## **Entrenamiento funcional**

# Red adscrita \*\* Salud Comunitaria Aragón

#### **Temas**

Juventud, Mujeres, Hombres, Actividad física.

### Descripción

Esta actividad, llevada a cabo por la sección de deportes de la comarca del Bajo Aragón, con monitores titulados, combina el ejercicio físico de cardio + fuerza.

Se realizan varios ejercicios tanto musculares como aeróbicos.

Dirigido a adultos (mujeres y hombres).

Se lleva a cabo en el polideportivo municipal en horario Lunes; 20:15–21:15/Miércoles; 20:30–21:30.

Pago de la cuota de 64 euros por curso anual.

#### **Población**

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera ()

#### Persona de contacto

Deportes comarca Bajo Aragón. (978834389) (deportes@bajoaragon.es)

#### Fecha de última actualización de la actividad

17/02/2025

#### Situación actual de la actividad

Histórica con seguimiento

#### Gratuita

No

#### Localización

