



Health & Wellness

Family Program in Cicero, IL.

5900 W Cermak Rd. Cicero, IL 60804

✉ contactus@rinconfamilyservices.org

📞 (708) 943-7667



ABOUT THE PROGRAM

Welcome to our transformative Health and Wellness Program, where your well-being takes center stage! This holistic program is meticulously designed to empower you on your journey to a healthier, more fulfilling life.

Weekly Schedule - Free services with limited capacity. Reserve your spot!

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
10:00-11:00am Yoga & Meditation		9:00-10:30 am Walking for our Health at Cicero Community Park	9:00-10:30 am Walking for our Health at Cicero Community Park		9:00-10:30 am Walking for our Health at Cicero Community Park
11:30-12:30 pm Zumba Class		5:30-6:30 pm Zumba Class			

This program is part of the *Rincon's Positive Youth Opportunities, Dreamkeepers.*

www.rinconfamilyservices.org

5900 W Cermak Rd. Cicero, IL 60804



Salud y Bienestar

Programa Familiar en Cicero, IL.

5900 W Cermak Rd. Cicero, IL 60804

✉ contactus@rinconfamilyservices.org

📞 (708) 943-7667



ACERCA DEL PROGRAMA

¡Bienvenido a nuestro transformador Programa de Salud y Bienestar, donde su bienestar ocupa un lugar central! Este programa holístico está meticulosamente diseñado para empoderarlo en su viaje hacia una vida más saludable y plena.

Horario Semanal - Servicios gratuitos con espacios limitados.

¡Reserva tu lugar! - (708) 943-7667

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
10:00-11:00am Yoga & Meditación		9:00-10:30 am Caminando por Nuestra Salud en Cicero Community Park	9:00-10:30 am Caminando por Nuestra Salud en Cicero Community Park		9:00-10:30 am Caminando por Nuestra Salud en Cicero Community Park
11:30-12:30 pm Zumba Class		5:30-6:30 pm Zumba			

Este programa es parte de la iniciativa *Positive Youth Opportunities, Dreamkeepers*.