



**JUNE**

**2018**

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
 <p>Join us for some <b>SUMMER FUN!</b> ☀️ Kid-friendly classes all summer! ☀️</p> <p>Are you an L.A. Care Member? <b>Come to an Orientation!</b> Learn about your Medi-Cal benefits and receive a gift.*</p> <p>Classes in <b>blue</b> qualify for the <b>My Rewards for a Healthy Life Program.</b> Ask us how to get your reward for attending classes!</p> <p><small><sup>1</sup> Age restrictions apply. Must be accompanied by parent. *L.A. Care member will get a gift card only once for attending a Member Orientation class. One gift card per family. L.A. Care member (or guardian) must be present.</small></p>					
<p><b>Yoga</b> 10-11 a.m. <b>4</b></p> <p><b>My Plate</b> 11:30 a.m.-1:30 p.m. Sp</p> <p><b>Breakthrough Parenting Series [1 of 10]</b> 2-4 p.m. En</p> <p><b>Zumba Toning</b> 4-5 p.m.</p> <p><b>Healthy Living Boot Camp</b> ☀️ 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>Dance Aerobics</b> <b>5</b> 11 a.m.-12 p.m. &amp; 12-1 p.m.</p> <p><b>Stretching and Strengthening for Seniors</b> 1-2 p.m.</p> <p><b>Healthy Cooking</b> 3-5 p.m. Sp</p> <p><b>Zumba</b> 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>Eat Healthy, Live Healthy [5 of 7]</b> <b>6</b> 11 a.m.-12 p.m. Sp</p> <p><b>Tai Chi</b> ☀️ 3-4 p.m.</p> <p><b>Eat to Lower Blood Pressure [1 of 2]</b> 4-5 p.m. En/Sp</p> <p><b>Dance Aerobics</b> ☀️ (6 - 14 yrs old) 4-5 p.m. &amp; 5-6 p.m.</p> <p><b>DPSS - Medi-Cal Registered Dietitian Consultations</b> 10 a.m.-5 p.m. 10 a.m.-7 p.m.</p>	<p><b>Garden Workshop - NEVHC</b> <b>7</b> 9-10:30 a.m. En/Sp</p> <p><b>Dance Aerobics</b> 11 a.m.-12 p.m. &amp; 12-1 p.m.</p> <p><b>Breakthrough Parenting Series [1 of 10]</b> 2-4 p.m. Sp</p> <p><b>Juicing for a Healthy Life</b> 3:30-5 p.m. Sp</p> <p><b>Zumba</b> 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>CPR/First Aid</b> 8-11 a.m. En <b>1</b></p> <p><b>Dance Aerobics</b> 11:30 a.m.-12:30 p.m. 12:30-1:30 p.m.</p> <p><b>Yoga</b> 2-3 p.m.</p>	<p><b>Healthy Living Boot Camp</b> ☀️ <b>2</b> 8:30-9:30 a.m.</p> <p><b>Kids' Healthy Cooking</b> ☀️ 10-11:30 a.m.</p> <p><b>Increasing Your Self-Esteem</b> 10-11 a.m. En/Sp</p> <p><b>Meditation</b> 11 a.m.-12 p.m. En/Sp</p>
<p><b>Yoga</b> 10-11 a.m. <b>11</b></p> <p><b>Breakthrough Parenting Series [2 of 10]</b> 2-4 p.m. En</p> <p><b>Zumba Toning</b> 4-5 p.m.</p> <p><b>Healthy Living Boot Camp</b> ☀️ 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>Signs &amp; Symptoms of Mood Disorder</b> <b>12</b> 10-11 a.m. En/Sp</p> <p><b>Dance Aerobics</b> 11 a.m.-12 p.m. &amp; 12-1 p.m.</p> <p><b>Stretching and Strengthening for Seniors</b> 1-2 p.m.</p> <p><b>Healthy Cooking</b> 3-5 p.m. Sp</p> <p><b>Zumba</b> 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>We Read Together</b> ☀️ <b>13</b> 10-11 a.m. En/Sp</p> <p><b>Eat Healthy, Live Healthy [6 of 7]</b> 11 a.m.-12 p.m. Sp</p> <p><b>Tai Chi</b> ☀️ 3-4 p.m.</p> <p><b>Eat to Lower Blood Pressure [2 of 2]</b> 4-5 p.m. En/Sp</p> <p><b>Dance Aerobics</b> ☀️ (6 - 14 yrs old) 4-5 p.m. &amp; 5-6 p.m.</p> <p><b>DPSS - Medi-Cal Registered Dietitian Consultations</b> 10 a.m.-5 p.m. 10 a.m.-7 p.m.</p>	<p><b>Keeping Your Brain Healthy</b> <b>14</b> 9:30-10:30 a.m. Sp</p> <p><b>Dance Aerobics</b> 11 a.m.-12 p.m. &amp; 12-1 p.m.</p> <p><b>Kids in the Kitchen - EPDB</b> ☀️ 2-3 p.m. En/Sp</p> <p><b>Breakthrough Parenting Series [2 of 10]</b> 2-4 p.m. Sp</p> <p><b>Health Screenings</b> 3-5 p.m.</p> <p><b>Juicing for a Healthy Life</b> 3:30-5 p.m. Sp</p> <p><b>Zumba</b> 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>CPR/First Aid</b> <b>15</b> 8-11 a.m. Sp</p> <p><b>Dance Aerobics</b> 11:30 a.m.-12:30 p.m. 12:30-1:30 p.m.</p> <p><b>Yoga</b> 2-3 p.m.</p>	<p><b>Healthy Living Boot Camp</b> ☀️ <b>16</b> 8:30-9:30 a.m.</p> <p><b>Kids' Healthy Cooking</b> ☀️ 10-11:30 a.m.</p> <p><b>Managing Self-Criticism</b> 10-11 a.m. En/Sp</p> <p><b>Meditation</b> 11 a.m.-12 p.m. En/Sp</p>
<p><b>Breakthrough Parenting Series [3 of 10]</b> <b>18</b> 2-4 p.m. En</p> <p><b>Zumba Toning</b> 4-5 p.m.</p> <p><b>Healthy Living Boot Camp</b> ☀️ 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>Positive Self-Thought</b> <b>19</b> 10-11 a.m. En/Sp</p> <p><b>Dance Aerobics</b> 11 a.m.-12 p.m. &amp; 12-1 p.m.</p> <p><b>Stretching and Strengthening for Seniors</b> 1-2 p.m.</p> <p><b>Healthy Cooking</b> 3-5 p.m. Sp</p> <p><b>Zumba</b> 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>Eat Healthy, Live Healthy [7 of 7]</b> <b>20</b> 11 a.m.-12 p.m. Sp</p> <p><b>LAPD   Youth Programs</b> ☀️</p> <p><b>Tai Chi</b> ☀️ 3-4 p.m.</p> <p><b>Eat to Lower High Cholesterol [1 of 2]</b> 4-5 p.m. En/Sp</p> <p><b>Dance Aerobics</b> ☀️ (6 - 14 yrs old) 4-5 p.m. &amp; 5-6 p.m.</p> <p><b>DPSS - Medi-Cal Registered Dietitian Consultations</b> 10 a.m.-5 p.m. 10 a.m.-7 p.m.</p>	<p><b>Oral Health Workshop for Kids</b> ☀️ <b>21</b> 9-10:30 a.m. En/Sp</p> <p><b>Dance Aerobics</b> 11 a.m.-12 p.m. &amp; 12-1 p.m.</p> <p><b>(Group) New Member Orientation</b> 2-3 p.m. En/Sp</p> <p><b>Breakthrough Parenting Series [3 of 10]</b> 2-4 p.m. Sp</p> <p><b>Juicing for a Healthy Life</b> 3:30-5 p.m. Sp</p> <p><b>Zumba</b> 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>Support Group for Parents of Children With Special Needs</b> <b>22</b> 9:30-11 a.m. Sp</p> <p><b>Dance Aerobics</b> 11 a.m.-12 p.m. &amp; 12-1 p.m.</p> <p><b>Yoga</b> 2-3 p.m.</p>	<p><b>Healthy Living Boot Camp</b> ☀️ <b>23</b> 8:30-9:30 a.m.</p> <p><b>Kids' Healthy Cooking and Exercise</b> ☀️ 10-11:30 a.m.</p>
<p><b>Yoga</b> 10-11 a.m. <b>25</b></p> <p><b>Breakthrough Parenting Series [4 of 10]</b> 2-4 p.m. En</p> <p><b>Zumba Toning</b> 4-5 p.m.</p> <p><b>Healthy Living Boot Camp</b> ☀️ 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>What is Panic Disorder?</b> <b>26</b> 10-11 a.m. En/Sp</p> <p><b>Health Screenings</b> 10 a.m.-1 p.m.</p> <p><b>Dance Aerobics</b> 11 a.m.-12 p.m. &amp; 12-1 p.m.</p> <p><b>Stretching and Strengthening for Seniors</b> 1-2 p.m.</p> <p><b>Healthy Cooking</b> 3-5 p.m. Sp</p> <p><b>Zumba</b> 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>Tai Chi</b> ☀️ 3-4 p.m. <b>27</b></p> <p><b>Eat to Lower High Cholesterol [2 of 2]</b> 4-5 p.m. En/Sp</p> <p><b>Dance Aerobics</b> ☀️ (6 - 14 yrs old) 4-5 p.m. &amp; 5-6 p.m.</p> <p><b>DPSS - Medi-Cal Registered Dietitian Consultations</b> 10 a.m.-5 p.m. 10 a.m.-7 p.m.</p>	<p><b>Dance Aerobics</b> <b>28</b> 11 a.m.-12 p.m. &amp; 12-1 p.m.</p> <p><b>Breakthrough Parenting Series [4 of 10]</b> 2-4 p.m. Sp</p> <p><b>Juicing for a Healthy Life</b> 3:30-5 p.m. Sp</p> <p><b>Zumba</b> 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>Dance Aerobics</b> <b>29</b> 11 a.m.-12 p.m. &amp; 12-1 p.m.</p> <p><b>Yoga</b> 2-3 p.m.</p>	<p><b>Healthy Living Boot Camp</b> ☀️ <b>30</b> 8:30-9:30 a.m.</p> <p><b>Kids' Healthy Cooking</b> ☀️ 10-11:30 a.m.</p>

**Free Education and Exercise Classes** Class space is limited (*first come, first serve*).

Classes are subject to change, rescheduling or cancellation without notice. **Child care is provided while you attend a class (4 years old and up).**

- ▶ **Breakthrough Parenting Series** - Series consists of 10 classes that will cover the powerful influence parents have on children and how that may have a positive or negative effect into their adulthood. This is a court approved series. *Monday classes are in English. Thursday classes are in Spanish.*
- ▶ **CPR/First Aid** - Save a life! Get certified for CPR-First Aid for adults, children and infants. Online registration available at: <http://www.acls123.com/free> or same day walk-in.
- ▶ **L.A. Care Member Orientation** - This orientation is offered to L.A. Care members who wish to learn more about their health plan and benefits. The orientation is available Monday through Friday 10 a.m. to 6 p.m.

☀️ **Kid-Friendly Classes:** Kids will receive **DOUBLE STAMPS** for attending these classes! ☀️

**Age Restrictions**

- ☀️ **Dance Aerobics (Weds):** 6-14 yrs old
- ☀️ **Healthy Living Boot Camp:** 10 yrs old +
- ☀️ **Kid's Healthy Cooking:** 5 yrs old +
- ☀️ **Kids in the Kitchen:** 5 yrs old +
- ☀️ **LAPD | Youth Programs:** 8 yrs old +
- ☀️ **Oral Health Workshop for Kids:** All Ages
- ☀️ **Tai Chi:** 7 yrs old +
- ☀️ **We Read Together:** All Ages

**In the Zocalito Plaza**  
10807 San Fernando Road  
Pacoima, CA 91331



**Center Hours:**  
Mon - Thur: 10 a.m. - 6:30 p.m.  
Friday: 8 a.m. - 5 p.m.  
Saturday: 8 a.m. - 1 p.m.



**L.A. Care**  
HEALTH PLAN®



**JUNIO**

**2018**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	
 <p>¡Acompañenos para un verano lleno de <b>DIVERSIÓN!</b>            * ¡Clases amigables para los niños todo el verano! *            ¿Es usted miembro de L.A. Care? <b>¡Venga a una Orientación!</b>            Aprenda sobre sus beneficios de Medi-Cal y obtenga un regalo.*            Clases en <b>azul</b> califican para el programa <b>Mi Premio por una Vida Sana.</b>            ¡Pregúntenos cómo obtener su premio por asistir a clases!</p> <p><small><sup>1</sup>Se aplican restricciones de edad. Deben ser acompañados por sus padres.            *Los miembros de L.A. Care recibirán una tarjeta de regalo una vez por asistir a una Orientación para Miembros. Se entregará una tarjeta de regalo por familia. El miembro (o tutor) de L.A. Care deberá estar presente.</small></p>					<p><b>RCP/Primeros Auxilios</b> 1 8-11 a.m. Ing</p> <p><b>Baile Aeróbico</b> 11:30 a.m.-12:30 p.m. 12:30-1:30 p.m.</p> <p><b>Yoga</b> 2-3 p.m.</p>	<p><b>Boot Camp Para Una Vida Saludable</b> 2 8:30-9:30 a.m. <b>Cocinando Saludable Para Niños</b> * 10-11:30 a.m. <b>Aumentando Su Autoestima</b> 10-11 a.m. Ing/Es <b>Meditación</b> 11 a.m.-12 p.m. Ing/Es</p>
<p><b>Yoga</b> 10-11 a.m. 4 <b>Mi Plato</b> 11:30 a.m.-1:30 p.m. Es <b>Serie Cultivando Familias [1 de 10]</b> 2-4 p.m. Ing <b>Zumba Tonificante</b> 4-5 p.m. <b>Boot Camp Para Una Vida Saludable</b> * 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>Baile Aeróbico</b> 5 11 a.m.-12 p.m. y 12-1 p.m. <b>Estiramiento y Fortalecimiento Para Personas de la Tercera Edad</b> 1-2 p.m. <b>Cocinando Saludable</b> 3-5 p.m. Es <b>Zumba</b> 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>Coma Saludable, Viva Una Vida Saludable [5 de 7]</b> 6 11 a.m.-12 p.m. Es <b>Tai Chi</b> * 3-4 p.m. <b>Comer Para Bajar la Presión Arterial [1 of 2]</b> 4-5 p.m. Ing/Es <b>Baile Aeróbico</b> * (6 - 14 años) 4-5 p.m. y 5-6 p.m. <b>DPSS - Medi-Cal</b> 10 a.m.-5 p.m. <b>Dietista Registrada - Consultas</b> 10 a.m.-7 p.m.</p>	<p><b>Taller de Jardín - NEVHC</b> 7 9-10:30 a.m. Ing/Es <b>Baile Aeróbico</b> 11 a.m.-12 p.m. y 12-1 p.m. <b>Serie Cultivando Familias [1 de 10]</b> 2-4 p.m. Es <b>Jugos Para Una Vida Sana</b> 3:30-5 p.m. Es <b>Zumba</b> 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>Grupo de Apoyo Para Padres de Niños con Necesidades Especiales</b> 8 9:30-11 a.m. Es <b>Baile Aeróbico</b> 11 a.m.-12 p.m. y 12-1 p.m. <b>Yoga</b> 2-3 p.m.</p>	<p><b>Boot Camp Para Una Vida Saludable</b> * 9 8:30-9:30 a.m. <b>Cocinando Saludable Para Niños y Ejercicio</b> * 10-11:30 a.m.</p>	
<p><b>Yoga</b> 10-11 a.m. 11 <b>Serie Cultivando Familias [2 de 10]</b> 2-4 p.m. Ing <b>Zumba Tonificante</b> 4-5 p.m. <b>Boot Camp Para Una Vida Saludable</b> * 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>Signos y Síntomas del Desorden del Estado de Ánimo</b> 12 10-11 a.m. Ing/Es <b>Baile Aeróbico</b> 11 a.m.-12 p.m. y 12-1 p.m. <b>Estiramiento y Fortalecimiento Para Personas de la Tercera Edad</b> 1-2 p.m. <b>Cocinando Saludable</b> 3-5 p.m. Es <b>Zumba</b> 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>¡Leamos Juntos!</b> * 13 10-11 a.m. Ing/Es <b>Coma Saludable, Viva Una Vida Saludable [6 de 7]</b> 11 a.m.-12 p.m. Es <b>Tai Chi</b> * 3-4 p.m. <b>Comer Para Bajar la Presión Arterial [2 of 2]</b> 4-5 p.m. Ing/Es <b>Baile Aeróbico</b> * (6 - 14 años) 4-5 p.m. y 5-6 p.m. <b>DPSS - Medi-Cal</b> 10 a.m.-5 p.m. <b>Dietista Registrada - Consultas</b> 10 a.m.-7 p.m.</p>	<p><b>Manteniendo la Salud Cerebral</b> 14 9:30-10:30 a.m. Es <b>Baile Aeróbico</b> 11 a.m.-12 p.m. y 12-1 p.m. <b>Niños en la Cocina - EPDB</b> * 2-3 p.m. Ing/Es <b>Serie Cultivando Familias [2 de 10]</b> 2-4 p.m. Es <b>Exámenes de Salud</b> 3-5 p.m. <b>Jugos Para Una Vida Sana</b> 3:30-5 p.m. Es <b>Zumba</b> 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>RCP/Primeros Auxilios</b> 15 8-11 a.m. Es <b>Baile Aeróbico</b> 11:30 a.m.-12:30 p.m. 12:30-1:30 p.m. <b>Yoga</b> 2-3 p.m.</p>	<p><b>Boot Camp Para Una Vida Saludable</b> * 16 8:30-9:30 a.m. <b>Cocinando Saludable Para Niños</b> * 10-11:30 a.m. <b>Manejando la Autocrítica</b> 10-11 a.m. Ing/Es <b>Meditación</b> 11 a.m.-12 p.m. Ing/Es</p>	
<p><b>Serie Cultivando Familias [3 de 10]</b> 18 2-4 p.m. Ing <b>Zumba Tonificante</b> 4-5 p.m. <b>Boot Camp Para Una Vida Saludable</b> * 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>Auto-Pensamiento Positivo</b> 19 10-11 a.m. Ing/Es <b>Baile Aeróbico</b> 11 a.m.-12 p.m. y 12-1 p.m. <b>Estiramiento y Fortalecimiento Para Personas de la Tercera Edad</b> 1-2 p.m. <b>Cocinando Saludable</b> 3-5 p.m. Es <b>Zumba</b> 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>Coma Saludable, Viva Una Vida Saludable [7 de 7]</b> 20 11 a.m.-12 p.m. Es <b>Programas Juveniles del Departamento de Policía</b> * 12-1 p.m. Ing/Es <b>Tai Chi</b> * 3-4 p.m. <b>Comer Para Bajar el Colesterol Alto [1 of 2]</b> 4-5 p.m. Ing/Es <b>Baile Aeróbico</b> * (6 - 14 años) 4-5 p.m. y 5-6 p.m. <b>DPSS - Medi-Cal</b> 10 a.m.-5 p.m. <b>Dietista Registrada - Consultas</b> 10 a.m.-7 p.m.</p>	<p><b>Taller Sobre la Salud Oral Para Niños</b> * 21 9-10:30 a.m. Ing/Es <b>Baile Aeróbico</b> 11 a.m.-12 p.m. y 12-1 p.m. <b>Orientación Para Miembros en Grupo</b> 2-3 p.m. Ing/Es <b>Serie Cultivando Familias [3 de 10]</b> 2-4 p.m. Es <b>Jugos Para Una Vida Sana</b> 3:30-5 p.m. Es <b>Zumba</b> 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>Grupo de Apoyo Para Padres de Niños con Necesidades Especiales</b> 22 9:30-11 a.m. Es <b>Baile Aeróbico</b> 11 a.m.-12 p.m. y 12-1 p.m. <b>Yoga</b> 2-3 p.m.</p>	<p><b>Boot Camp Para Una Vida Saludable</b> * 23 8:30-9:30 a.m. <b>Cocinando Saludable Para Niños y Ejercicio</b> * 10-11:30 a.m.</p>	
<p><b>Yoga</b> 10-11 a.m. 25 <b>Serie Cultivando Familias [4 de 10]</b> 2-4 p.m. Ing <b>Zumba Tonificante</b> 4-5 p.m. <b>Boot Camp Para Una Vida Saludable</b> * 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>¿Qué Es el Trastorno de Pánico?</b> 26 10-11 a.m. Ing/Es <b>Exámenes de Salud</b> 10 a.m.-1 p.m. <b>Baile Aeróbico</b> 11 a.m.-12 p.m. y 12-1 p.m. <b>Estiramiento y Fortalecimiento Para Personas de la Tercera Edad</b> 1-2 p.m. <b>Cocinando Saludable</b> 3-5 p.m. Es <b>Zumba</b> 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>Tai Chi</b> * 3-4 p.m. 27 <b>Comer Para Bajar el Colesterol Alto [2 of 2]</b> 4-5 p.m. Ing/Es <b>Baile Aeróbico</b> * (6 - 14 años) 4-5 p.m. y 5-6 p.m. <b>DPSS - Medi-Cal</b> 10 a.m.-5 p.m. <b>Dietista Registrada - Consultas</b> 10 a.m.-7 p.m.</p>	<p><b>Baile Aeróbico</b> 28 11 a.m.-12 p.m. y 12-1 p.m. <b>Serie Cultivando Familias [4 de 10]</b> 2-4 p.m. Es <b>Jugos Para Una Vida Sana</b> 3:30-5 p.m. Es <b>Zumba</b> 5:30-6:30 p.m.</p>	<p><b>Baile Aeróbico</b> 29 11 a.m.-12 p.m. y 12-1 p.m. <b>Yoga</b> 2-3 p.m.</p>	<p><b>Boot Camp Para Una Vida Saludable</b> * 30 8:30-9:30 a.m. <b>Cocinando Saludable Para Niños</b> * 10-11:30 a.m.</p>	

**Clases GRATIS de Salud y Ejercicio**

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. **Se ofrece cuidado de niños durante las clases (mayores de 4 años de edad).**

- ▶ **Orientación Para Miembros de L.A. Care** - Se ofrece a miembros de L.A. Care que desean aprender acerca del plan de salud y los beneficios. La orientación está disponible de lunes a viernes de 10 a.m. a 6 p.m.
- ▶ **RCP / Primeros Auxilios** - ¡Salve una vida! Obtenga su certificación de RCP y Primeros Auxilios para adultos, niños y bebés. Regístrese en línea: <http://www.acls123.com/free> o preséntese al centro el mismo día.
- ▶ **Serie de Cultivando Familias** - La serie consiste de 10 clases que cubrirán la poderosa influencia que los padres tienen en sus hijos y el efecto positivo o negativo que esto puede tener en la adultez. La clase es aprobada por las cortes. **Los lunes son en Inglés. Los jueves son en Español.**

\* Clases Amigables Para los Niños: ¡Los niños recibirán **DOBLE SELLOS** por asistir a estas clases! \*

**Restricciones de Edad**

- \* Baile Aeróbico (miércoles): 6-14 años
- \* Boot Camp Para Una Vida Saludable: 10 años +
- \* Cocinando Saludable Para Niños: 5 años +
- \* Leamos Juntos: Todas Edades
- \* Niños en La Cocina: 5 años +
- \* Programas Juveniles del Departamento de Policía: 8 años +
- \* Taller Sobre la Salud Oral Para Niños: Todas Edades
- \* Tai Chi: 7 años +

**En el Zocalito Plaza**  
10807 San Fernando Road  
Pacoima, CA 91331



**Horario del centro:**  
Lun a Jue: 10 a.m. - 6:30 p.m.  
Viernes: 8 a.m. - 5 p.m.  
Sábado: 8 a.m. - 1 p.m.



**L.A. Care**  
HEALTH PLAN®