10:00 Bingo de 5 cartas **10:00 Excursión en minibús para almorzar: Golden Corral (Springfield, MA)** 10:00 Yoga 12:25 Setback (juego de cartas) **12:30 Prohibido realizar compras en minibús** **Color del día: borgoña**
9 9:30 Acolchado 10:15 Sanación con sonido y meditación 12:30 Bingo 1:30 Fuerza y tonificación	**10** 9:30 Cribbage 10:15 Entrenamiento con pesas 10:30 Práctica del equipo de billar **11:30 Excursión de un día: Jukebox 45 (Waterbury, CT)** 12:30 Cerámica/Spades/ Ejercicios para la artritis **12:30 Prohibido realizar compras en minibús** 2:30 Viaje en minibús para compras: Walmart/Shop Rite 1:30 Pinochle	**11** **CERRADO** **Día de los Veteranos** 	**12** 9:00 Reunión de la Guardia de Honor de Veteranos de Meriden 9:30 Clase de arte 10:00 Soporte técnico sénior 10:00 Ukelele 10:15 Baile **10:30 Celebración del día de los veteranos** 10:30 Práctica del equipo de billar 12:30 Dominó Ganchillo/ ~~Tai Chi-Qigong~~ 12:30 Cerámica/Póquer/ 12:30 Minibús de compras: Whole Foods	**13** 10:00 Yoga 12:25 Setback (juego de cartas) 12:30 Salida de compras en minibús: Big Y/Kohl's/Aldi's Goodwill/Dollar Tree **Color del día: Tartán**
16 9:30 Acolchado **10:00 ¡Manualidades con Theresa!** 10:15 Sanación con sonido y meditación 12:30 Bingo **12:30 divas de sombrero rojo** 1:30 Fuerza y tonificación	**17** 9:30 Cribbage **10:00 Presentación sobrela prevención de la diabetes con Susan Sewersky** 10:15 Entrenamiento con pesas 10:30 Práctica del equipo de billar 11:00 Servicios para veteranos con George Messier 12:30 Cerámica/Spades/ Ejercicios para la artritis 1:30 Pinochle 1:30 Escritura creativa con Barbara	**18** 9:30 Clase de arte **10:00 Programa de Educación sobre Preparación y Respuesta para Personas Mayores de Meriden (PREPS)** 10:00 Bolos para Nintendo Switch 10:15 Aeróbicos 10:30 Cribbage 12:30 Balance 12:30 Ejercicios de equilibrio 12:30 Doble Bingo	**19** 9:30 Clase de arte 10:00 Soporte técnico sénior 10:00 Ukelele 10:15 Baile 10:30 Práctica del equipo de billar **11:00 Fiesta de cumpleaños** **12:00 Orientación para nuevos miembros** 12:30 Dominó/Ganchillo/ Tai Chi-Qigong 12:30 Cerámica/Póquer 12:30 Salida de compras en minibús: Stop & Shop/Popeye's	**20** **10:00 Club de lectura con Barbara** 10:00 Yoga 12:25 Setback (juego de cartas) 12:30 Minibús de compras: Target/Mall/Dollar Tree/Aldi's **Color del día: Cárdigan o tu suéter favorito**
23 9:30 Acolchado **10:00 Pruebas gratuitas de A1c y clínica de equilibrio con Monitor My Health** 10:15 Sanación con sonido y meditación 12:30 Bingo 1:30 Fuerza y tonificación	**24** 9:30 Cribbage **10:00 Control de presión arterial (con Hunter's Ambulance)** **10:00 El ridículo Grinch (Ensayo de la obra)** 10:15 Entrenamiento con pesas 10:30 Práctica del equipo de billar 12:30 Cerámica/Spades/ Ejercicios para la artritis 12:30 Viaje en minibús para compras: Walmart/Shop Rite 1:30 Pinochle 1:30 Escritura creativa con Barbara	**25** 9:30 Clase de arte 10:00 Bolos para Nintendo Switch 10:15 Aeróbic 10:30 Cribbage 12:30 Balance 12:30 Equilibrio 12:30 Bingo	**26** **CERRADO** *Feliz Día de Acción de Gracias* 	**27** **CERRADO** 
30 9:30 Acolchado 10:15 Sanación con sonido y meditación 12:30 Bingo 1:30 Fuerza y tonificación				