

GMW MARCH ACTIVITIES 2020 SS

SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
1 	2 9:00 健康俱樂部(LI) 10:15 健康俱樂部(LI) 12:00 乒乓球!(LI) 	3 8:30 走一走小組 (MBSR) 9:30 血壓檢查 (GP) 10:00 喝杯咖啡 (MBSR) 2:00 護士教育 (MBSR) 	4 9:00 健康俱樂部 (LI) 10:15 健康俱樂部 (LI) 1:00 市民參與 (LI) 中心關閉 AT 2:00 pm	5 8:30 走一走小組 (Potiker) 8:30 瑜伽! (LI) 10:20 Bingo 小遊戲! (LI) 12:00 乒乓球!(LI) 	6 9-11 老年法律 (Clinical) 9:00 健康俱樂部 (LI) 10:15 健康俱樂部 (LI) 11:45 乒乓球!(LI) 1:00 星期五@电影! (LI) 	7 10:00 正念冥想(LI) 1:00 特別 Bingo 時間(LI) 
8 1:00 特別 Bingo 时间! (LI) 	9 9:00 健康俱樂部 (LI) 10:15 健康俱樂部(LI) 12:00 乒乓球!(LI) 	10 8:30 走一走小組 (MBSR) 9:00 Bingo 小遊戲! (LI) 9:30 血壓檢查 (GP) 10:00 喝杯咖啡 (MBSR) 10:10 UCSD 音乐会! (DR) 12:30 Sharp 介绍 (LI) 中心關閉 AT 2:00 pm	11 9:00 健康俱樂部 (LI) 9:30 字幕手機 (GP) 10:15 健康俱樂部 (LI) 1:00-3:00 跳舞你的健康方式(LI) 	12 8:30 走一走小組 (Potiker) 8:30 瑜伽! (LI) 9:45 烹飪示範! (DR) 10:20 Bingo 小遊戲! (LI) 1:00 Tai Chi! (LI) 2:30 乒乓球!(LI) 	13 9:00 健康俱樂部 (LI) 10:15 健康俱樂部 (LI) 11:45 乒乓球!(LI) 1:00 星期五@电影 (LI) 	14 11:30 椅上瑜伽! (LI) 
15 1:00 甜品派對(LI) 	16 9:00 健康俱樂部 (LI) 10:15 健康俱樂部 (LI) 12:00 乒乓球!(LI) 	17 8:30 走一走小組 (MBSR) 9:00 Bingo 小遊戲! (LI) 9:30 血壓檢查 (GP) 10:00 喝杯咖啡 (MBSR) 1:00 歷史傢伙! (LI) 2:30 乒乓球!(LI) St. Patrick's Day! 	18 9:00 健康俱樂部 (LI) 10:15 健康俱樂部(LI) 12:30 通訊委員會(LI) 1:00 籌款委員會 (LI) 1:30 市民參與 (LI) 2:30 生日聚會! (DR) 	19 8:30 走一走小組 (Potiker) 8:30 瑜伽! (LI) 11:30 PAWS 寵物食品! 2:30 乒乓球!(LI) 	20 9-11 老年法律 (Clinical) 9:00 健康俱樂部 (LI) 10:15 健康俱樂部 (LI) 11:45 乒乓球!(LI) 1:00 星期五@电影(LI)	21 1:00 特別 Bingo 時間! (LI) 
22 1:00 特別 Bingo 时间! (LI) 	23 9:00 健康俱樂部 (LI) 10:15 健康俱樂部 (LI) 12:00 乒乓球!(LI) 	24 8:30 走一走小組 (MBSR) 9:00 Bingo 小遊戲! (LI) 9:30 血壓檢查 (GP) 10:00 喝杯咖啡 (MBSR) 12:30 大聲寫出來! (LI) 1:15 按摩課 (MBSR) 2:30 SD 動物園的蘋果瀏覽器表示! (LI)	25 9:00 健康俱樂部(LI) 10:15 健康俱樂部(LI) 12:30 通訊委員會 (LI) 1:00 籌款委員會 (LI) 1:30 市民參與 (LI) 	26 8:30 走一走小組 (GMW) 8:30 瑜伽! (LI) 10:20 Bingo 小遊戲! (LI) 1:00 太極拳! (LI) 	27 9:00 健康俱樂部 (LI) 10:15 健康俱樂部(LI) 11:45 乒乓球!(LI) 1:00 星期五@电影 (LI) 	28 11:30 椅上瑜伽! 1:00 特別 Bingo 時間! (LI) 
29 1:00 特別 Bingo 时间! (LI) 	30 9:00 健康俱樂部 (LI) 10:15 健康俱樂部 (LI) 12:00 乒乓球!(LI) 	31 8:30 走一走小組 (MBSR) 9:00 Bingo 小遊戲! (LI) 9:30 血壓檢查 (GP) 10:00 喝杯咖啡 (MBSR) 10:30 乒乓球!(LI) 	 			 <p style="text-align: center;"> SERVING SENIORS 1525 Fourth Avenue San Diego, CA 92101 (619) 235-6538 *Activities subject to change </p>

GMW MARCH ACTIVITIES 2020 SS