

# CALENDARIO DE ACTIVIDADES

## SERVICIO DE DINAMIZACIÓN DEPORTIVA MANCOMUNIDAD SIERRA SUROESTE

LUNES - 20 ABRIL	MARTES - 21 ABRIL	MIÉRCOLES - 22 ABRIL	JUEVES - 23 ABRIL	VIERNES - 24 ABRIL
<b><u>FUNCIONAL</u></b> con Javier Márquez	<b><u>TONIFICACIÓN BÁSICA</u></b> con Javier Márquez	<b><u>FUNCIONAL</u></b> con Alejandro Carrascal	<b><u>TONIFICACIÓN BÁSICA</u></b> con Javier Márquez	<b><u>HIIT</u></b> con Luis Rasero
	<b><u>AERODANCE</u></b> con Luis Rasero		<b><u>TONIFICACIÓN AVANZADA</u></b> con Luis Rasero	
LUNES - 27 ABRIL	MARTES - 28 ABRIL	MIÉRCOLES - 29 ABRIL	JUEVES - 30 ABRIL	VIERNES - 1 MAYO
<b><u>FUNCIONAL</u></b> con Javier Márquez	<b><u>TONIFICACIÓN BÁSICA</u></b> con Eduardo Reales	<b><u>CARDIO</u></b> con Alejandro Carrascal	<b><u>TONIFICACIÓN BÁSICA</u></b> con Javier Márquez	<b><u>FUNCIONAL</u></b> con Eduardo Reales
<b><u>GAP</u></b> con Alejandro Carrascal	<b><u>ZUMBA</u></b> Con Inma Pitel		<b><u>TONIFICACIÓN AVANZADA</u></b> con Luis Rasero	<b><u>MUEVETE BAILANDO</u></b>
LUNES - 4 MAYO	MARTES - 5 MAYO	MIÉRCOLES - 6 MAYO	JUEVES - 7 MAYO	VIERNES - 8 MAYO
<b><u>FUNCIONAL</u></b> con Javier Márquez	<b><u>TONIFICACIÓN BÁSICA</u></b> con Eduardo Reales	<b><u>RUTINA QUEMAGRASA</u></b> con Alejandro Carrascal	<b><u>TONIFICACIÓN BÁSICA</u></b> con Javier Márquez	<b><u>HIIT</u></b> con Luis Rasero
<b><u>JUEGA EN FAMILIA</u></b>	<b><u>ZUMBA</u></b> con Alejandro Carrascal	<b><u>GERONTOGIMNASIA</u></b> con Eduardo Reales	<b><u>TONIFICACIÓN AVANZADA</u></b> con Luis Rasero	<b><u>RETO INFANTIL</u></b> con Alejandro Carrascal
LUNES - 11 MAYO	MARTES - 12 MAYO	MIÉRCOLES - 13 MAYO	JUEVES - 14 MAYO	VIERNES - 15 MAYO