



EAST L.A.
MAY
2024

Community Resource Center

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
<p>Classes in BLUE qualify for the My Rewards for a Healthy Life Program</p> <p>Classes in GREEN are by appointment and registration only.</p>	<p>CENTER SERVICES</p> <ul style="list-style-type: none"> Member Services Enrollment Services* <ul style="list-style-type: none"> Medi-cal, MediCare, Covered California, & CalFresh New Member Orientation <p>*Contact Center for Availability of Services</p> <p>ALL SERVICES AND CLASSES ARE FREE FOR EVERYONE!</p>	<p>The World of Juicing and Salads 9 - 10 a.m. Spa. 1</p> <p>Breakthrough Parenting Virtual 10 a.m. - 12 p.m. Spa. [6-9]</p> <p>Healthy Cooking [8 of 12] 10:15 - 12:15 a.m. Spa.</p> <p>Zumba 12:30 a.m. - 1:30 p.m.</p> <p>Pilates 1:45 - 2:45 p.m.</p> <p>CommUNITY Wellness Healthy Families 4:30 - 6 p.m. Spa.</p> <p>Breakthrough Parenting Virtual 4 - 6 p.m. Eng. [6-9]</p>	<p>Baby Item Distribution 10 - 11 a.m. 2</p> <p>Empowering Healthy Aging [6 of 9] (Ages 55+) 1:15- 2:45 p.m. Eng.</p> <p>Understanding High Blood Pressure 3 - 4 p.m. Spa.</p> <p>Kids Fitness Adventure 3 - 4 p.m.</p> <p>Boot Camp for Adults 4 - 5 p.m.</p>	<p>Sunrise Yoga 9 - 10 a.m. 3</p> <p>Anger Management Virtual [6-9] 9:30 - 11 a.m. Eng.</p> <p>Lap Read (Ages 0-5) 10:30 - 11:30 a.m. Spa.</p> <p>Diabetes Education 11 a.m. - 12 p.m. Eng.</p> <p>Nutrition and You 12 - 1 p.m. Eng.</p> <p>Strong by Zumba 1:15 - 2:15 p.m.</p> <p>Center Closed 2:30 - 4 p.m.</p>	<p>CENTER CLOSED</p>
<p>Cooking Matters 9 - 10:30 a.m. Spa. 6</p> <p>Life Skills 10:45 - 11:45 a.m. Spa.</p> <p>Circuit Training for Adults 12 - 1 p.m.</p> <p>Zumba 1:15 - 2:15 p.m.</p> <p>Tai Chi 2:30 - 3:30 p.m.</p> <p>Sunset Yoga 4 - 5 p.m.</p> <p>Kid's Art Club: Mother's Day Craft (Ages 5-12) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Cal-Fresh Application Assistance 9:30 a.m. - 5 p.m. 7</p> <p>Mommy & Me 9:30 - 10:30 a.m.</p> <p>Sleeping Well for the Emotional Well-being for Older Adults 10 - 11 a.m. Spa.</p> <p>Dance Aerobics (Intermediate) 11:30 a.m. - 12:30 p.m.</p> <p>Dance Aerobics (Beginner) 12:45 - 1:45 p.m.</p> <p>Lotería Fun! 2 - 3 p.m.</p> <p>Zumba Cardio Fusion 4 - 5 p.m.</p>	<p>Healthy Cooking Class Mother's Day Celebration 9 a.m. - 12 p.m. Spa. 8</p> <p>Breakthrough Parenting Virtual 10 a.m. - 12 p.m. Spa. [6-9]</p> <p>Zumba 12:30 a.m. - 1:30 p.m.</p> <p>Pilates 1:45 - 2:45 p.m.</p> <p>Breakthrough Parenting Virtual 4 - 6 p.m. Eng. [6-9]</p>	<p>CPR & First Aid (English) 10 a.m. - 1 p.m. 9</p> <p>Empowering Healthy Aging [7 of 9] (Ages 55+) 1:15- 2:45 p.m. Eng.</p> <p>Understanding High Blood Pressure 3 - 4 p.m. Spa.</p> <p>Kids Fitness Adventure 3 - 4 p.m.</p> <p>Boot Camp for Adults 4 - 5 p.m.</p>	<p>Sunrise Yoga 9 - 10 a.m. 10</p> <p>Anger Management Virtual [6-9] 9:30 - 11 a.m. Eng.</p> <p>Lap Read (Ages 0-5) 10:30 - 11:30 a.m. Spa.</p> <p>Diabetes Education 11 a.m. - 12 p.m. Eng.</p> <p>Nutrition and You 12 - 1 p.m. Eng.</p> <p>Mother's Day Treat 2:30 - 4:30 p.m.</p>	<p>CENTER CLOSED</p>
<p>Cooking Matters 9 - 10:30 a.m. Spa. 13</p> <p>Life Skills 10:45 - 11:45 a.m. Spa.</p> <p>Circuit Training for Adults 12 - 1 p.m.</p> <p>Zumba 1:15 - 2:15 p.m.</p> <p>Tai Chi 2:30 - 3:30 p.m.</p> <p>Sunset Yoga 4 - 5 p.m.</p>	<p>Cal-Fresh Application Assistance 9:30 a.m. - 5 p.m. 14</p> <p>Mommy & Me 9:30 - 10:30 a.m.</p> <p>Suicide Prevention Awareness 10 - 11 a.m. Spa.</p> <p>Dance Aerobics (Intermediate) 11:30 a.m. - 12:30 p.m.</p> <p>Dance Aerobics (Beginner) 12:45 - 1:45 p.m.</p> <p>How to Set Goals, Build a Budget & Save 2 - 3:30 p.m. Spa.</p> <p>Zumba Cardio Fusion 4 - 5 p.m.</p>	<p>The World of Juicing and Salads 9 - 10 a.m. Spa. 15</p> <p>Breakthrough Parenting Virtual 10 a.m. - 12 p.m. Spa. [6-9]</p> <p>Healthy Cooking [10 of 12] 10:15 - 12:15 a.m. Spa.</p> <p>Zumba 12:30 a.m. - 1:30 p.m.</p> <p>Pilates 1:45 - 2:45 p.m.</p> <p>Breakthrough Parenting Virtual 4 - 6 p.m. Eng. [6-9]</p>	<p>Food Pantry (Limited to first 100 People) 10 - 11 a.m. 16</p> <p>Empowering Healthy Aging [8 of 9] (Ages 55+) 1:15- 2:45 p.m. Eng.</p> <p>Hypertension Management (Cantonese) 1:30 - 2:45 p.m.</p> <p>Understanding High Blood Pressure 3 - 4 p.m. Spa.</p> <p>Kids Fitness Adventure 3 - 4 p.m.</p> <p>Boot Camp for Adults 4 - 5 p.m.</p>	<p>Sunrise Yoga 9 - 10 a.m. 17</p> <p>Anger Management Virtual [6-9] 9:30 - 11 a.m. Eng.</p> <p>Lap Read (Ages 0-5) 10:30 - 11:30 a.m. Spa.</p> <p>Diabetes Education 11 a.m. - 12 p.m. Eng.</p> <p>Nutrition and You 12 - 1 p.m. Eng.</p> <p>Strong by Zumba 1:15 - 2:15 p.m.</p>	<p>CENTER CLOSED</p>
<p>Cooking Matters 9 - 10:30 a.m. Spa. 20</p> <p>Life Skills 10:45 - 11:45 a.m. Spa.</p> <p>Circuit Training for Adults 12 - 1 p.m.</p> <p>Zumba 1:15 - 2:15 p.m.</p> <p>Tai Chi 2:30 - 3:30 p.m.</p> <p>Sunset Yoga 4 - 5 p.m.</p> <p>Kid's Art Club: Paint & Sip (Ages 5-12) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Cal-Fresh Application Assistance 9:30 a.m. - 5 p.m. 21</p> <p>Mommy & Me 9:30 - 10:30 a.m.</p> <p>How Much is too Much for Older Adults? 10 - 11 a.m. Spa.</p> <p>Dance Aerobics (Intermediate) 11:30 a.m. - 12:30 p.m.</p> <p>Dance Aerobics (Beginner) 12:45 - 1:45 p.m.</p> <p>Zumba Cardio Fusion 4 - 5 p.m.</p>	<p>The World of Juicing and Salads 9 - 10 a.m. Spa. 22</p> <p>Breakthrough Parenting Virtual 10 a.m. - 12 p.m. Spa. [6-9]</p> <p>Healthy Cooking [11 of 12] 10:15 - 12:15 a.m. Spa.</p> <p>Zumba 12:30 a.m. - 1:30 p.m.</p> <p>Pilates 1:45 - 2:45 p.m.</p> <p>Adult Art Workshop: Painting With Coffee 3:30 - 5:30 p.m.</p> <p>Breakthrough Parenting Virtual 4 - 6 p.m. Eng. [6-9]</p>	<p>CPR & First Aid (Spanish) 10 a.m. - 1 p.m. 23</p> <p>Empowering Healthy Aging [9 of 9] Graduation (Ages 55+) 1:15- 2:45 p.m. Eng.</p> <p>Hypertension Management (Cantonese) 1:30 - 2:45 p.m.</p> <p>Understanding High Blood Pressure 3 - 4 p.m. Spa.</p> <p>Kids Fitness Adventure 3 - 4 p.m.</p> <p>Boot Camp for Adults 4 - 5 p.m.</p>	<p>Sunrise Yoga 9 - 10 a.m. 24</p> <p>Anger Management Virtual [6-9] 9:30 - 11 a.m. Eng.</p> <p>Lap Read (Ages 0-5) 10:30 - 11:30 a.m. Eng.</p> <p>Diabetes Education 11 a.m. - 12 p.m. Spa.</p> <p>Nutrition and You 12 - 1 p.m. Eng.</p> <p>Strong by Zumba 1:15 - 2:15 p.m.</p>	<p>CENTER CLOSED</p>
<p>MEMORIAL DAY</p> <p>CENTER CLOSED</p>	<p>Cal-Fresh Application Assistance 9:30 a.m. - 5 p.m. 27</p> <p>Mommy & Me 9:30 - 10:30 a.m.</p> <p>Child Abuse Prevention and Resilience 10 - 11 a.m. Spa.</p> <p>Dance Aerobics (Intermediate) 11:30 a.m. - 12:30 p.m.</p> <p>Dance Aerobics (Beginner) 12:45 - 1:45 p.m.</p> <p>Zumba Cardio Fusion 4 - 5 p.m.</p>	<p>The World of Juicing and Salads 9 - 10 a.m. Spa. 28</p> <p>Breakthrough Parenting Virtual 10 a.m. - 12 p.m. Spa. [6-9]</p> <p>Healthy Cooking [12 of 12] Graduation 10:15 - 12:15 a.m. Spa.</p> <p>Zumba 12:30 a.m. - 1:30 p.m.</p> <p>Pilates 1:45 - 2:45 p.m.</p> <p>Breakthrough Parenting Virtual 4 - 6 p.m. Eng. [6-9]</p>	<p>Community Baby Shower 10 a.m. - 12 p.m. 29</p> <p>*Registration opens May 20*</p> <p>Blood Pressure Class [1 of 6] 1 - 3 p.m. Spa.</p> <p>Understanding High Blood Pressure 3 - 4 p.m. Spa.</p> <p>Kids Fitness Adventure 3 - 4 p.m.</p> <p>Boot Camp for Adults 4 - 5 p.m.</p>	<p>Sunrise Yoga 9 - 10 a.m. 30</p> <p>Anger Management Virtual [6-9] 9:30 - 11 a.m. Eng.</p> <p>Lap Read (Ages 0-5) 10:30 - 11:30 a.m. Spa.</p> <p>Diabetes Education 11 a.m. - 12 p.m. Spa.</p> <p>Nutrition and You 12 - 1 p.m. Eng.</p> <p>Strong by Zumba 1:15 - 2:15 p.m.</p> <p>Family Bonding 3 - 5 p.m.</p>	<p></p> <p>CRC Website</p>

Class space is limited (first come, first served). Classes are subject to change, rescheduling or cancellation without notice. Child care is provided while you attend a class. (Ages 4+)

**BE ACTIVE,
HEALTHY & INFORMED**

4801 Whittier Blvd
Los Angeles, CA 90022

CENTER HOURS:
Monday - Friday: 9 a.m. - 5 p.m.
Saturday: **CLOSED**

213.438.5570
CommunityResourceCenterLA.org



EAST L.A.
MAYO
2024

Community Resource Center

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
<p>La clases en Azul califican para el programa mis recompensas para una vida sana.</p> <p>Las clases en Verde son por cita y registro solamente.</p>	<p>SERVICIOS DEL CENTRO</p> <ul style="list-style-type: none"> Servicios a los miembros Servicios de Inscripción* <ul style="list-style-type: none"> Medi-cal, MediCare, Covered California, y CalFresh Orientación para nuevos miembros <p>*Comuníquese con el Centro para disponibilidad de Servicios</p> <p>TODOS LOS SERVICIOS Y LAS CLASES SON GRATIS ¡PARA TODOS!</p>	<p>El Mundo de Jugos y Ensaladas 9 - 10 a.m. Esp. 1</p> <p>Cultivando Familias Virtual 10 a.m. - 12 p.m. Esp. [📺]</p> <p>Cocinando Saludable [8 de 12] 10:15 - 12:15 a.m. Esp.</p> <p>Zumba 12:30 a.m. - 1:30 p.m.</p> <p>Pilates 1:45 - 2:45 p.m.</p> <p>CommUNITY Wellness Familias Saludables 4:30 - 6 p.m. Esp.</p> <p>Cultivando Familias Virtual 4 - 6 p.m. Ing. [📺]</p>	<p>Distribución de Productos Para Bebés 10 - 11 a.m. 2</p> <p>Empoderando el Envejecimiento Saludable [6 de 9] (Edades 55+) 1:15 - 2:45 p.m. Ing.</p> <p>Entendiendo la Presión Arterial Alta 3 - 4 p.m. Esp.</p> <p>Adventura de Fitness Para Niños 3 - 4 p.m.</p> <p>Boot Camp Para Adultos 4 - 5 p.m.</p>	<p>Sunrise Yoga 9 - 10 a.m. 3</p> <p>Clase de Manejo de la Ira [6-9] 9:30 - 11 a.m. Ing.</p> <p>Clase de Lectura (Edades 0-5) 10:30 - 11:30 a.m. Esp.</p> <p>Educación Diabética 11 a.m. - 12 p.m. Ing.</p> <p>Nutrición and Tú 12 - 1 p.m. Ing.</p> <p>Strong by Zumba 1:15 - 2:15 p.m.</p> <p>Centro Cerrado 2:30 - 4 p.m.</p>	
<p>Cocinado Saludable 9 - 10:30 a.m. Esp. 6</p> <p>Habilidades Para la Vida 10:45 - 11:45 a.m. Esp.</p> <p>Circuito de Entrenamiento Para Adultos 12 - 1 p.m.</p> <p>Zumba 1:15 - 2:15 p.m.</p> <p>Tai Chi 2:30 - 3:30 p.m.</p> <p>Sunset Yoga 4 - 5 p.m.</p> <p>Club de Arte Para Niños: Manualidad del día de la Madre (Edades 5-12) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Asistencia para Aplicaciones de Cal-Fresh 9:30 a.m. - 5 p.m. 7</p> <p>Mami y Yo 9:30 - 10:30 a.m.</p> <p>Dormir Bien Para el Bienestar Emocional Para Adultos Mayores 10 - 11 a.m. Esp.</p> <p>Baile Aeróbico (Intermedio) 11:30 a.m. - 12:30 p.m.</p> <p>Baile Aeróbico (Principiante) 12:45 - 1:45 p.m.</p> <p>Diversión de Lotería 2 - 3 p.m.</p> <p>Zumba Cardio Fusion 4 - 5 p.m.</p>	<p>Cocinando Saludable Celebración del día de la Madre 9 a.m. - 12 p.m. Esp. 8</p> <p>Cultivando Familias Virtual 10 a.m. - 12 p.m. Esp. [📺]</p> <p>Zumba 12:30 a.m. - 1:30 p.m.</p> <p>Pilates 1:45 - 2:45 p.m.</p> <p>Cultivando Familias Virtual 4 - 6 p.m. Ing. [📺]</p>	<p>RCP y Primeros Auxilios (Inglés) 10 a.m. - 1 p.m. 9</p> <p>Empoderando el Envejecimiento Saludable [7 de 9] (Edades 55+) 1:15 - 2:45 p.m. Ing.</p> <p>Entendiendo la Presión Arterial Alta 3 - 4 p.m. Esp.</p> <p>Adventura de Fitness Para Niños 3 - 4 p.m.</p> <p>Boot Camp Para Adultos 4 - 5 p.m.</p>	<p>Sunrise Yoga 9 - 10 a.m. 10</p> <p>Clase de Manejo de la Ira [6-9] 9:30 - 11 a.m. Ing.</p> <p>Clase de Lectura (Edades 0-5) 10:30 - 11:30 a.m. Esp.</p> <p>Educación Diabética 11 a.m. - 12 p.m. Ing.</p> <p>Nutrición and Tú 12 - 1 p.m. Ing.</p> <p>Regalo del Día de la Madre 2:30 - 4:30 p.m.</p>	
<p>Cocinado Saludable 9 - 10:30 a.m. Esp. 13</p> <p>Habilidades Para la Vida 10:45 - 11:45 a.m. Esp.</p> <p>Circuito de Entrenamiento Para Adultos 12 - 1 p.m.</p> <p>Zumba 1:15 - 2:15 p.m.</p> <p>Tai Chi 2:30 - 3:30 p.m.</p> <p>Sunset Yoga 4 - 5 p.m.</p>	<p>Asistencia para Aplicaciones de Cal-Fresh 9:30 a.m. - 5 p.m. 14</p> <p>Mami y Yo 9:30 - 10:30 a.m.</p> <p>Conciencia Para la Prevención del Suicidio 10 - 11 a.m. Esp.</p> <p>Baile Aeróbico (Intermedio) 11:30 a.m. - 12:30 p.m.</p> <p>Baile Aeróbico (Principiante) 12:45 - 1:45 p.m.</p> <p>Establecer Metas, Elaborar un Presupuesto y Ahorrar 2 - 3:30 p.m. Esp.</p> <p>Zumba Cardio Fusion 4 - 5 p.m.</p>	<p>El Mundo de Jugos y Ensaladas 9 - 10 a.m. Esp. 15</p> <p>Cultivando Familias Virtual 10 a.m. - 12 p.m. Esp. [📺]</p> <p>Cocinando Saludable [10 of 12] 10:15 - 12:15 a.m. Esp.</p> <p>Zumba 12:30 a.m. - 1:30 p.m.</p> <p>Pilates 1:45 - 2:45 p.m.</p> <p>Cultivando Familias Virtual 4 - 6 p.m. Ing. [📺]</p>	<p>Despensa de Alimentos (Limitado a las primeras 100 personas) 10 - 11 a.m. 16</p> <p>Empoderando el Envejecimiento Saludable [8 de 9] (Edades 55+) 1:15 - 2:45 p.m. Ing.</p> <p>Manejo de la Hipertensión (Cantonese) 1:30 - 2:45 p.m.</p> <p>Entendiendo la Presión Arterial Alta 3 - 4 p.m. Esp.</p> <p>Adventura de Fitness Para Niños 3 - 4 p.m.</p> <p>Boot Camp Para Adultos 4 - 5 p.m.</p>	<p>Sunrise Yoga 9 - 10 a.m. 17</p> <p>Clase de Manejo de la Ira [6-9] 9:30 - 11 a.m. Ing.</p> <p>Clase de Lectura (Edades 0-5) 10:30 - 11:30 a.m. Esp.</p> <p>Educación Diabética 11 a.m. - 12 p.m. Ing.</p> <p>Nutrición and Tú 12 - 1 p.m. Ing.</p> <p>Strong by Zumba 1:15 - 2:15 p.m.</p>	
<p>Cocinado Saludable 9 - 10:30 a.m. Esp. 20</p> <p>Habilidades Para la Vida 10:45 - 11:45 a.m. Esp.</p> <p>Circuito de Entrenamiento Para Adultos 12 - 1 p.m.</p> <p>Zumba 1:15 - 2:15 p.m.</p> <p>Tai Chi 2:30 - 3:30 p.m.</p> <p>Sunset Yoga 4 - 5 p.m.</p> <p>Club de Arte Para Niños: Pintar y Beber (Edades 5-12) 4 - 5 p.m.</p>	<p>Asistencia para Aplicaciones de Cal-Fresh 9:30 a.m. - 5 p.m. 21</p> <p>Mami y Yo 9:30 - 10:30 a.m.</p> <p>Cuánto es Demasiado Para Adultos Mayores 10 - 11 a.m. Esp.</p> <p>Baile Aeróbico (Intermedio) 11:30 a.m. - 12:30 p.m.</p> <p>Baile Aeróbico (Principiante) 12:45 - 1:45 p.m.</p> <p>Zumba Cardio Fusion 4 - 5 p.m.</p>	<p>El Mundo de Jugos y Ensaladas 9 - 10 a.m. Esp. 22</p> <p>Cultivando Familias Virtual 10 a.m. - 12 p.m. Esp. [📺]</p> <p>Cocinando Saludable [11 of 12] 10:15 - 12:15 a.m. Esp.</p> <p>Zumba 12:30 a.m. - 1:30 p.m.</p> <p>Pilates 1:45 - 2:45 p.m.</p> <p>Arte Para Adultos: Pintar con Café 3:30 - 5:30 p.m.</p> <p>Cultivando Familias Virtual 4 - 6 p.m. Ing. [📺]</p>	<p>RCP y Primeros Auxilios (Español) 10 a.m. - 1 p.m. 23</p> <p>Empoderando el Envejecimiento Saludable [9 de 9] Graduación (Edades 55+) 1:15 - 2:45 p.m. Ing.</p> <p>Manejo de la Hipertensión (Cantonese) 1:30 - 2:45 p.m.</p> <p>Entendiendo la Presión Arterial Alta 3 - 4 p.m. Esp.</p> <p>Adventura de Fitness Para Niños 3 - 4 p.m.</p> <p>Boot Camp Para Adultos 4 - 5 p.m.</p>	<p>Sunrise Yoga 9 - 10 a.m. 24</p> <p>Clase de Manejo de la Ira [6-9] 9:30 - 11 a.m. Ing.</p> <p>Clase de Lectura (Edades 0-5) 10:30 - 11:30 a.m. Esp.</p> <p>Educación Diabética 11 a.m. - 12 p.m. Ing.</p> <p>Nutrición and Tú 12 - 1 p.m. Ing.</p> <p>Strong by Zumba 1:15 - 2:15 p.m.</p>	
	<p>Asistencia para Aplicaciones de Cal-Fresh 9:30 a.m. - 5 p.m. 27</p> <p>Mami y Yo 9:30 - 10:30 a.m.</p> <p>Prevención de Abuso a Menores y Resiliencia 10 - 11 a.m. Esp.</p> <p>Baile Aeróbico (Intermedio) 11:30 a.m. - 12:30 p.m.</p> <p>Baile Aeróbico (Principiante) 12:45 - 1:45 p.m.</p> <p>Zumba Cardio Fusion 4 - 5 p.m.</p>	<p>El Mundo de Jugos y Ensaladas 9 - 10 a.m. Esp. 28</p> <p>Cultivando Familias Virtual 10 a.m. - 12 p.m. Esp. [📺]</p> <p>Cocinando Saludable [12 of 12] Graduación 10:15 - 12:15 a.m. Esp.</p> <p>Zumba 12:30 a.m. - 1:30 p.m.</p> <p>Pilates 1:45 - 2:45 p.m.</p> <p>Cultivando Familias Virtual 4 - 6 p.m. Ing. [📺]</p>	<p>Baby Shower Comunitario 10 a.m. - 12 p.m. 29</p> <p><i>*Inscripción se Abre el 20 de Mayo*</i></p> <p>Clase de Presión Arterial [1 de 6] 1- 3 p.m. Esp.</p> <p>Entendiendo la Presión Arterial Alta 3 - 4 p.m. Esp.</p> <p>Adventura de Fitness Para Niños 3 - 4 p.m.</p> <p>Boot Camp Para Adultos 4 - 5 p.m.</p>	<p>Sunrise Yoga 9 - 10 a.m. 30</p> <p>Clase de Manejo de la Ira [6-9] 9:30 - 11 a.m. Ing.</p> <p>Clase de Lectura (Edades 0-5) 10:30 - 11:30 a.m. Esp.</p> <p>Educación Diabética 11 a.m. - 12 p.m. Esp.</p> <p>Nutrición and Tú 12 - 1 p.m. Ing.</p> <p>Strong by Zumba 1:15 - 2:15 p.m.</p> <p>Noche de Unión Familiar 3 - 5 p.m.</p>	

Espacio de las clases es limitado (Se le sirve en orden de llegada). Las clases están sujetas a cambio, reprogramación o cancelación sin previo aviso. Cuidado de niños está disponible durante las clases. (Edades 4+)

SEA ACTIVO, SALUDABLE E INFORMADO



4801 Whittier Blvd
Los Angeles, CA 90022



HORARIO DEL CENTRO:
Lunes a Viernes: **9 a.m. - 5 p.m.**
Sábado: **Cerrado**



213.438.5570
CommunityResourceCenterLA.org