

City of Los Angeles
 Department of Recreation & Parks
MID-VALLEY SENIOR CITIZEN CENTER
 8801 Kester Ave.
 Panorama City, Ca 91402
 818-892-0892



Noviembre 2024

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
					1  Dia De Los Muertos	2
3 Nuevo Actividades Semanales Coienzan Esta semana	4 Hora social y café 9:30 a. m. - 10:15 a. m.	5 Ejercicio de Bajo Impacto 10:00 a. m. - 10:45 a. m.	6 Ejercicio Básico 10:00a -10:45a	7 Arte con Ruthie 10:45a - 11:30a	8 Estiramientos Simples y Lotería	9
10	11 Veteran's Day Holiday CERRADO	12 Ejercicio de Bajo Impacto 10:00 a. m. - 10:45 a. m.	13 Ejercicio Básico 10:00a -10:45a	14 Cocinando Saludable 10:45a - 11:30a	15 Estiramientos Simples y Lotería	16
17	18 Hora social y café 9:30 a. m. - 10:15 a. m.	19 Ejercicio de Bajo Impacto 10:00 a. m. - 10:45 a. m.	20 Ejercicio Básico 10:00a -10:45a	21 Arte con Ruthie 10:45a - 11:30a	22 Estiramientos Simples y Lotería	23
24	25	26 Ejercicio de Bajo Impacto 10:00 a. m. - 10:45 a. m. Thanksgiving Feast	27 Ejercicio Básico 10:00a -10:45a	28  CERRADO	29 Día festivo	30

TODOS LOS PROGRAMAS SUJETOS A CAMBIOS O CANCELACIÓN SIN AVISO.
 LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD SON BIENVENIDAS A PARTICIPAR EN NUESTROS PROGRAMAS. SE HARÁN ACOMODACIONES RAZONABLES CON ARREGLOS PREVIOS.
 TENGA EN CUENTA QUE ALGUNAS ALOJAMIENTOS PUEDEN TARDAR 30 DÍAS O MÁS. POR FAVOR ENVÍE SU SOLICITUD DE ALOJAMIENTO LO ANTES POSIBLE.