



LINCOLN HEIGHTS SENIOR CENTER
2323 WORKMAN ST LA CA. 90031
(323) 225-9339
rap-lincolnheightsseniorcenter@lacity.org



AUMENTE
FLEXIBILIDAD

YOGA EN SILLA

REDUJA
TENSION



LUNES Y MIERCOLES
12:30PM-1:30PM
\$1.00 POR CADA CLASE
FELIZ AÑO NUEVO
REGITRASE EL LA OFICINA

SESIÓN DE BAJO IMPACTO, SEGURO Y EFECTIVO PARA TODO NIVEL DE FORMA
FISICA