

ACTIVIDAD FÍSICA

UNIDAD DEPORTIVA LA TABLAZA

PROFESOR "MINGO"

Lunes

9:00 a.m. Aero Step

6:30 p.m. Cardio Step

7:30 p.m. Rumba Aeróbica

Miércoles

9:00 a.m. Hidroaeróbicos

6:30 p.m. Entrenamiento Funcional

7:30 p.m. Taebo

Viernes 9:00 a.m. Aero Step

Domingo 9:00 a.m. Rumba Aeróbica