

Programs at the William V. Musto Cultural Center

Senior Ceramics

Monday thru Friday
8:00 AM -12:00 PM

Meals on Wheels

Monday thru Friday
8:00 AM -12:00 PM

Senior Aerobics

Mondays, Wednesdays & Fridays
12:30 PM - 2:00 PM

Senior Yoga

Tuesdays & Thursdays
1:00 PM - 2:00 PM

Acting Classes for Seniors *NEW**

Thursdays (*Beginning Thursday, March 23rd, 2017*)
2:30 PM - 3:30 PM

Toastmasters International Public Speaking Club (English)

Tuesday Nights
7:30 PM - 9:00 PM

Toastmasters International Public Speaking Club (Spanish)

1st and 3rd Saturday of each month
9:00 AM - 11:00 AM

Autism Awareness

Tuesday Nights
6:00 PM to 8:00 PM

Zumba Class (Full Impact)

Mondays & Wednesdays
6:00 PM to 7:00 PM

Poetry for Seniors *NEW**

Wednesdays (Once per month starting on March 15th)
2:00 PM to 3:30 PM

Creative Wellness Program Art Class for Seniors *NEW**

Mondays and Thursdays
2:00 PM - 5:00 PM

WellCare Zumba Gold for Seniors ***NEW
March 7th & March 21st, April 11th, May 2nd & 23rd
2:30 PM - 4:00 PM
**Refreshments served*

WellCare Wellness Bingo for Seniors ***NEW
March 30th & April 19th
2:30 PM - 4:00 PM
**Refreshments served*

Palisades FSC Eat Right Stay Healthy Nutrition Class
Thursdays (*7 Week Program Starting May 4th*)
6:00 PM - 7:30PM

Programas en el William V. Musto Cultural Center

Cerámica Para Personas de la Tercera Edad
Lunes a Jueves
8:00 AM -12:00 PM

Meals on Wheels
Lunes a Viernes
8:00 AM -12:00 PM

Aerobica Para Personas de la Tercera Edad
Lunes, Miércoles y Viernes
12:30 PM - 2:00 PM

Yoga Para Personas de la Tercera Edad
Martes y Jueves
1:00 PM - 2:00 PM

Clases de Actuación para Adultos ***NUEVO
Jueves (*Comenzando el Jueves, 23 de Marzo, 2017*)
2:30 PM - 3:30 PM

Toastmasters International Public Speaking Club (En Inglés)
Martes
7:30 PM - 9:00 PM

Toastmasters International Public Speaking Club (En Español)
1^o y 3^o Sábado de cada mes
9:00 AM - 11:00 AM

Programa Informativo sobre el Autismo

Martes

6:00 PM to 8:00 PM

Zumba

Lunes y Miercoles

6:00 PM to 7:00 PM

Poesia *NUEVO**

Miércoles (Una vez al mes comenzando Marzo 15)

2:00 PM to 3:30 PM

Creative Wellness Clases de Arte Para Personas de la Tercera Edad *NUEVO**

Lunes y Jueves

2:00 PM - 5:00 PM

WellCare Zumba Para Personas de la Tercera Edad *NUEVO**

Marzo 7 y 21; Abril 11; Mayo 2 y 23

2:30 PM - 4:00 PM

**Se servira refrigerios*

WellCare Wellness Bingo Para Personas de la Tercera Edad *NUEVO**

Marzo 30 y Abril 19

2:30 PM - 4:00 PM

**Se servira refrigerios*

Palisades FSC Clases de Nutrición: Coma bien y mantenga su salud

Jueves (*Duración 7 semanas comensando Mayo 4*)

6:00 PM - 7:30PM