




LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p><b>Abril es el mes de la concientización financiera</b></p> <p>Busque la imagen para unirse a las clases.</p> <p>Fortalezca sus conocimientos en finanzas y desarrolle hábitos saludables con respecto al dinero.</p>  <p>Los paquetes de <b>Junio</b> de Medi-Cal se han enviado por correo. ¿No está seguro de qué hacer? IEHP está aquí para ayudar. Para más información, llame al (888) 860-1296</p> <p>¿Necesita ayuda con los beneficios de IEHP, la actualización de datos demográficos o el cambio de un proveedor? Hable con un representante de Servicios para Miembros. Están disponibles los martes y jueves, 9am-4:30pm.</p>	 <p><b>¡ESCANEE!</b></p> <p>Use su teléfono para escanear el código QR para ver el horario completo de las clases GRATUITAS.</p>	<p><b>**Especialista de Renovación de IEHP</b></p> <p>Coma con inteligencia-permanezca activo Serie 5 (bilingüe) 8:30am-10am</p> <p><b>Evento de empleo Goodwill</b> 10am-1pm</p> <p><b>**Escanee el código QR para registrarse</b></p>  <p>Soy suficientemente fuerte para niños (de 5 a 11 años) 1:15pm-2:15pm</p> <p>Fuerza y Acondicionamiento 1:15pm-2pm</p> <p>Hidratación saludable para niños (de 5 a 11 años) 2pm-2:45pm</p> <p>Pilates sobre un tapete 2pm-2:45pm</p> <p>Mis sentimientos me hacen más fuerte para niños (de 5 a 11 años) 3pm-3:45pm</p> <p>Ejercicios aeróbicos en silla 3pm-3:45pm</p> <p>Estiramiento y Movilidad 4pm-4:45pm</p> <p>Pintura para niños (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p>Zumba 5pm-6pm</p>	<p><b>Representante de Servicios para Miembro</b></p> <p>Pilates sobre un tapete 9am-9:45am</p> <p>Métodos para Prevenir el Embarazo (bilingüe) 9am-10am</p> <p>Yin Yoga 10am-10:45am</p> <p>Forma y rendimiento funcional 11am-11:45am</p> <p>Café y Pintura (bilingüe) 12pm-12:45pm</p> <p>Zumba 12pm-12:45pm</p> <p>Equilibrio y estabilidad 1pm-1:45pm</p> <p>Hora de Juegos para niños (de 5 a 11 años) 2pm-2:45pm</p> <p>Tai Chi 2pm-2:30pm</p> <p>Comiendo Saludable para niños (de 5 a 11 años) 3pm-3:45pm</p> <p>Ejercicio de fuerza sentado para adultos mayores y personas con discapacidad 3pm-3:45pm</p> <p><b>Extravagancia De Huevos de Primavera</b> 4pm-5:30pm</p> <p>(0-17 años) con su familia, Búsqueda de huevos a las 5pm Se ofrecerán refrigerios, hasta agotar existencias</p>	<p><b>HIIT</b> 9am-9:30am</p> <p><b>Vivir Bien en la Comunidad #2</b> 9am-10am</p> <p><b>Sudar al ritmo</b> 10am-10:45am</p> <p><b>Diabetes entre Amigos #3</b> (español) 10:30am-11:30am</p> <p><b>Pilates sobre un tapete</b> 11am-11:45am</p> <p><b>Ejercicio en silla</b> 12pm-12:45pm</p> <p><b>Estambre y telar</b> (bilingüe) 12pm-1pm</p> <p><b>En forma para el rendimiento</b> 1pm-1:45pm</p> <p><b>Respire Bien, Viva Bien #1</b> (español) 1:30pm-2:30pm</p> <p><b>Meditación</b> 2pm-2:45pm</p> <p><b>Diabetes entre Amigos #3</b> 3pm-4pm</p> <p><b>Estiramiento y Movilidad</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>Estiramiento y yoga para niños</b> (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Cardio Mix</b> 5pm-6pm</p>
<p><b>Programa de bienestar para madres</b> 9am-11am</p> <p><b>Vivir Saludable: Lo mejor de mí #2</b> (español) 9am-10am</p> <p><b>Meditación</b> 10am-10:45am</p> <p><b>Corazon saludable #2</b> (español) 10:30am-11:30am</p> <p><b>Pilates sobre un tapete</b> 11am-11:45am</p> <p><b>Estiramiento consciente</b> 12pm-12:45pm</p> <p><b>Ejercicio de fuerza sentado para adultos mayores y personas con discapacidad</b> 1pm-1:45pm</p> <p><b>Corazon saludable #2</b> 1:30pm-2:30pm</p> <p><b>Boxeo aeróbico</b> 2pm-2:45pm</p> <p><b>Forma y rendimiento funcional</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>Vivir Saludable: Lo mejor de mí #2</b> 3pm-4pm</p> <p><b>Estiramiento y yoga para niños</b> (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Zumbini (edades 0-4)</b> 4pm-4:45pm</p> <p><b>Hora de Juegos para niños</b> (de 5 a 11 años) 5pm-5:45pm</p> <p><b>Zumba</b> 5pm-6pm</p>	<p><b>Representante de Servicios para Miembro</b></p> <p><b>Clinica de bienestar para niños y adultos jóvenes</b> 10am-6pm</p> <p>Miembros activos de IEHP Directo de 3 a 21 años de edad ¿Le toca a su niño ir a una visita médica preventiva? Llame al (866) 228-4347 opción 3, para verificar su elegibilidad y programar una cita o visítenos para participar.</p> <p><b>Forma y rendimiento funcional</b> 9am-9:45am</p> <p><b>Cardio Mix</b> 10am-10:45am</p> <p><b>Estiramiento Consciente</b> 11am-11:45am</p> <p><b>Zumba</b> 12pm-12:45pm</p> <p><b>Equilibrio y estabilidad</b> 1pm-1:45pm</p> <p><b>Ejercicio en silla</b> 2pm-2:45pm</p> <p><b>Yin Yoga</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>Fitness de guerreros para niños</b> (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Tai Chi</b> 5pm-5:45pm</p>	<p><b>**Especialista de Renovación de IEHP</b></p> <p>Forma y rendimiento funcional 9am-9:45am</p> <p>Estiramiento Consciente 10am-10:45am</p> <p>Cómo entender su factura de Edison y su agencia de cobros (bilingüe) 10am-11am</p> <p>Ejercicios cardiovasculares y de fuerza 11am-11:45am</p> <p>Ejercicios aeróbicos en silla 12pm-12:45pm</p> <p>Yoga para principiantes 12pm-12:45pm</p> <p>Fuerza y Acondicionamiento 1pm-1:45pm</p> <p>Herramientas digitales para una vida más saludable 2:30pm-3:30pm</p> <p>Pilates sobre un tapete 2pm-2:45pm</p> <p>Ejercicio de la zona central 3pm-3:45pm</p> <p>Estiramiento y Movilidad 4pm-4:45pm</p> <p>Pintura para niños (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p>Zumba 5pm-6pm</p>	<p><b>Representante de Servicios para Miembro</b></p> <p><b>*Cáncer de los senos y de cuello uterino</b> (bilingüe) 9am-10am</p> <p>*Premio De Rifa En Clase</p> <p><b>Pilates sobre un tapete</b> 9am-9:45am</p> <p><b>RCP</b> (edades 14+) (español) 10am-1pm</p> <p><b>Yin Yoga</b> 10am-10:45am</p> <p><b>En forma para el rendimiento</b> 11am-11:45am</p> <p><b>Zumba</b> 12pm-12:45pm</p> <p><b>Equilibrio y estabilidad</b> 1pm-1:45pm</p> <p><b>RCP</b> (edades 14+) 1:30pm-4:30pm</p> <p><b>Tai Chi</b> 2pm-2:30pm</p> <p><b>Ejercicio de fuerza sentado para adultos mayores y personas con discapacidad</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>Fitness de guerreros para niños</b> (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Sudar al ritmo</b> 5pm-6pm</p>	<p><b>HIIT</b> 9am-9:30am</p> <p><b>Sudar al ritmo</b> 10am-10:45am</p> <p><b>Zumbini (edades 0-4)</b> 10am-10:45am</p> <p><b>Desmintiendo Mitos del Ejercicio</b> 11am-11:45am</p> <p><b>Pilates sobre un tapete</b> 11am-11:45am</p> <p><b>Ejercicio en silla</b> 12pm-12:45pm</p> <p><b>Estambre y telar</b> (bilingüe) 12pm-1pm</p> <p><b>Respiración 101</b>(bilingüe) 1pm-1:45pm</p> <p><b>En forma para el rendimiento</b> 1pm-1:45pm</p> <p><b>Boxeo aeróbico</b> 2pm-2:45pm</p> <p><b>Meditación</b> 2pm-2:45pm</p> <p><b>Estiramiento y Movilidad</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>El ritmo continua</b> 4pm-4:45pm</p> <p><b>Estiramiento y yoga para niños</b> (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Niños en Forma</b> (de 5 a 11 años) 5pm-5:45pm</p>
<p><b>Programa de bienestar para madres</b> 9am-11am</p> <p><b>Fuerza y Acondicionamiento</b> 9am-9:45am</p> <p><b>Meditación</b> 10am-10:45am</p> <p><b>Pilates sobre un tapete</b> 11am-11:45am</p> <p><b>Estiramiento consciente</b> 12pm-12:45pm</p> <p><b>Mente, cuerpo y corazón feliz</b> (bilingüe) 1pm-1:45pm</p> <p><b>Ejercicio de fuerza sentado para adultos mayores y personas con discapacidad</b> 1pm-1:45pm</p> <p><b>Boxeo Aeróbico</b> 2pm-2:45pm</p> <p><b>El corazón activo</b> (bilingüe) 2pm-2:45pm</p> <p><b>Forma y rendimiento funcional</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>Fuerte durante su ciclo</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>Estiramiento y yoga para niños</b> (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Zumbini (edades 0-4)</b> 4pm-4:45pm</p> <p><b>Zumba</b> 5pm-6pm</p>	<p><b>Representante de Servicios para Miembro</b></p> <p><b>Clinica de bienestar para niños y adultos jóvenes</b> 11am-7pm</p> <p>Miembros activos de IEHP Directo de 3 a 21 años de edad ¿Le toca a su niño ir a una visita médica preventiva? Llame al (866) 228-4347 opción 3, para verificar su elegibilidad y programar una cita o visítenos para participar.</p> <p><b>Forma y rendimiento funcional</b> 9am-9:45am</p> <p><b>Cardio Mix</b> 10am-10:45am</p> <p><b>Estiramiento Consciente</b> 11am-11:45am</p> <p><b>Zumba</b> 12pm-12:45pm</p> <p><b>Equilibrio y estabilidad</b> 1pm-1:45pm</p> <p><b>Ejercicio en silla</b> 2pm-2:45pm</p> <p><b>Yin Yoga</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>Fitness de guerreros para niños</b> (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Tai Chi</b> 5pm-5:45pm</p>	<p><b>**Especialista de Renovación de IEHP</b></p> <p>Coma con inteligencia — permanezca activo Serie 6 (bilingüe) 9am-10:30am</p> <p>Forma y rendimiento funcional 9am-9:45am</p> <p>Conozca Sus Derechos/Ciudadanía (bilingüe) 10:30am-11:30am</p> <p>Estiramiento consciente 10am-10:45am</p> <p>Ejercicios cardiovasculares y de fuerza 11am-11:45am</p> <p>Ejercicios aeróbicos en silla 12pm-12:45pm</p> <p>Yoga para principiantes 12pm-12:45pm</p> <p>Fuerza y Acondicionamiento 1pm-1:45pm</p> <p>Pilates sobre un tapete 2pm-2:45pm</p> <p>Ejercicio de la zona central 3pm-3:45pm</p> <p>Estiramiento y Movilidad 4pm-4:45pm</p> <p>Pintura para niños (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p>Zumba 5pm-6pm</p>	<p><b>Representante de Servicios para Miembro</b></p> <p><b>Pilates sobre un tapete</b> 9am-9:45am</p> <p><b>Yin Yoga</b> 10am-10:45am</p> <p><b>En forma para el rendimiento</b> 11am-11:45am</p> <p><b>Café y pintura</b> (bilingüe) 12pm-12:45pm</p> <p><b>Zumba</b> 12pm-12:45pm</p> <p><b>Equilibrio y estabilidad</b> 1pm-1:45pm</p> <p><b>Hidratación Saludable</b> (bilingüe) 2pm-2:45pm</p> <p><b>Tai Chi</b> 2pm-2:30pm</p> <p><b>Ejercicio de fuerza sentado para adultos mayores y personas con discapacidad</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>El ritmo continua</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>Fitness de guerreros para niños</b> (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>¿Qué son los macronutrientes y micronutrientes?</b> (bilingüe) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Sudar al ritmo</b> 5pm-6pm</p>	<p><b>HIIT</b> 9am-9:30am</p> <p><b>Vivir plenamente #2</b> (español) 9am-10am</p> <p><b>Sudar al ritmo</b> 10am-10:45am</p> <p><b>Diabetes entre Amigos #4</b> (español) 10:30am-11:30am</p> <p><b>Pilates sobre un tapete</b> 11am-11:45am</p> <p><b>Ejercicio en silla</b> 12pm-12:45pm</p> <p><b>Estambre y telar</b> (bilingüe) 12pm-1pm</p> <p><b>En forma para el rendimiento</b> 1pm-1:45pm</p> <p><b>Diabetes entre Amigos #4</b> 1:30pm-2:30pm</p> <p><b>Meditación</b> 2pm-2:45pm</p> <p><b>Estiramiento y Movilidad</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>Vivir plenamente #1</b> (español) 3pm-4pm</p> <p><b>Estiramiento y yoga para niños</b> (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Cardio Mix</b> 5pm-6pm</p>
<p><b>Vivir Saludable: Lo mejor de mí #3</b> (español) 9am-10am</p> <p><b>Programa de bienestar para madres</b> 9am-11am</p> <p><b>Respire Bien, Viva Bien #2</b> (español) 10:30am-11:30am</p> <p><b>Pilates sobre un tapete</b> 11am-11:45am</p> <p><b>Ejercicio en silla</b> 1pm-1:45pm</p> <p><b>Respire Bien, Viva Bien #1</b> 1:30pm-2:30pm</p> <p><b>Yin Yoga</b> 2pm-2:45pm</p> <p><b>Vivir Saludable: Lo mejor de mí #3</b> 3pm-4pm</p> <p><b>Tai Chi</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>Estiramiento y yoga para niños</b> (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Zumbini (edades 0-4)</b> 4pm-4:45pm</p> <p><b>Hora de Juegos para niños</b> (de 5 a 11 años) 5pm-5:45pm</p> <p><b>Zumba</b> 5pm-6pm</p>	<p><b>Representante de Servicios para Miembro</b></p> <p><b>Clinica de bienestar para niños y adultos jóvenes</b> 10am-6pm</p> <p>Miembros activos de IEHP Directo de 3 a 21 años de edad ¿Le toca a su niño ir a una visita médica preventiva? Llame al (866) 228-4347 opción 3, para verificar su elegibilidad y programar una cita o visítenos para participar.</p> <p><b>Forma y rendimiento funcional</b> 9am-9:45am</p> <p><b>Cardio Mix</b> 10am-10:45am</p> <p><b>Estiramiento Consciente</b> 11am-11:45am</p> <p><b>Zumba</b> 12pm-12:45pm</p> <p><b>Equilibrio y estabilidad</b> 1pm-1:45pm</p> <p><b>Ejercicio en silla</b> 2pm-2:45pm</p> <p><b>Yin Yoga</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>Fitness de guerreros para niños</b> (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Tai Chi</b> 5pm-5:45pm</p>	<p><b>**Especialista de Renovación de IEHP</b></p> <p>Coma con inteligencia — permanezca activo Serie 7 (bilingüe) 9am-10:30am</p> <p>Forma y rendimiento funcional 9am-9:45am</p> <p>Estiramiento Consciente 10am-10:45am</p> <p>Ejercicios cardiovasculares y de fuerza 11am-11:45am</p> <p>Ejercicios aeróbicos en silla 12pm-12:45pm</p> <p>Yoga para principiantes 12pm-12:45pm</p> <p>Fuerza y Acondicionamiento 1pm-1:45pm</p> <p>Pilates sobre un tapete 2pm-2:45pm</p> <p>Herramientas digitales para una vida más saludable (español) 2:30pm-3:30pm</p> <p>Ejercicio de la zona central 3pm-3:45pm</p> <p><b>Día de la Tierra para niños</b> (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Estiramiento y Movilidad</b> 4pm-4:45pm</p> <p><b>Zumba</b> 5pm-6pm</p>	<p><b>Representante de Servicios para Miembro</b></p> <p><b>Pilates sobre un tapete</b> 9am-9:45am</p> <p><b>Yin Yoga</b> 10am-10:45am</p> <p><b>En forma para el rendimiento</b> 11am-11:45am</p> <p><b>Café y pintura</b> (bilingüe) 12pm-12:45pm</p> <p><b>Zumba</b> 12pm-12:45pm</p> <p><b>Equilibrio y estabilidad</b> 1pm-1:45pm</p> <p><b>Tai Chi</b> 2pm-2:30pm</p> <p><b>El corazón activo</b> (bilingüe) 2pm-2:45pm</p> <p><b>Ejercicio de fuerza sentado para adultos mayores y personas con discapacidad</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>El ritmo continua</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>Fitness de guerreros para niños</b> (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>¿Qué son los macronutrientes y micronutrientes?</b> (bilingüe) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Sudar al ritmo</b> 5pm-6pm</p>	<p><b>Elaborar un mejor presupuesto</b> 9am-10am</p> <p>10am-11am (español)</p> <p><b>HIIT</b> 9am-9:30am</p> <p><b>Sudar al ritmo</b> 10am-10:45am</p> <p><b>Zumbini (edades 0-4)</b> 10am-10:45am</p> <p><b>Pilates sobre un tapete</b> 11am-11:45am</p> <p><b>Cómo envejecer con gracia: mente y cuerpo</b> (bilingüe) 11am-11:45pm</p> <p><b>Ejercicio en silla</b> 12pm-12:45pm</p> <p><b>Estambre y telar</b> (bilingüe) 12pm-1pm</p> <p><b>Artes y manualidades</b> 1pm-1:45pm</p> <p><b>En forma para el rendimiento</b> 1pm-1:45pm</p> <p><b>Boxeo Aeróbico</b> 2pm-2:45pm</p> <p><b>Meditación</b> 2pm-2:45pm</p> <p><b>Mente, cuerpo y corazón feliz</b> 3pm-4pm</p> <p><b>Estiramiento y Movilidad</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>Estiramiento y yoga para niños</b> (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Niños en Forma</b> (de 5 a 11 años) 5pm-5:45pm</p>
<p><b>Coma con inteligencia — permanezca activo Serie 1</b> (bilingüe) 9am-10:30am</p> <p><b>Programa de bienestar para madres</b> 9am-11am</p> <p><b>Pilates sobre un tapete</b> 11am-11:45am</p> <p><b>Diez pasos para alcanzar el éxito financiero</b> 11am-12pm</p> <p>12pm-1pm (español)</p> <p><b>Estiramiento Consciente</b> 12pm-12:45pm</p> <p><b>Café y Pintura</b> (bilingüe) 12pm-12:45pm</p> <p><b>Ejercicio de fuerza sentado para adultos mayores y personas con discapacidad</b> 1pm-1:45pm</p> <p><b>Boxeo aeróbico</b> 2pm-2:45pm</p> <p><b>¿Qué son los macronutrientes y micronutrientes?</b> (bilingüe) 2pm-2:45pm</p> <p><b>Forma y rendimiento funcional</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>Los beneficios mentales de estar en forma</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>Estiramiento y yoga para niños</b> (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Zumbini (edades 0-4)</b> 4pm-4:45pm</p> <p><b>Zumba</b> 5pm-6pm</p>	<p><b>Representante de Servicios para Miembro</b></p> <p><b>Clinica de bienestar para niños y adultos jóvenes</b> 10am-6pm</p> <p>Miembros activos de IEHP Directo de 3 a 21 años de edad ¿Le toca a su niño ir a una visita médica preventiva? Llame al (866) 228-4347 opción 3, para verificar su elegibilidad y programar una cita o visítenos para participar.</p> <p><b>Forma y rendimiento funcional</b> 9am-9:45am</p> <p><b>Cardio Mix</b> 10am-10:45am</p> <p><b>Estiramiento Consciente</b> 11am-11:45am</p> <p><b>Zumba</b> 12pm-12:45pm</p> <p><b>Equilibrio y estabilidad</b> 1pm-1:45pm</p> <p><b>Ejercicio en silla</b> 2pm-2:45pm</p> <p><b>Yin Yoga</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>Fitness de guerreros para niños</b> (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Tai Chi</b> 5pm-5:45pm</p>	<p><b>**Especialista de Renovación de IEHP</b></p> <p>Coma con inteligencia — permanezca activo Serie 8 (bilingüe) 9am-10:30am</p> <p>Forma y rendimiento funcional 9am-9:45am</p> <p>Estiramiento Consciente 10am-10:45am</p> <p>Ejercicios cardiovasculares y de fuerza 11am-11:45am</p> <p>Ejercicios aeróbicos en silla 12pm-12:45pm</p> <p>Yoga para principiantes 12pm-12:45pm</p> <p>Fuerza y Acondicionamiento 1pm-1:45pm</p> <p>Pilates sobre un tapete 2pm-2:45pm</p> <p>Ejercicio de la zona central 3pm-3:45pm</p> <p><b>Pintura para niños</b> (de 5 a 11 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Estiramiento y Movilidad</b> 4pm-4:45pm</p> <p><b>Zumba</b> 5pm-6pm</p>	<p><b>Representante de Servicios para Miembro</b></p> <p><b>CERRADO</b> 9am-2pm</p> <p><b>Tai Chi</b> 2:15pm-3pm</p> <p><b>Dibujo paso a paso</b> 2:15pm-3pm</p> <p><b>Soy feliz y saludable</b> (bilingüe) 3pm-3:45pm</p> <p><b>Ejercicio de fuerza sen tado para adultos mayores y personas con discapacidad</b> 3pm-3:45pm</p> <p><b>Día Del Dr. Seuss Para Niños</b> (de 0-17 años) 4pm-4:45pm</p> <p><b>Hora de cuentos, manualidades, y juegos!</b> Se ofrecerán refrigerios, hasta agotar existencias</p> <p><b>Sudar al ritmo</b> 4pm-4:45pm</p>	<p><b>Levenda</b></p> <p>**Se requiere confirmación de Asistencia</p> <p>Color de fuente azul— edades 0-4 con padres</p> <p>Color de fuente morada— edades 5-11 con padres</p> <p>Color de fuente Negra— edades 12+</p>

*Sanamos e inspiramos la esencia de la humanidad.*

Las clases están sujetas a cambios.  
Todas las clases son por orden de llegada.

3590 Tyler Street, Suite 101, Riverside, CA 92503  
(frente a Galleria at Tyler)

De lunes a viernes, 9am-6pm

1-866-228-4347 • Los usuarios de TTY deben llamar al 711

www.iehp.org/crcClasses