

# CLUB TE PAGA

## CALENDARIO DE ACTIVIDADES

### MARZO



**2025**



**MCS Club Te Paga** es una experiencia única donde te esperamos con programas para el cuidado de tu bienestar y salud completa diseñados especialmente para ti.

### Aquí encontrarás:

- ✓ **Clases de ejercicios** para mantenerte activo y con energía: ¡Tai-Chi, Zumba, Acuaeróbicos y Yoga!
- ✓ **Música y baile** para que dejes salir tu ritmo, mientras te ejercitas y disfrutas de momentos inolvidables.
- ✓ **Entretenimiento para todos los gustos:** Bingo, juegos de mesa y películas para que compartas con nuevos amigos.
- ✓ **Talleres de bienestar** en los que aprenderás las mejores prácticas para prevenir enfermedades y manejar tus condiciones de salud..

## Reserva tu espacio en las diferentes actividades

Para reservar tu espacio y participar, llama al: **1.877.501.5395** (libre de costo) o **1.866.627.8182** TTY (audioimpedidos) **de lunes a viernes de 8:00 a.m. a 4:30 p.m.** Estas actividades tienen capacidad limitada. Es requisito registrarse para participar.

### Únete al Club Te Paga en Facebook

1 **Entra a la aplicación de Facebook desde tu celular o computadora**

2 **Busca** 

3 **Presiona el botón de UNIRTE y...¡Listo!**

Escanea el Código QR con la cámara de tu teléfono inteligente y descarga el calendario de Club Te Paga.





Espacios limitados

## Programa de ejercicios

Ejercítate con tus amigos del Club Te Paga para alcanzar tus metas de bienestar

### Modalidad variada

#### Lunes y miércoles

##### Plaza del Caribe

Primer nivel, medallón  
frente a la Tienda  
De Los Leones de Ponce  
(pasillo Pharmamax y Me Salvé)  
Ponce - 7:30 a.m.

#### Lunes, miércoles y viernes

##### Plaza Las Américas

(2do nivel en el pasillo  
cerca del cine)  
San Juan - 7:30 a.m.

#### Lunes y martes

Cancha bajo techo  
Roger Mendoza,  
Complejo Ingeniero  
Ángel O. Berrios,  
Caguas - 9:30 a.m.

#### Lunes y miércoles

##### Centro Comercial

Mayagüez Mall  
(frente a la tienda JC Penney)  
Mayagüez - 9:00 a.m.

#### Lunes a viernes

Plaza Carolina (Atrio central)  
Carolina - 9:00 a.m.

#### Martes y jueves

Parque Julia de Burgos  
Fase 5 (Gazebo)  
Carolina - 7:00 a.m.



### Acuaeróbicos

#### Martes y jueves

Piscinas Municipales  
Parque Recreativo Maracuto  
Carolina - 8:30 a.m.

#### Miércoles

Cancha bajo techo  
Roger Mendoza,  
Complejo Ingeniero  
Ángel O. Berrios,  
Caguas - 9:30 a.m.



## Talleres de tecnología

Aprenderás sobre el uso de tu teléfono inteligente, te guiaremos en el uso de la aplicación **Mi MCS** y conocerás como navegar de manera segura en el internet.

**Requisito: tener un teléfono inteligente con servicio de internet.**

### Marzo Horario: 9:00 a.m. - 11:00 a.m.

#### Región norte

Martes  
4

**Conéctate con tu salud:**  
Uso de dispositivos electrónicos

Centro de Servicio, Bayamón

#### Región norte

Martes  
11

**Conéctate con tu salud:**  
Uso de dispositivos electrónicos

Organización Naranjito PANI  
(Antigua Escuela Felipa Sánchez Cruzado, Naranjito)

#### Región oeste

Jueves  
20

**El 1,2,3 para utilizar tu servicio de Telemedicina**  
(Mi MCS/MCS medilíneaMD)

Centro de Servicio, Mayagüez

#### Región oeste

Jueves  
6

**Conéctate con tu salud:**  
Uso de dispositivos electrónicos

Centro de Servicio, Mayagüez

#### Región norte

Martes  
18

**El 1,2,3 para utilizar tu servicio de Telemedicina**  
(Mi MCS/MCS medilíneaMD)

Centro de Servicio, Bayamón

#### Región norte

Martes  
25

**El 1,2,3 para utilizar tu servicio de Telemedicina**  
(Mi MCS/MCS medilíneaMD)

Organización Naranjito PANI  
(Antigua Escuela Felipa Sánchez Cruzado, Naranjito)

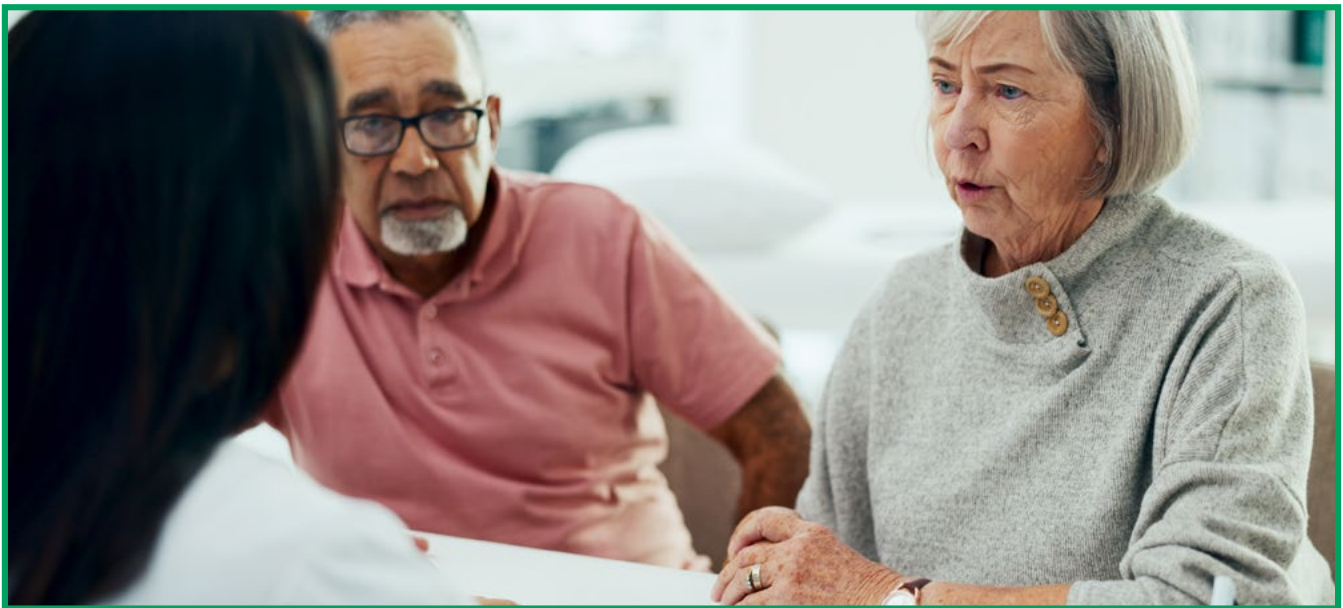
## Talleres de prevención

Marzo

Horario: 8:00 a.m. - 11:00 a.m.

### Detección temprana: La clave para un mejor tratamiento

Conoce sobre los diferentes tipos de cáncer y cómo tu estilo de vida y acciones pueden hacer una gran diferencia para la detección y los tratamientos.



#### Región norte

Miércoles



Marriott Courtyard,  
Base Ramey, Aguadilla

#### Región norte

Viernes



Salón Imperial, Toa Alta  
(predios iglesia Senda Antigua)

#### Región sur

Miércoles



Hotel Costa Bahía,  
Guayanilla

#### Región este

Viernes



Hacienda Muñoz,  
San Lorenzo

	Lunes 3	Martes 4
9:00 a.m. - 9:30 a.m.	Hora Refrescante	Hora Refrescante
9:30 a.m. - 10:00 a.m.	Bingo	Bingo
10:00 a.m. - 10:30 a.m.	Yoga	Charla Educativa: Al día con tus medicamentos
10:30 a.m. - 11:00 a.m.		
11:00 a.m. - 11:30 a.m.	Yoga	Charla Educativa: Al día con tus medicamentos
11:30 a.m. - 12:00 p.m.		
12:00 p.m. - 12:30 p.m.	Hora Refrescante	Hora Refrescante
12:30 p.m. - 1:00 p.m.	Bingo	
	Lunes 10	Martes 11
9:00 a.m. - 9:30 a.m.	Hora Refrescante	Hora Refrescante
9:30 a.m. - 10:00 a.m.	Bingo	Clase de Meditación Guiada
10:00 a.m. - 10:30 a.m.	Yoga	Charla Educativa: Hipotiroidismo, todo lo que necesitas saber
10:30 a.m. - 11:00 a.m.		
11:00 a.m. - 11:30 a.m.	Yoga	Charla Educativa: Hipotiroidismo, todo lo que necesitas saber
11:30 a.m. - 12:00 p.m.		
12:00 p.m. - 12:30 p.m.	Hora Refrescante	Hora Refrescante
12:30 p.m. - 1:00 p.m.	Bingo	Clase de Meditación Guiada
	Lunes 17	Martes 18
9:00 a.m. - 9:30 a.m.	Hora Refrescante	Hora Refrescante
9:30 a.m. - 10:00 a.m.	Bingo	Clase de Meditación Guiada
10:00 a.m. - 10:30 a.m.	Yoga	Charla Educativa: Prevención de cáncer de colon
10:30 a.m. - 11:00 a.m.		
11:00 a.m. - 11:30 a.m.	Yoga	Charla Educativa: Prevención de cáncer de colon
11:30 a.m. - 12:00 p.m.		
12:00 p.m. - 12:30 p.m.	Hora Refrescante	Hora Refrescante
12:30 p.m. - 1:00 p.m.	Bingo	Clase de Meditación Guiada
	Lunes 24	Martes 25
9:00 a.m. - 9:30 a.m.	Hora Refrescante	Hora Refrescante
9:30 a.m. - 10:00 a.m.	Bingo	Clase de Meditación Guiada
10:00 a.m. - 10:30 a.m.	Yoga	Chinchorreo Virtual
10:30 a.m. - 11:00 a.m.		
11:00 a.m. - 11:30 a.m.	Yoga	Chinchorreo Virtual
11:30 a.m. - 12:00 p.m.		
12:00 p.m. - 12:30 p.m.	Hora Refrescante	Hora Refrescante
12:30 p.m. - 1:00 p.m.	Bingo	Clase de Meditación Guiada

Miércoles 5	Jueves 6	Viernes 7	
Hora Refrescante	Hora refrescante	Charla: Susan Sonni "El poder de ser mujer"	
Bingo	Bingo		
Tai Chi /Chi Kung	Clase de Zumba	Homenaje a mujeres destacadas de CTP	
Tai Chi /Chi Kung	Clase de Zumba	Música del ayer	
Hora Refrescante	Hora Refrescante		
Hora Refrescante	Bingo	Mega Bingo	
Bingo			
Miércoles 12	Jueves 13	Viernes 14	
Hora Refrescante	Hora Refrescante	Hora Refrescante	
Bingo	Bingo	Bingo	
Manualidades	Clase de Zumba	Confección de Prendas	
Manualidades	Clase de Zumba	Confección de Prendas	
Hora Refrescante	Hora Refrescante	Hora Refrescante	
Bingo	Bingo	Bingo	
Miércoles 19	Jueves 20	Viernes 21	
Hora Refrescante	Hora Refrescante	Hora Refrescante	
Bingo	Bingo	Bingo	
Hora Refrescante	Clase de Bomba	Confección de Prendas	
Tai Chi /Chi Kung			
Tai Chi /Chi Kung	Clase de Bomba	Confección de Prendas	
Hora Refrescante	Hora Refrescante	Hora Refrescante	
Bingo	Bingo	Bingo	
Miércoles 26	Jueves 27	Viernes 28	Lunes 31
Hora Refrescante	Hora Refrescante	Ritmos de Salud	Hora Refrescante
Bingo	Bingo		
Clase de Belly Dancing	Pintado de uñas	Celebración Cumpleaños del Mes	Yoga
Clase de Belly Dancing	Pintado de uñas	Bohemia del ayer	Yoga
Hora Refrescante			
Bingo	Hora Refrescante	Mega Bingo	Hora Refrescante
	Bingo		



## Centros de Servicio de MCS

AGUADILLA			
Martes, 4 de marzo	Martes, 11 de marzo	Martes, 18 de marzo	Martes, 25 de marzo
<p><b>Taller de Manualidades</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Tai Chi</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Charla de Bienestar</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Taller de Arte</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p> <p><b>Taller de Arte</b> 1:00 p.m. a 2:00 p.m.</p>	<p><b>Confección de prendas y accesorios</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p> <p><b>Confección de prendas y Accesorios</b> 1:00 p.m. a 2:00 p.m.</p>

ARECIBO			
Miércoles, 5 de marzo	Viernes, 7 de marzo	Miércoles, 12 de marzo	Viernes, 14 de marzo
<p><b>Yoga</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Charla de Bienestar Trabajadora Social</b> <b>Abbiliz Borrero</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Tai Chi</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Ejercicios para reforzar la memoria</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>
Miércoles, 19 de marzo	Viernes, 21 de marzo	Miércoles, 26 de marzo	Viernes, 28 de marzo
<p><b>Taller de Arte</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Taller de Manualidades</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Confección de prendas y accesorios</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Clase de flamenco</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>

Para participar de las actividades o talleres deberás reservar tu espacio llamando de lunes a viernes al **1.877.501.5395** durante el horario **8:00 a.m. - 4:30 p.m.**



**Centros de Servicio de MCS**

<b>BAYAMÓN</b>				
<b>Lunes, 3 de marzo</b>	<b>Miércoles, 5 de marzo</b>	<b>Lunes, 10 de marzo</b>	<b>Miércoles, 12 de marzo</b>	<b>Lunes, 17 de marzo</b>
<b>Hora Refrescante</b> 9:30 a.m. a 10:00 a.m. <b>Clase de Flamenco</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Hora Refrescante</b> 9:30 a.m. a 10:00 a.m. <b>Taller de Manualidades</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Hora Refrescante</b> 9:30 a.m. a 10:00 a.m. <b>Tai Chi</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Hora Refrescante</b> 9:30 a.m. a 10:00 a.m. <b>Ejercicios para reforzar la memoria</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Hora Refrescante</b> 9:30 a.m. a 10:00 a.m. <b>Yoga</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.
<b>Miércoles, 19 de marzo</b>	<b>Lunes, 24 de marzo</b>	<b>Miércoles, 26 de marzo</b>	<b>Lunes, 31 de marzo</b>	
<b>Hora Refrescante</b> 9:30 a.m. a 10:00 a.m. <b>Charla de Bienestar Trabajadora Social Abbiliz Borrero</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Hora Refrescante</b> 9:30 a.m. a 10:00 a.m. <b>Clase de Bomba</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Hora Refrescante</b> 9:30 a.m. a 10:00 a.m. <b>Taller de Arte</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Hora Refrescante</b> 9:30 a.m. a 10:00 a.m. <b>Confección de prendas y accesorios</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Celebración de Cumpleaños del mes</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	

<b>CAROLINA</b>			
<b>Martes, 4 de marzo</b>	<b>Jueves, 6 de marzo</b>	<b>Martes, 11 de marzo</b>	<b>Jueves, 13 de marzo</b>
<b>Hora Refrescante</b> 9:30 a.m. a 10:00 a.m. <b>Yoga</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Hora Refrescante</b> 9:30 a.m. a 10:00 a.m. <b>Taller de Manualidades</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Hora Refrescante</b> 9:30 a.m. a 10:00 a.m. <b>Clase de Flamenco</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Hora Refrescante</b> 9:30 a.m. a 10:00 a.m. <b>Tai Chi</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.
<b>Martes, 18 de marzo</b>	<b>Jueves, 20 de marzo</b>	<b>Martes, 25 de marzo</b>	<b>Jueves, 27 de marzo</b>
<b>Hora Refrescante</b> 9:30 a.m. a 10:00 a.m. <b>Charla de Bienestar Trabajadora Social Abbiliz Borrero</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Hora Refrescante</b> 9:30 a.m. a 10:00 a.m. <b>Taller de Arte</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Hora Refrescante</b> 9:30 a.m. a 10:00 a.m. <b>Ejercicios para la memoria</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Hora Refrescante</b> 9:30 a.m. a 10:00 a.m. <b>Confección de prendas y accesorios</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Celebración de Cumpleaños del mes</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.

Para participar de las actividades o talleres deberás reservar tu espacio llamando de lunes a viernes al **1.877.501.5395** durante el horario **8:00 a.m. - 4:30 p.m.**





## Centros de Servicio de MCS

Mayagüez			
Martes, 4 de marzo	Jueves, 6 de marzo	Viernes, 7 de marzo	Martes, 11 de marzo
<b>Clase de defensa personal adaptada</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Charla de Bienestar Trabajadora Social</b> <b>Abbiliz Borrero</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Danza Terapia</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Entrenamiento de Equilibrio</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.
Jueves, 13 de marzo	Viernes, 14 de marzo	Martes, 18 de marzo	Jueves, 20 de marzo
<b>Clase de Flamenco</b> 0:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Taller de Manualidades</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Rutinas de Movimiento con Neuroplasticidad</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Charla de Bienestar</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.
Viernes, 21 de marzo	Martes, 25 de marzo	Jueves, 27 de marzo	Viernes, 28 de marzo
<b>Clase de Salsa</b> 0:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Taller de juegos cognitivos en movimiento</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Cine</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.	<b>Taller de Manualidades</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m. <b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.

Para participar de las actividades o talleres deberás reservar tu espacio llamando de lunes a viernes al **1.877.501.5395** durante el horario **8:00 a.m. - 4:30 p.m.**



**Centros de Servicio de MCS**

**NUEVOS AFILIADOS**

<b>Aguadilla</b>	<b>Carolina</b>	<b>Arecibo</b>
Martes, 11 de marzo	Martes, 18 de marzo	Miércoles, 19 de marzo
<p><b>Yoga</b> 2:00 p.m. a 3:00 p.m. <b>Charlas de Orientación de Beneficios</b> 3:00 p.m. a 4:00 p.m.</p>	<p><b>Yoga</b> 2:00 p.m. a 3:00 p.m. <b>Charlas de Orientación de Beneficios</b> 3:00 p.m. a 4:00 p.m.</p>	<p><b>Yoga</b> 2:00 p.m. a 3:00 p.m. <b>Charlas de Orientación de Beneficios</b> 3:00 p.m. a 4:00 p.m.</p>
<b>Mayagüez</b>	<b>Bayamón</b>	<b>Plaza Las Américas</b>
Jueves, 20 de marzo	Miércoles, 26 de marzo	Jueves, 27 de marzo
<p><b>Yoga</b> 2:00 p.m. a 3:00 p.m. <b>Charlas de Orientación de Beneficios</b> 3:00 p.m. a 4:00 p.m.</p>	<p><b>Yoga</b> 2:00 p.m. a 3:00 p.m. <b>Charlas de Orientación de Beneficios</b> 3:00 p.m. a 4:00 p.m.</p>	<p><b>Yoga</b> 2:00 p.m. a 3:00 p.m. <b>Charlas de Orientación de Beneficios</b> 3:00 p.m. a 4:00 p.m.</p>



**Cuidadores**

Participa de Charlas educativas enfocadas en las necesidades del cuidador y herramientas de relajación para mejorar tu calidad de vida.

Martes, 4 de marzo	Miércoles, 12 de marzo	Jueves, 20 de marzo	Viernes, 28 de marzo	Lunes, 31 de marzo
<p><b>Centro de Servicio Aguadilla</b> 2:00 p.m. - 4:00 p.m.</p>	<p><b>Centro de Servicio Plaza Las Américas</b> 2:00 p.m. - 4:00 p.m.</p>	<p><b>Centro de Servicio Carolina</b> 2:00 p.m. - 4:00 p.m.</p>	<p><b>Centro de Servicio Mayagüez</b> 2:00 p.m. - 4:00 p.m.</p>	<p><b>Centro de Servicio Bayamón</b> 2:00 p.m. - 4:00 p.m.</p>

Para participar de las actividades o talleres deberás reservar tu espacio llamando de lunes a viernes al **1.877.501.5395** durante el horario **8:00 a.m. - 4:30 p.m.**

## MAYAGÜEZ MALL - Estamos ubicados frente a JC Penny

Lunes, 3 de marzo	Miércoles, 5 de marzo	Lunes, 10 de marzo	Miércoles, 12 de marzo	Lunes, 17 de marzo
<p><b>Tai Chi</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Yoga</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Tai Chi</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Yoga</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Tai Chi</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>
Miércoles, 19 de marzo	Lunes, 24 de marzo	Miércoles, 26 de marzo	Lunes, 31 de marzo	
<p><b>Yoga</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Tai Chi</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Yoga</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Tai Chi</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	

## PLAZA DEL CARIBE PONCE

### Estamos ubicados en el primer nivel, frente a Victoria's Secret

Miércoles, 5 de marzo	Miércoles, 12 de marzo	Miércoles, 19 de marzo	Miércoles, 26 de marzo
<p><b>Tai Chi</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Taller de Arte</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Clase de Salsa</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>	<p><b>Yoga</b> 10:00 a.m. a 11:00 a.m.</p> <p><b>Bingo</b> 11:00 a.m. a 12:00 p.m.</p>

Para participar de las actividades o talleres deberás reservar tu espacio llamando de lunes a viernes al **1.877.501.5395** durante el horario **8:00 a.m. - 4:30 p.m.**

Espacios  
limitados


# RUTA

## MCS club te paga

### Iniciativas de bienestar, juegos y otros.

Lunes, 3 de marzo	Lunes, 3 de marzo	Lunes, 3 de marzo	Lunes, 3 de marzo
Plaza Pública de Orocovis	Plaza Pública de Ceiba	Plaza Pública de Cabo Rojo	Plaza Pública de Florida
Lunes, 3 de marzo	Lunes, 3 de marzo	Martes, 4 de marzo	Miércoles, 5 de marzo
Plaza Pública de Maunabo	Frente al Banco Popular, Cidra	Plaza Pública de Ponce	Plaza Pública de Aguada
Jueves, 6 de marzo	Viernes, 7 de marzo	Miércoles, 12 de marzo	Miércoles, 12 de marzo
Cooperativa de Guayanilla	Plaza Pública de San Sebastián	Plaza Pública de Mayagüez	Plaza Pública de Florida
Miércoles, 19 de marzo	Miércoles, 19 de marzo	Miércoles, 19 de marzo	Miércoles, 19 de marzo
Plaza Pública de Ceiba	Plaza Pública de Florida	Plaza Pública de Maunabo	Frente al Banco Popular, Cidra
Miércoles, 26 de marzo	Miércoles, 26 de marzo	Miércoles, 26 de marzo	Miércoles, 26 de marzo
Cooperativa de Ciales	Plaza Pública de Florida	Plaza Pública de Maunabo	Frente al Banco Popular, Cidra

