

ACTIVIDAD FÍSICA

UNIDAD DEPORTIVA LA TABLAZA

PROFESOR MAURICIO CASTRO

Lunes Y Miércoles 8:00 a.m. Circuito

Martes 8:00 a.m. Rumba Aeróbica

Jueves 8:00 a.m. Abdomen Step

Viernes 8:00 a.m. Rumba Aeróbica

UNIDAD DEPORTIVA SIDERENSE

Lunes y Viernes 10:00 a.m.

Entrenamiento de Fuerza (Adulto Mayor)

