

ACTIVIDADES

EN ACJ PORTONES

12 a 17 años

LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES



HORARIO

16:45 a 17:30
17:30 a 18:15
17:30 a 18:15
18:15 a 19:15
19:15 a 20:15



ACTIVIDAD

Musculación y Cardio
Ymca Force
Tenis
Deportes
EPA

Sala
Parque o BBQ
Canchas Tenis
Canchas ext.
Varios

MARTES Y JUEVES

16:30 a 17:15
17:15 a 18:00
18:15 a 19:00

Ymca Force
Deportes
Vóleybol

Parque
Canchas exteriores
Canchas exteriores

VIGENTES A PARTIR DEL 18/12

HORARIOS ADOLESCENCIA Y JUVENILES

ACTIVIDADES

EN ACJ PORTONES

15 a 17 años

LUNES, MIÉRCOLES Y VIERNES



HORARIO



ACTIVIDAD

17.30 a 18:15	Tenis	Canchas Tenis
17:30 a 19:00	Musculación y Cardio	Sala
18:15 a 19:15	Deportes	Canchas ext.
18:20 a 19:05	Zumba*	Salón Fitness
19:15 a 20:15	EPA	Varios
20:15 a 21:00	Básquetbol*	Cancha ext.
09:30 a 11:30	Musculación y Cardio*	Sala aparatos

MARTES Y JUEVES

17:15 a 18:00	Deportes	Gimnasio 1
17:30 a 19:00	Musculación y Cardio	Sala aparatos
18:00 a 18:45	Zumba*	Parque
19:00 a 20:00	Voleibol*	Gimnasio 1
08:30 a 11:30	Musculación y Cardio*	Sala aparatos

*Actividades compartidas con adultos.

Todas las actividades requieren inscripción previa a través de la app ACJ