



Calendar grid with columns for MONDAY through SATURDAY. Each cell contains class names, times, and dates. Includes special notices like 'CENTER CLOSED' and 'CÉSAR CHÁVEZ DAY'.

Class space is limited (first come, first served). Classes are subject to change, rescheduling or cancellation without notice. Child supervision is provided while you attend a class (Ages4+). Must wear appropriate shoes for fitness classes.

BE ACTIVE, HEALTHY & INFORMED

2430 N. Broadway Los Angeles, CA 90031



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



213.294.2840 communityresourcecenterla.org



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
Lunes de Miembros 2 El Mundo de Jugos y Ensaladas 9 - 10 a.m. Inscripción de L.A. Metro Life 10 a.m. - 2 p.m. Cocinando Saludable para Adultos 10:15 - 11:45 a.m. Zumba 12 - 1 p.m.	Baila y Siente el Ritmo 3 10:30 - 11:30 a.m. Manejo de la Diabetes 1 12 - 1 p.m. (INGLES) LEER EN TODA AMERICA Encuentro con el Autor Libro Gratis Artes y Manualidades (Porfavor llamar para registrar) 2 - 5 p.m.	Yoga Suave 4 9 - 10 a.m. Yoga Activo 10:30 - 11:30 a.m. Ejercicio de Baile en Silla 3 - 4 p.m. Baila y Goza 4 - 5 p.m.	Zumba 5 9 - 10 a.m. Baila Ligero y Alegre 10 - 11 a.m. El Arte de Frutas y Vegetales 1 - 2 p.m. Cocinando Saludable para Niños (Edades 4+) 4 - 5 p.m.	Enfermedades Autoinmunes 6 11 a.m. - 12 p.m. Estación de la Imaginación: Club de Niños Constructores 3:45 - 4:45 p.m. Club de Corazones Creativos 3:45 - 4:45 p.m.	    
Lunes de Miembros 9 El Mundo de Jugos y Ensaladas 9 - 10 a.m. Inscripción de L.A. Metro Life 10 a.m. - 2 p.m. Cocinando Saludable para Adultos 10:15 - 11:45 a.m. Zumba 12 - 1 p.m. Arte y Manualidades: El Día de La Mujer 3 - 4 p.m.	Baila y Siente el Ritmo 10 10:30 - 11:30 a.m. Manejo de la Diabetes 2 12 - 1 p.m. (INGLES) RCP y Primeros Auxilios (INGLES) (Edad 14 años y mas) Registrarse en freecprla.org 1 - 4 p.m. Heblemos sobre la Salud Mental 3 - 4 p.m.	Yoga Suave 11 9 - 10 a.m. Yoga Activo 10:30 - 11:30 a.m. Ejercicio de Baile en Silla 3 - 4 p.m. Baila y Goza 4 - 5 p.m.	Zumba 12 9 - 10 a.m. Baila Ligero y Alegre 10 - 11 a.m. El Arte de Frutas y Vegetales 1 - 2 p.m. Cocinando Saludable para Niños (Edades 4+) 4 - 5 p.m.	Inscripción de L.A. Metro Life 13 10 a.m. - 2 p.m. El Impacto de las Toxinas y la Salud de las Mujeres 11 a.m. - 12 p.m. Manualidades Familiares 2 - 3 p.m. Estación de la Imaginación: Club de Niños Constructores 3:45 - 4:45 p.m. Club de Corazones Creativos 3:45 - 4:45 p.m.	
Lunes de Miembros 16 El Mundo de Jugos y Ensaladas 9 - 10 a.m. Inscripción de L.A. Metro Life 10 a.m. - 2 p.m. Cocinando Saludable para Adultos 10:15 - 11:45 a.m. Zumba 12 - 1 p.m. Lotería: Cartas y Conexiones 2 - 2:45 p.m.	Baila y Siente el Ritmo 17 10:30 - 11:30 a.m. Manejo de la Diabetes 3 12 - 1 p.m. (INGLES) RCP y Primeros Auxilios (ESPAÑOL) (Edad 14 años y mas) Registrarse en freecprla.org 1 - 4 p.m. Hablemos sobre la Salud Mental 3 - 4 p.m.	Yoga Suave 18 9 - 10 a.m. Yoga Activo 10:30 - 11:30 a.m. Manejo de la Diabetes (VIETNAMITA) (Tiếng Việt) 12 - 1 p.m. Ejercicio de Baile en Silla 3 - 4 p.m. Baila y Goza 4 - 5 p.m.	Zumba 19 9 - 10 a.m. Baila Ligero y Alegre 10 - 11 a.m. El Arte de Frutas y Vegetales 1 - 2 p.m. Cocinando Saludable para Niños (Edades 4+) 4 - 5 p.m.	Inscripción de L.A. Metro Life 20 10 a.m. - 2 p.m. Experiencias y Necesidades de las Personas con Discapacidad 11 a.m. - 12 p.m. Manejo de la Diabetes 1 (CANTONÉS)(了解更年期) 1:30 - 3 p.m. Discapacidades del Desarrollo 2 - 4 p.m. Club de Corazones Creativos 3:45 - 4:45 p.m.	
Lunes de Miembros 23 El Mundo de Jugos y Ensaladas 9 - 10 a.m. Inscripción de L.A. Metro Life 10 a.m. - 2 p.m. Cocinando Saludable para Adultos 10:15 - 11:45 a.m. Zumba 12 - 1 p.m. Cafesito con Sabor Comunitario 2 - 3:30 p.m.	Baila y Siente el Ritmo 24 10:30 - 11:30 a.m. Manejo de la Diabetes 4 12 - 1 p.m. (INGLES) Hablemos sobre la Salud Mental 3 - 4 p.m.	Yoga Suave 25 9 - 10 a.m. Hora de Cuentos y Manualidades (Todos son bienvenidos) 10 - 11 a.m. Yoga Activo 10:30 - 11:30 a.m. Ejercicio de Baile en Silla 3 - 4 p.m. Baila y Goza 4 - 5 p.m.	Zumba 26 9 - 10 a.m. Baila Ligero y Alegre 10 - 11 a.m. El Arte de Frutas y Vegetales 1 - 2 p.m. Cocinando Saludable para Niños (Edades 4+) 4 - 5 p.m.	Club de Cocina para Adultos 27 1 - 2 p.m. Manejo de la Diabetes 2 (CANTONÉS)(高血壓管理) 1:30 - 3 p.m. El Mercado de Alimentos Gratuitos de Milo (hasta agotar existencias) 3 - 6 p.m.	
Lunes de Miembros 30 El Mundo de Jugos y Ensaladas 9 - 10 a.m. Inscripción de L.A. Metro Life 10 a.m. - 2 p.m. Cocinando Saludable para Adultos 10:15 - 11:45 a.m. Zumba 12 - 1 p.m.		ANARANJADO Clases divertidas y atractivas diseñadas especialmente para niños de 4 años en adelante al menos que se indique lo contrario junto al nombre de la clase. Califica para el programa mis recompensas por una vida sana	 Califican para el programa mis recompensas para una vida sana. VERDE Solo con cita previa y registro.	Inscripciones de Medi-Cal Lunes - Viernes 9 a.m. - 4 p.m. Inscripciones de CalFresh Lunes - Viernes 9 a.m. - 4 p.m. Servicio al Miembro Lunes - Viernes 9 a.m. - 4 p.m. Despensa de Alimentos Para Llevar Lunes - Viernes 9 a.m. - 4 p.m.	

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. Supervisión de niños está disponible durante las clases. (Edades 4+). Debe usar zapatos apropiados para las clases de ejercicios.

SEA ACTIVO, SALUDABLE E INFORMADO