



Community Calendar



AUGUST IS GOLFING MONTH

TAO Inspired Living homeowners also enjoy the Riviera Maya Golf Course, an impressive and renowned project designed by Robert Trent Jones II. Surrounding this stunning 27 hole course, you will experience the vibrancy of the natural landscape, in a balance of wild jungle, natural lakes and water features, and exposed ancient limestone. This beautiful and challenging golf course is considered to be the third best in the country and many important tournaments are hosted here throughout the year. Contact Yatzi for more information at propertym@taoinspiredliving.com

— TAO FOUNDATION EVENTS —

TRIP TO YAXCHÉ

Join us on the 19th of August for our upcoming visit to the Mayan community of Yaxché. See you all at the TWC Lobby at 8 AM. For more information please contact Claudia at: claudiam@taoinspiredliving.com.

DIABETES MISSION

Our mission is to prevent and cure diabetes and to improve the lives of all people affected by diabetes. There is an emerging global epidemic of diabetes that can be traced back to rapid increases in overweight, obesity and physical inactivity. Locally, the **TAO Foundation** works very closely with the residents that live in Akumal, Chemuyil and Tulum.

AKUMAL: Every Tuesday we will visit the Health Clinic of Akumal to test the sugar levels of people of all ages.

TULUM: Every Wednesday we will visit the Palapa de los Abuelitos in Tulum. Here we will test the blood sugar levels of the elderly people.

CHEMUYIL: Every Thursday we will visit the Oropendula Palapa (a few minutes from the main library) and we will be testing the blood sugar levels on people of all ages.

SPECIAL ANANDA YOGA CLASS, WITH MONTSE

August 21st 10 AM - 11 AM

Ananda Yoga classes focus on gentle postures designed to move the energy up to the brain and prepare the body for meditation. Classes also focus on proper body alignment and controlled breathing.

HEKAB BE BIBLOTECA SUMMER, AKUMAL

August 1st - 14th, 9 AM - 1 PM

Summer Program at Hekab be Biblioteca is always looking for volunteer to teach classes or donate time. Go by and share your special skills/knowledge with the wonderful children of Akumal Pueblo.

“VIDAS” FREE SPAY & NEUTER CLINIC FOR DOGS & CATS

August 8th - 13th, 8 AM - 12 noon

Volunteers needed to help with: Promoting this clinic (Fliers can be picked up the week before from Coco's Cat Rescue), Transport to help people get their animals to and from the clinic, Recovery room, Check in, Check out. If you are interested in helping with any of above please contact info@cocoscatrescue.org

INTERNATIONAL PLAY IN THE SAND DAY

August 11th

We are very lucky to live in one of the most beautiful and picturesque places in the world. Just 5 minutes from **TAO** we have the gorgeous beaches of Akumal and 10 minutes we are blessed with the stunning beaches of Xcacel. Take time today to enjoy our world class beaches.

SPANISH CLASSES

Join Kathy as she perfects our Spanish in fun and exciting ways.

AUGUST

MONDAYS

- **7 AM** TAO Tennis.
- **8 AM** Kundalini Yoga.
- **9 AM** Zumba & Dance.

TUESDAYS

- **8 AM** Diabetes Mission: Akumal.
- **8 AM** Hatha Yoga.
- **9:30AM** Spanish Class.

WEDNESDAYS

- **7 AM** TAO Tennis.
- **8 AM** Kundalini Yoga.
- **8:30 AM** Diabetes Mission: Tulum.
- **9 AM** Zumba & Dance.
- **10 AM** Akumal Farmers Market.

THURSDAYS

- **7:30 AM** Diabetes Mission: Chemuyil.
- **8 AM** Hatha Yoga.

FRIDAYS

- **8 AM** Kundalini Yoga.
- **10 AM** Spanish Class.

SATURDAYS

- **8 AM** Stretching Yoga.
- **10 AM** Akumal Farmers Market.

SUNDAY 3rd.

- International Friendship Day.

FRIDAY 8th.

- International Day of Happiness.

SATURDAY 9th.

- International Day of Indigenous People.
- International Book Lovers Day.

MONDAY 11th.

- International Play in the Sand Day.

TUESDAY 12th.

- International Youth Day.

TUESDAY 19th.

- **8 AM** Yaxché Visit.
- Humanitarian Day.

THURSDAY 21st.

- **10 AM** Adana Yoga Class.

FRIDAY 22nd.

- International Hug your Boss Day.

FRIDAY 29th.

- **6 PM** Movie Night.

At TAO
a healthy, happy life
is an INSPIRED LIFE.



Calendario de la Comunidad



AGOSTO ES EL MES DEL GOLF

Los **propietarios de una casa** en **TAO Inspired Living** también disfrutan el Riviera Maya golf Club, una impresionante obra de arquitectura donde el reconocido diseñador Robert Trent Jones II ha logrado generar una espectacular sinergia del campo de golf de 27 hoyos con la fastuosa selva maya, lagos naturales y cenotes dentro de una escarpada geografía. Este bello y retador campo de golf es considerado el tercer mejor en el país y muchos torneos importantes se llevan a cabo a lo largo del año. Contacta a Yatzi para más informes en propertym@taoinspiredliving.com

—EVENTOS DE LA FUNDACIÓN TAO—

VIAJE A YAXCHÉ

Únete este 19 de agosto a nuestra próxima visita a la comunidad maya de Yaxché. Nos vemos en el lobby del TAO Wellnes Center a las 8 AM. Para más informes, contacta a Claudia en: claudiam@taoinspiredliving.com.

MISIÓN CONTRA LA DIABETES

Nuestra misión es prevenir y curar la diabetes para mejorar las vidas de todas las personas afectadas por la diabetes. Existe una epidemia global emergente de diabetes, que puede rastrearse a rápidos incrementos de sobrepeso, obesidad e inactividad física. En la región, la **Fundación TAO** trabaja de cerca con los residentes que viven en Tulum y Chemuyil.

AKUMAL: Cada martes visitaremos la Clínica de Salud de Akumal para examinar los niveles de azúcar en personas de todas las edades.

TULUM: Cada miércoles visitaremos la Palapa de los Abuelitos en Tulum. Aquí examinaremos los niveles de azúcar en la sangre de las personas de la tercera edad.

CHEMUYIL: Cada jueves visitaremos la Palapa Oropendula (a pocos minutos de la biblioteca principal) y examinaremos los niveles de azúcar en la sangre de las personas de todas las edades.

VERANO EN LA BIBLIOTECA HEKAB BE, AKUMAL Agosto 1o. - 14, 9 AM - 1 PM

El Curso de Verano en la Biblioteca Hekab be siempre recibe voluntarios para dar clases o que donen su tiempo. Pasa y comparte tus habilidades y/o conocimientos con los maravillosos niños del pueblo de Akumal.

CLÍNICA GRATUITA DE ESTERILIZACIÓN PARA PERROS & GATOS DE “VIDAS”

Agosto 8 - 13, 8 AM - 12 mediodía
Se necesitan voluntarios para ayudar con: Promoción de la clínica (los volantes se pueden recoger una semana antes en Coco's Cat Rescue); Cuidado en el área de recuperación; Registro de entrada de animales y; Registro de salida de animales. Si estas interesado en ayudar por favor contáctanos en info@cocoscaterescue.org

DÍA INTERNACIONAL DE JUGAR EN LA ARENA

Agosto 11
Somos muy afortunados de vivir en uno de los lugares más bellos y pintorescos en el mundo. A sólo 5 minutos de **TAO** tenemos las bellas playas de Akumal y a 10 minutos tenemos las hermosas playas de Xcacel. Este día toma el tiempo para disfrutar de nuestras playas de renombre mundial.

CLASE ESPECIAL DE ANANDA YOGA, COM MONTSE

Agosto 21, 10 AM - 11 AM
Las clases de Ananda Yoga se enfocan en posturas gentiles diseñadas para moder la energía hacia el cerebro y preparar el cuerpo para meditación. Las clases también se enfocan en una correcta alineación del cuerpo y controlar la respiración.

CLASES DE ESPAÑOL

Únete a Kathy, ella te ayudará a perfeccionar tu español de forma divertida y emocionante.

AGOSTO

LUNES

- **7 AM** TAO Tenis.
- **8 AM** Kundalini Yoga.
- **9 AM** Zumba & Baile.

MARTES

- **8 AM** Misión contra la Diabetes en Akumal.
- **8 AM** Hatha Yoga.
- **9:30AM** Clase de Español.

MIÉRCOLES

- **7 AM** TAO Tenis.
- **8 AM** Kundalini Yoga.
- **8:30 AM** Misión contra la Diabetes en Tulum.
- **9 AM** Zumba & Baile.
- **10 AM** Mercado de Agricultores en Akumal.

JUEVES

- **7:30 AM** Misión contra la Diabetes en Chemuyil.
- **8 AM** Hatha Yoga.

VIERNES

- **8 AM** Kundalini Yoga.
- **10 AM** Clase de Español.

SÁBADOS

- **8 AM** Yoga de Estiramiento.
- **10 AM** Mercado de Agricultores en Akumal.

DOMINGO 3

- Día Internacional de la Amistad.

VIERNES 8

- Día Internacional de la Felicidad.

SÁBADO 9

- Día Internacional de los Pueblos Indígenas.
- Día Internacional de los Amantes de Libros.

LUNES 11

- Día Internacional de Jugar en la Arena.

MARTES 12

- Día Internacional de la Juventud.

MARTES 19

- **8 AM** Visita a Yaxché.
- Día Humanitario

JUEVES 21

- **10 AM** Clase de Adana Yoga.

VIERNES 22

- Día Internacional de Abrazar a tu Jefe.

VIERNES 29

- **6 PM** Noche de Película.