

# ACTIVIDAD FÍSICA

## UNIDAD DEPORTIVA LA TABLAZA

### PROFESOR MAURICIO

Lunes

9:00 a.m. Spinning

Martes

8:00 a.m. Rumba Aeróbica

7:30 p.m. Entrenamiento Militar

Miércoles

8:00 a.m. Entrenamiento Funcional

Jueves

8:00 p.m. Circuito de Entrenamiento

Viernes

9:00 a.m. Spinning