

# 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

Calle escuelas 0 44564 Mas de las Matas Teruel Aragón España

