






Апрель 2026






| Воскрес. | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Сб |
|--|---|--|--|---|--|-----------|
| <i>Дополнительная информация и регистрация по телефону: 347-689-1818</i> | | | 1 11am-12pm: Динамическая йога 12pm-2pm: Шахматный клуб 12pm-2pm: Компьютерный класс Офис работает до 3pm. | 2  | 3  | 4 |
| 5 11-12:00: Динамическая йога (онлайн) | 6 11am-12pm Динамическая йога 12:30-1:30pm Тай Чи 12pm-2pm: Шахматы 12pm-2:00pm: Компьютерный класс | 7 11am-1pm: Танго 1pm-2pm: ЗУМБА 2pm-3pm: Брэйн фитнес(онлайн) | 8  | 9  | 10 10:30am-12pm Логические игры 11am-12pm: Динамическая йога 12pm-2pm: Шахматный клуб | 11 |
| 12 11-12:00: Динамическая йога (онлайн) | 13 11am-12pm Динамическая йога 12:30-1:30pm Тай Чи 12pm-2pm: Шахматы 12pm-2:00pm: Компьютерный класс | 14 11am-1pm: Танго 1pm-2pm: ЗУМБА 2pm-3pm: Брэйн фитнес(онлайн) | 15 11am-12pm: Динамическая йога 12pm-2pm: Шахматный клуб 12pm-2pm: Компьютерный класс 12:30pm-2pm Интернациональные танцы 1pm-2pm: Планета Людей (онлайн). Путешествие | 16 11am-12pm: Семинар с медсестрой (онлайн) 11am-1pm: Танго 1pm-2pm: ЗУМБА | 17 10:00am-11:30am Социальная зона 10:30am-12pm Логические игры 11am-12pm: Динамическая йога 12pm-2pm: Шахматный клуб | 18 |
| 19 11-12:00: Динамическая йога (онлайн) | 20 11am-12pm Динамическая йога 12:30-1:30pm Тай Чи 12pm-2pm: Шахматы 12pm-2:00pm: Компьютерный класс | 21 11am-1pm: Танго 1am-2pm: ЗУМБА 2pm-3pm: Брэйн фитнес(онлайн) | 22 11am-12pm: Динамическая йога 12pm-2pm: Шахматный клуб 11am-12pm Мастер-класс по социальным сетям 12pm-2pm: Компьютерный класс 12:30pm-2pm Интернациональные танцы | 23 11am-12pm: Семинар с медсестрой (онлайн) 11am-1pm: Танго 1pm-2pm: ЗУМБА | 24 10:30am-12pm Логические игры 11am-12pm: Динамическая йога 12pm-2pm: Шахматный клуб | 25 |
| 26 11-12:00: Динамическая йога (онлайн) | 27 11am-12pm Динамическая йога 12:30-1:30pm Тай Чи 12pm-2pm: Шахматы 12pm-2:00pm: Компьютерный класс | 28 11am-1pm: Танго 1am-2pm: ЗУМБА 2pm-3pm: Брэйн фитнес(онлайн) | 29 11am-12pm: Динамическая йога 12pm-2pm: Шахматный клуб 12pm-2pm: Компьютерный класс 12:30pm-2pm Интернациональные танцы Планета Людей (онлайн). День Земли | 30 11am-12pm: Семинар с медсестрой (онлайн) 11am-1pm: Танго 1pm-2pm: ЗУМБА |  | |

| Мероприятие | День недели | Время | Место |
|----------------------------------|--|-------------------|--|
| Тай Чи | Понедельник | 12:30pm- 13:30pm | Спортзал-сторона сцены |
| Мастер-класс по социальным сетям | 22 апреля | 11:00am -12:00pm | Комната 1 |
| Динамическая йога | понедельник, среда, пятница, в Шорфронте, воскресенье (онлайн) | 11:00am -12:00pm | Zoom: 876 8532 5570 Спорт зал Сторона сцены |
| Обучающий семинар с медсестрой | Четверг | 11:00am -12:00pm | Zoom: 828 8887 7396 |
| Шахматный клуб | понедельник, среда, пятница | 12:00pm – 2:00pm | Сцена |
| Планета людей | Среда 15, 29 апреля | 1:00pm - 2:00pm | Zoom: 86494927132 |
| Зумба | Вторник / четверг | 1:00pm- 2:00pm | Спорт зал Сторона офиса |
| Компьютерный класс | Понедельник, Среда | 12:00pm – 2:00pm | Комната 4 |
| Танго | Вторник / четверг | 11:00am -1:00pm | Спорт зал Сторона сцены |
| Пока все дома (зарядка для ума) | Вторник | 2:00pm - 3:00pm | Zoom: 827 4963 8510 |
| Интернациональные танцы | 15,22,29 апреля | 12:30pm-2:00pm | Спорт зал Сторона сцены |
| Социальная зона (на англ. языке) | 17 апреля | 10:00am – 11:30am | Комната 119 |
| Логические игры | Пятница | 10:30am-12:00pm | Комната 4 |
| | | | |
| | | | |

Our Funders: The New York State Office for the Aging (NYSOFA) & The New York City Department for the Aging (DFTA) partnered with NYC Council

Activity Schedule for Adults, 60 +

April 2026

| Sunday | Monday | Tuesday | Wednesday | Thursday | Friday | St |
|--|---|--|---|---|--|------------------|
| <p>For information and/or registration, please call: 347-689-1818</p> | | | <p>1 11-12pm: Dynamic Yoga 12-2pm: Chess Club 12pm-2pm: Computer Class</p> <p>Office hours till 3p.m.</p> | <p>2</p>  | <p>3</p>  | <p>4</p> |
| <p>5 1am-12pm: Dynamic Yoga (online)</p> | <p>6 11am-12pm: Dynamic Yoga 12:30pm-1:30pm Tai Chi 12pm-2pm: Chess Club 12pm-2pm: Computer Class</p> | <p>7 11am-1pm Tango 1pm-2pm: Zumba 1pm-2pm: Brain fitness (online)</p> | <p>8</p>  | <p>9</p>  | <p>10 10:30am-12:00pm Brain Aerobic 11am-12pm: Dynamic Yoga 12pm-2pm: Chess Club</p> | <p>11</p> |
| <p>12 11am-12pm: Dynamic Yoga (online)</p> | <p>13 11am-12pm: Dynamic Yoga 12:30pm-1:30pm Tai Chi 12pm-2pm: Chess Club 12pm-2pm: Computer Class</p> | <p>14 11am-1pm Tango 1pm-2pm: Zumba 1pm-2pm: Brain fitness (online)</p> | <p>15 11-12pm: Dynamic Yoga 12-2pm: Chess Club 12pm-2pm: Computer Class 12:30pm-2pm International Dance 1pm-2pm: People planet (online) Chili</p> | <p>16 11-12pm: Workshop RN (online) 11-1:00pm Tango 1-2pm: Zumba</p> | <p>17 10:00am-11:30am Social zone (Engl) 10:30am-12:00pm Brain Aerobic 11am-12pm: Dynamic Yoga 12pm-2pm: Chess Club</p> | <p>18</p> |
| <p>19 11am-12pm: Dynamic Yoga (online)</p> | <p>20 11am-12pm: Dynamic Yoga 12:30pm-1:30pm Tai Chi 12pm-2pm: Chess Club 12pm-2pm: Computer Class</p> | <p>21 11am-1pm Tango 1pm-2pm: Zumba 1pm-2pm: Brain fitness (online)</p> | <p>22 11-12pm: Dynamic Yoga 12-2pm: Chess Club 11am-12pm Social media Workshop 12pm-2pm: Computer Class 12:30pm-2pm: International Dance</p> | <p>23 11-12pm: Workshop RN (online) 11-1:00pm Tango 1-2pm: Zumba</p> | <p>24 10:30am-12:00pm Brain Aerobic 11am-12pm: Dynamic Yoga 12pm-2pm: Chess Club</p> | <p>25</p> |
| <p>26 11am-12pm: Dynamic Yoga (online)</p> | <p>27 11am-12pm: Dynamic Yoga 12:30pm-1:30pm Tai Chi 12pm-2pm: Chess Club 12pm-2pm: Computer Class</p> | <p>28 11am-1pm Tango 1pm-2pm: Zumba 1pm-2pm: Brain fitness (online)</p> | <p>29 11-12pm: Dynamic Yoga 12-2pm: Chess Club 12pm-2pm: Computer Class 12:30pm-2pm: International Dance 1pm-2pm: People planet (online) Earth Day</p> | <p>30 11-12pm: Workshop RN (online) 11-1:00pm Tango 1-2pm: Zumba</p> |  | |

| Activity | Meeting Day | Time | Location |
|-------------------------------------|--|---------------------|--|
| Chess Club | Monday, Wednesday, Friday | 12:00 PM – 2:00 PM | In-Person: Stage |
| Dynamic Yoga | Monday, Wednesday, Friday. Sunday (online only) | 11:00 AM - 12:00 PM | Zoom: 876 8532 5570 In-Person: Gym Stage side |
| Zumba | Tuesday / Thursdays | 1:00 PM - 2:00 PM | In-Person: Gym Office side |
| Brain fitness (online) | Tuesday | 1:00 PM - 2:00 PM | Zoom: 827 4963 8510 |
| Workshop with the Nurse (online) | Thursday | 11:00 AM - 12:00 PM | Zoom: 828 8887 7396 |
| Social Media Workshop | April 22 | 11:00 AM - 12:00 PM | Room 1 |
| People’s Planet | April 15 | 1:00PM - 2:00 PM | Zoom: 86494927132 |
| Social Zone (Engl) | April 17 | 10:00 AM– 11:30 AM | Room 119 |
| Tai Chi | Monday | 12:30 PM-1:30 PM | In-Person: Gym Stage side |
| Tango | Tuesday / Thursdays | 11:00 AM - 1:00 PM | In-Person: Gym Stage side |
| International Dance | April 15, 22, 29 | 12:30 PM-2:00 PM | In-Person: Gym Stage side |
| Brain Aerobic | Friday | 10:30 AM – 12:00 PM | Room 4 |

Our Funders: The New York State Office for the Aging (NYSOFA) & The New York City Department for the Aging (DFTA) partnered with NYC Council