

HORARIOS DISCIPLINAS DEPORTIVAS 2017

## ACTIVIDAD FÍSICA

### UNIDAD DEPORTIVA SIDERENSE

#### LUNES:

7:30 a.m Aero Step

#### MARTES:

7:15 a.m. Entrenamiento Funcional

8:15 a.m. Rumba Aeróbica

6:00 p.m. Cardio Step

7:30 p.m. Rumba Aeróbica

#### JUEVES:

7:15 a.m. Entrenamiento Funcional

8:15 a.m. Taebo

6:00 p.m. Entrenamiento Funcional

7:00 p.m. Taebo

#### VIERNES:

8:15 a.m. Cardio Step

#### DOMINGO:

9:00 a.m. Fusión



 [inderelaestrella](#)

 [laestrellaindere](#)

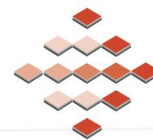
[www.indere.gov.co](http://www.indere.gov.co)



**INDERE**

Tu Familia Es  
Protagonista

*Seguimos avanzando*



Alcaldía de La Estrella  
*Seguimos avanzando*