

OASIS CALENDAR FOR AUGUST 2026 | RANCHO BERNARDO WELLNESS

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
3 2025 - Active Total Body Conditioning Including Step 2025-1 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2125 - Slow Gentle Yoga 2125-1 - à la carte 9:30 AM - 10:30 AM 2009 - Curt's Condensed Cardio: Fitness in a Flash (30 min) 2009-1 - à la carte 10:45 AM - 11:15 AM 2073 - Dance Fit 2073-1 - à la carte 11:30 AM - 12:15 PM 2053 - Cardio Drumming 2053-1 - à la carte 12:30 PM - 1:15 PM 2065 - Cardio Drumming to the Oldies 2065-1 - à la carte 1:30 PM - 2:15 PM 2092 - Gentle Qi Gong 2092-1 - à la carte 2:30 PM - 3:15 PM 2117 - Tai Chi Chuan: Beginning 2117-1 - à la carte 3:15 PM - 4:00 PM	4 2061 - Cardio Drumming and Weights 2061-1 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2081 - Essentrics: Strengthen, Sculpt & Stretch 2081-1 - à la carte 9:30 AM - 10:20 AM 2017 - Active Total Body Conditioning 2017-1 - à la carte 10:45 AM - 11:45 AM 2133 - Zumba® Gold 2133-1 - à la carte 12:00 PM - 1:00 PM 2045 - Better Balance 2045-1 - à la carte 1:15 PM - 2:15 PM 2111 - Zumba® + Lift 2111-1 - à la carte 2:30 PM - 3:30 PM	5 2013 - Circuit Training 2013-1 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2109 - Soul Line Dancing – Basics 2109-1 - à la carte 9:30 AM - 10:30 AM 2105 - Soul Line Dancing 2105-1 - à la carte 10:45 AM - 11:45 AM 2037 - Aerobic Intervals 2037-1 - à la carte 12:00 PM - 1:00 PM 2077 - Essentrics: Strengthen, Sculpt & Stretch 2077-1 - à la carte 1:15 PM - 2:05 PM 2097 - Line Dancing for Beginners 2107-1 - à la carte 2:30 PM - 3:30 PM 3018 - Room Hold - The Pact Dance Co - Rental 4:00 PM - 8:30 PM	6 2029 - Active Total Body Conditioning/TRX 2029-1 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2021 - Active Total Body Conditioning 2021-1 - à la carte 9:30 AM - 10:30 AM 2033 - Active Total Body Conditioning/TRX 2103-1 - à la carte 10:45 AM - 11:45 AM 2049 - Better Balance 2049-1 - à la carte 12:00 PM - 1:00 PM 2085 - Gentle Hatha Yoga and Guided Relaxation 2085-1 - à la carte 1:15 PM - 2:15 PM 2101 - Seated Chair Yoga and Guided Relaxation 2101-1 - à la carte 2:30 PM - 3:30 PM 3018 - Room Hold - The Pact Dance Co - Rental 4:00 PM - 8:30 PM	7 2129 - Yo-Pi 2129-1 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2041 - Aerobic Intervals 2041-1 - à la carte 9:30 AM - 10:30 AM 2121 - Tai Chi Chuan: Intermediate 2121-1 - à la carte 10:45 AM - 11:30 AM 2057 - Cardio Drumming 2057-1 - à la carte 12:00 PM - 12:45 PM 2069 - Cardio Drumming to the Oldies 2069-1 - à la carte 1:00 PM - 1:45 PM 2195 - Meditation: Your Key to Health, Wellness & Peace 2195-1 - à la carte 1:00 PM - 1:45 PM RB MR Room 2189 - Tai Chi Chuan: Beginning 2189-1 - à la carte 2:15 PM - 3:00 PM
10 2025 - Active Total Body Conditioning Including Step 2025-2 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2125 - Slow Gentle Yoga 2125-2 - à la carte 9:30 AM - 10:30 AM 2009 - Curt's Condensed Cardio: Fitness in a Flash (30 min) 2009-2 - à la carte 10:45 AM - 11:15 AM 2073 - Dance Fit 2073-2 - à la carte 11:30 AM - 12:15 PM 2053 - Cardio Drumming 2053-2 - à la carte 12:30 PM - 1:15 PM 2065 - Cardio Drumming to the Oldies 2065-2 - à la carte 1:30 PM - 2:15 PM 2117 - Tai Chi Chuan: Beginning 2117-2 - à la carte 3:15 PM - 4:00 PM	11 2061 - Cardio Drumming and Weights 2061-2 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2081 - Essentrics: Strengthen, Sculpt & Stretch 2081-2 - à la carte 9:30 AM - 10:20 AM 2017 - Active Total Body Conditioning 2017-2 - à la carte 10:45 AM - 11:45 AM 2133 - Zumba® Gold 2133-2 - à la carte 12:00 PM - 1:00 PM 2045 - Better Balance 2045-2 - à la carte 1:15 PM - 2:15 PM 2111 - Zumba® + Lift 2111-2 - à la carte 2:30 PM - 3:30 PM	12 2013 - Circuit Training 2013-2 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2109 - Soul Line Dancing – Basics 2109-2 - à la carte 9:30 AM - 10:30 AM 2105 - Soul Line Dancing 2105-2 - à la carte 10:45 AM - 11:45 AM 2037 - Aerobic Intervals 2037-2 - à la carte 12:00 PM - 1:00 PM 2077 - Essentrics: Strengthen, Sculpt & Stretch 2077-2 - à la carte 1:15 PM - 2:05 PM 2097 - Line Dancing for Beginners 2107-2 - à la carte 2:30 PM - 3:30 PM 3018 - Room Hold - The Pact Dance Co - Rental 4:00 PM - 8:30 PM	13 2029 - Active Total Body Conditioning/TRX 2029-2 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2021 - Active Total Body Conditioning 2021-2 - à la carte 9:30 AM - 10:30 AM 2033 - Active Total Body Conditioning/TRX 2103-2 - à la carte 10:45 AM - 11:45 AM 2049 - Better Balance 2049-2 - à la carte 12:00 PM - 1:00 PM 2085 - Gentle Hatha Yoga and Guided Relaxation 2085-2 - à la carte 1:15 PM - 2:15 PM 2101 - Seated Chair Yoga and Guided Relaxation 2101-2 - à la carte 2:30 PM - 3:30 PM 3018 - Room Hold - The Pact Dance Co - Rental 4:00 PM - 8:30 PM	14 2129 - Yo-Pi 2129-2 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2041 - Aerobic Intervals 2041-2 - à la carte 9:30 AM - 10:30 AM 2121 - Tai Chi Chuan: Intermediate 2121-2 - à la carte 10:45 AM - 11:30 AM 2057 - Cardio Drumming 2057-2 - à la carte 12:00 PM - 12:45 PM 2069 - Cardio Drumming to the Oldies 2069-2 - à la carte 1:00 PM - 1:45 PM 2195 - Meditation: Your Key to Health, Wellness & Peace 2195-2 - à la carte 1:00 PM - 1:45 PM RB MR Room 2189 - Tai Chi Chuan: Beginning 2189-2 - à la carte 2:15 PM - 3:00 PM

OASIS CALENDAR FOR AUGUST 2026 | RANCHO BERNARDO WELLNESS

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
17 2025 - Active Total Body Conditioning Including Step 2025-3 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2125 - Slow Gentle Yoga 2125-3 - à la carte 9:30 AM - 10:30 AM 2009 - Curt's Condensed Cardio: Fitness in a Flash (30 min) 2009-3 - à la carte 10:45 AM - 11:15 AM 2073 - Dance Fit 2073-3 - à la carte 11:30 AM - 12:15 PM 2053 - Cardio Drumming 2053-3 - à la carte 12:30 PM - 1:15 PM 2065 - Cardio Drumming to the Oldies 2065-3 - à la carte 1:30 PM - 2:15 PM 2092 - Gentle Qi Gong 2092-2 - à la carte 2:30 PM - 3:15 PM 2117 - Tai Chi Chuan: Beginning 2117-3 - à la carte 3:15 PM - 4:00 PM	18 2061 - Cardio Drumming and Weights 2061-3 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2081 - Essentrics: Strengthen, Sculpt & Stretch 2081-3 - à la carte 9:30 AM - 10:20 AM 2017 - Active Total Body Conditioning 2017-3 - à la carte 10:45 AM - 11:45 AM 2133 - Zumba® Gold 2133-3 - à la carte 12:00 PM - 1:00 PM 2045 - Better Balance 2045-3 - à la carte 1:15 PM - 2:15 PM 2111 - Zumba® + Lift 2111-3 - à la carte 2:30 PM - 3:30 PM	19 2013 - Circuit Training 2013-3 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2109 - Soul Line Dancing – Basics 2109-3 - à la carte 9:30 AM - 10:30 AM 2105 - Soul Line Dancing 2105-3 - à la carte 10:45 AM - 11:45 AM 2037 - Aerobic Intervals 2037-3 - à la carte 12:00 PM - 1:00 PM 2077 - Essentrics: Strengthen, Sculpt & Stretch 2077-3 - à la carte 1:15 PM - 2:05 PM 2097 - Line Dancing for Beginners 2097-3 - à la carte 2:30 PM - 3:30 PM 3018 - Room Hold - The Pact Dance Co - Rental 4:00 PM - 8:30 PM	20 2029 - Active Total Body Conditioning/TRX 2029-3 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2021 - Active Total Body Conditioning 2021-3 - à la carte 9:30 AM - 10:30 AM 2033 - Active Total Body Conditioning/TRX 2033-3 - à la carte 10:45 AM - 11:45 AM 2049 - Better Balance 2049-3 - à la carte 12:00 PM - 1:00 PM 2085 - Gentle Hatha Yoga and Guided Relaxation 2085-3 - à la carte 1:15 PM - 2:15 PM 2101 - Seated Chair Yoga and Guided Relaxation 2101-3 - à la carte 2:30 PM - 3:30 PM 3018 - Room Hold - The Pact Dance Co - Rental 4:00 PM - 8:30 PM	21 2129 - Yo-Pi 2129-3 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2041 - Aerobic Intervals 2041-3 - à la carte 9:30 AM - 10:30 AM 2121 - Tai Chi Chuan: Intermediate 2121-3 - à la carte 10:45 AM - 11:30 AM 2057 - Cardio Drumming 2057-3 - à la carte 12:00 PM - 12:45 PM 2069 - Cardio Drumming to the Oldies 2069-3 - à la carte 1:00 PM - 1:45 PM 2189 - Tai Chi Chuan: Beginning 2189-3 - à la carte 2:15 PM - 3:00 PM 22 Saturday 2163 - Active Total Body Conditioning 10:00 AM - 10:45 AM 2093 - Essentrics: Strengthen, Sculpt & Stretch 11:00 AM - 11:45 AM 2113 - Tai Chi & Qigong for Wellness 12:00 PM - 12:45 PM
24 2025 - Active Total Body Conditioning Including Step 2025-4 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2125 - Slow Gentle Yoga 2125-4 - à la carte 9:30 AM - 10:30 AM 2009 - Curt's Condensed Cardio: Fitness in a Flash (30 min) 2009-4 - à la carte 10:45 AM - 11:15 AM 2073 - Dance Fit 2073-4 - à la carte 11:30 AM - 12:15 PM 2053 - Cardio Drumming 2053-4 - à la carte 12:30 PM - 1:15 PM 2065 - Cardio Drumming to the Oldies 2065-4 - à la carte 1:30 PM - 2:15 PM 2117 - Tai Chi Chuan: Beginning 2117-4 - à la carte 3:15 PM - 4:00 PM	25 2061 - Cardio Drumming and Weights 2061-4 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2081 - Essentrics: Strengthen, Sculpt & Stretch 2081-4 - à la carte 9:30 AM - 10:20 AM 2017 - Active Total Body Conditioning 2017-4 - à la carte 10:45 AM - 11:45 AM 2133 - Zumba® Gold 2133-4 - à la carte 12:00 PM - 1:00 PM 2045 - Better Balance 2045-4 - à la carte 1:15 PM - 2:15 PM 2111 - Zumba® + Lift 2111-4 - à la carte 2:30 PM - 3:30 PM	26 2013 - Circuit Training 2013-4 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2109 - Soul Line Dancing – Basics 2109-4 - à la carte 9:30 AM - 10:30 AM 2105 - Soul Line Dancing 2105-4 - à la carte 10:45 AM - 11:45 AM 2037 - Aerobic Intervals 2037-4 - à la carte 12:00 PM - 1:00 PM 2077 - Essentrics: Strengthen, Sculpt & Stretch 2077-4 - à la carte 1:15 PM - 2:05 PM 2097 - Line Dancing for Beginners 2097-4 - à la carte 2:30 PM - 3:30 PM 3018 - Room Hold - The Pact Dance Co - Rental 4:00 PM - 8:30 PM	27 2029 - Active Total Body Conditioning/TRX 2029-4 - à la carte 8:30 AM - 9:15 AM 2021 - Active Total Body Conditioning 2021-4 - à la carte 9:30 AM - 10:30 AM 2033 - Active Total Body Conditioning/TRX 2033-4 - à la carte 10:45 AM - 11:45 AM 2049 - Better Balance 2049-4 - à la carte 12:00 PM - 1:00 PM 2085 - Gentle Hatha Yoga and Guided Relaxation 2085-4 - à la carte 1:15 PM - 2:15 PM 2101 - Seated Chair Yoga and Guided Relaxation 2101-4 - à la carte 2:30 PM - 3:30 PM 3018 - Room Hold - The Pact Dance Co - Rental 4:00 PM - 8:30 PM	28 ***NO OASIS CLASSES – TASTE OF OASIS***

OASIS CALENDAR FOR AUGUST 2026 | RANCHO BERNARDO WELLNESS