

ENERO Y FEBRERO 2017

CLASES GRATUITAS DE EJERCICIO Y BIENESTAR

Mira atrás para clases especiales, eventos y lecturas

CLASE	CUANDO	DIRECCIÓN	ELEGIBILIDAD/INFO	CONTACTO	
BROOKLYN	Aeróbicos Suave o Yoga Sentando*	<u>MIÉRCOLES</u> 1:30 – 2:30 pm 4/1, 18/1, 8/2*	Kings County Hospital 451 Clarkson Ave	Gratis Pacientes con Cáncer y Sobrevivientes	Movimiento Para la Vida (212) 222-1351
	Ejercicios de Baile para la Salud	<u>JUEVES</u> 9:15 – 10:15 am 26/1 – 23/2	Brooklyn Arts Exchange 421 5 th Ave, Studio B	\$10 o lo que puede pagar Para Todos	Movimiento Para la Vida (212) 222-1351
BRONX	Ejercicios de Baile para Recuperación del Cáncer	<u>VIERNES</u> 11:00 am – 12:00 pm 13/1, 27/1, 10/2, 24/2	Jacobi Medical Center 1400 Pelham Parkway S. Building 1, 6 th Fl	Gratis Pacientes con Cáncer y Sobrevivientes Español y Ingles	Tina Stanise (718) 975-6558
MANHATTAN	Ejercicios de Baile para la Salud de los Huesos	<u>LUNES</u> 11:00 am – 12:00 pm (NO CLASE 2/1, 16/1, 20/2)	Initiative for Women with Disabilities at NYU Langone 359 2 nd Ave, 1 st Fl.	\$50 por el serie de clases. Mujeres discapacitadas Debe registrarse con IWD.	Para Registrarse: IWD (212) 598-6429
	Ejercicios de Baile para la Salud	<u>LUNES</u> 2:00 – 3:00 pm (NO CLASE 2/1, 16/1, 23/1, 20/2)	92 nd Street Y 1395 Lexington Ave	Gratis Para Todos	Para Registrarse: 92 nd St Y (212) 415-5500 www.92y.org
	Ejercicios de Baile para Recuperación del Cáncer	<u>LUNES</u> 3:45 – 5:00 pm (NO CLASE 2/1, 16/1, 20/2)	Gilda's Club 195 W Houston St.	Gratis Pacientes con Cáncer, Sobrevivientes y Familias Español y Ingles	Gilda's Club (212) 647-9700
	Ejercicios de Baile para Recuperación del Cáncer	<u>MIÉRCOLES</u> 12:00 – 1:00 pm	JCC of Manhattan 334 Amsterdam Ave @ 76 th St, 7 th Floor	Gratis Pacientes y Sobrevivientes de Cánceres Reproductivos	Para Registrarse: JCC (212) 523-7275
	Ejercicios de Baile para Recuperación del Cáncer	<u>JUEVES</u> 4:00 – 5:00 pm	Mt. Sinai Beth Israel Comprehensive Cancer Ctr 325 W 15 th St Main Conference Room	Gratis Pacientes con Cáncer y Sobrevivientes	Michelle Abraham (212) 694-6098 miabraham@chpnet.org
	Ejercicios de Baile para Recuperación del Cáncer	<u>SABADO</u> 11:00 am – 12:00pm (NO CLASE 14/1, 25/2)	JCC of Manhattan 334 Amsterdam Ave @ 76 th St, 5 th Floor	Gratis Pacientes y Sobrevivientes de Cánceres Reproductivos Español y Ingles	JCC (212) 523-7275
QUEENS	Ejercicios de Baile para la Salud	<u>LUNES</u> 6:30 – 7:30 pm 9/1– 13/2	Flushing Town Hall 137-35 Northern Blvd	Gratis Para Todos	Movimiento Para la Vida (212) 222-1351
	Ejercicios de Baile para la Salud	<u>JUEVES</u> 6:30 – 7:30 pm	Glen Oaks Public Library 256-04 Union Turnpike	Gratis Para Todos	Movimiento Para la Vida (212) 222-1351
	Aeróbicos Suave o Yoga Sentando*	<u>VIERNES MENSUALES</u> 2:00 – 3:30 pm 13/1, 10/2*	Queens Cancer Center 82-68 164th St, Rm A 540, Jamaica NY 11432	Gratis Pacientes con Cáncer y Sobrevivientes	Movimiento Para la Vida (212) 222-1351
HUDSON VALLEY	Ejercicios de Baile para Recuperación del Cáncer	<u>VIERNES</u> 10:00 – 11:00 am 13/1 – 24/2	Kingston Library 55 Franklin St. Kingston, NY	Gratis Para Todos	Movimiento Para la Vida (212) 222-1351
NEW JERSEY	Ejercicios de Baile para la Salud	<u>LUNES</u> 2:00 – 3:00 pm (NO CLASE 2/1)	Eureka Movement Wellness 281 Rt 34, Colts Neck, NJ	\$15 o lo que puede pagar Para Todos	Sherry Greenspan (732) 252-6906

Busque actualizaciones en internet en: www.movingforlife.org/class-calendars | Llama: 212.222.1351 | Email: info@movingforlife.org

ENERO Y FEBRERO 2017

EVENTOS Y LECTURAS GRATUITOS

	CLASE	CUANDO	DIRECCIÓN	ELEGIBILIDAD /INFO	CONTACTO
BRONX	Lectura de LatinaSHARE con Dra. Martha Eddy: La Importancia del Ejercicio en la Recuperación del Cáncer	Lunes, Feb 27 ^{tn} 11:00 am – 1:00 pm	Lincoln Medical and Mental Health Center 234 E 149th St (Btwn Park & Morris Ave)	Pacientes con Cáncer y Sobrevivientes Español	Marissa Bianco mbianco@sharecancersupport.org
MANHATTAN	Lectura de LatinaSHARE con Ana Leon Bella: La Importancia del Ejercicio en la Recuperación del Cáncer	Miercoles, Jan 11 ^{tn} 12:30 – 2:30 pm	Mt. Sinai St. Lukes Hospital 1111 Amsterdam Ave (Btwn 114 th & 115 th St)	Pacientes con Cáncer y Sobrevivientes Español	Marissa Bianco mbianco@sharecancersupport.org
	Lectura con Dra. Martha Eddy: Manejo de la Neuropatía	Martes, Jan 17 ^{tn} 11:00 am – 12:00 pm	Mt. Sinai Ruttenberg Treatment Center 1470 Madison Ave (Btwn 101 nd & 102 st St)	Pacientes con Cáncer y Sobrevivientes	Fran Ross fross@gildasclub.org
	Lectura de LatinaSHARE con Dra. Martha Eddy: La Importancia del Ejercicio en la Recuperación del Cáncer	Miercoles, Feb 15 ^{tn} 12:30 – 2:00 pm	Mt. Sinai Beth Israel Comprehensive Cancer Ctr 325 W 15 th St Main Conference Room	Pacientes con Cáncer y Sobrevivientes Español	Marissa Bianco mbianco@sharecancersupport.org
	Lectura de LatinaSHARE con Dra. Martha Eddy: La Importancia del Ejercicio en la Recuperación del Cáncer	Miercoles, Feb 15 ^{tn} 2:00 – 4:00 pm	Settlement Health 212 E 106 th St, #1 (Btwn 2 nd & 3 rd Ave)	Pacientes con Cáncer y Sobrevivientes Español	Marissa Bianco mbianco@sharecancersupport.org
	Lectura con Dana Davison: Neuropatía y dolor en las articulaciones	Jueves, Feb 16 ^{tn} 5:00 – 6:00 pm	Mt. Sinai Beth Israel Comprehensive Cancer Ctr 325 W 15 th St Main Conference Room	Pacientes con Cáncer y Sobrevivientes	Michelle Abraham (212) 694-6098 miabraham@chpnet.org
	Lectura de LatinaSHARE con Dra. Martha Eddy: La Importancia del Ejercicio en la Recuperación del Cáncer	Jueves, Feb 23 ^{ro} 10:00 – 11:30 am	New York-Presbyterian/ Columbia University Medical Center (Milstein Hospital Building) 177 Fort Washington Ave (Btwn W 165 th & 168 th St)	Pacientes con Cáncer y Sobrevivientes Español	Marissa Bianco mbianco@sharecancersupport.org
QUEENS	Lectura de Queens SHARE con Catherine Gross: Reducción de Estrés y Meditación Durante La Recuperación	Jueves, Feb 9 ^{tn} 7:00 – 8:00 pm	Samuel Field YM/YWHA 58-20 Little Neck Parkway (Btwn 59 th & 60 th Ave)	Pacientes con Cáncer y Sobrevivientes	Para Registrarse: Email rsvp@sharecancersupport.org o Llama 212.719.2943
STATEN ISLAND	Presentación con Michele Cetera: Introducción al Movimiento por la Vida	Sabado, Jan 28 ^{tn} 12:00 – 12:45 pm	Staten Island University Hospital Medical Arts Pavillion 242 Mason Ave.	Oncología Grupo de Apoyo de la Hospital de Northwell	Penny Troiano ptroiano1@northwell.edu



Busque actualizaciones en internet en: www.movingforlife.org/class-calendars | Llama: 212.222.1351 | Email: info@movingforlife.org

 /movingforlifedanceexercise  movingforlife_1