

# **ACTIVIDAD FÍSICA ADULTO JOVEN**

## **UNIDAD DEPORTIVA SIDERENSE**

### **Hidroaeróbicos:**

**Lunes y Miércoles 7:00pm (Fercho)**

**Miércoles 9:00am (Juan Miguel)**

**Viernes 8:00am (Mingo)**

**Sábados 8:00am (Fercho)**

**(valor \$4.300)**

**Martes y Jueves: Funcional mixta 7:30am**

**Rumba mixta 8:30am**

**Funcional mixta 6:00pm**

**Rumba mixta 7:00pm**

**Jueves: Taebo 7:00pm**

**Domingos: StepBox 8:30am**