



# II DÍA DEL FITNESS

## SÁBADO

### 7 DE NOVIEMBRE 2015

## PABELLÓN INFANTA JUANA

### NIÑOS

11 H. FITNESS INFANTIL: BAILE  
+ CIRCUITO ADAPTADO

### ADULTOS

11 H. XPINNING

11 H. GAP CON BANDAS ELÁSTICAS  
(llevar guantes y colchoneta)

12 H. ENTRENAMIENTO EN GIMNASIO:  
VARIANTES Y CORRECCIONES.

12 H. AEROJUMPING (llevar segundo  
calzado).

13 H. ENTRENAMIENTO EN CIRCUITO  
+ ESTIRAMIENTOS.



Zaratan  
Saludable



Inscripción previa gratuita en  
[deportes@zaratan.es](mailto:deportes@zaratan.es)