

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](https://www.instagram.com/inderelaestrella)

 [laestrellaindere](https://www.facebook.com/laestrellaindere)

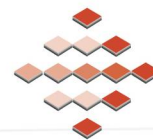
www.indere.gov.co



INDERE

Tu Familia Es
Protagonista

Seguimos avanzando



Alcaldía de La Estrella
Seguimos avanzando