

Sumate a las propuestas deportivas 2023

V



Propuesta deportiva 2023

Iniciación Deportiva

Lugar	Días	Horarios
Polideportivo Sierras y Parques	Martes - Jueves	17:00
Polideportivo 17 de Octubre	Miércoles y viernes	17:30



Propuesta deportiva 2023

Polideportivo Sierras y Parques

Disciplina	Días	Edad	Hrs.
Fútbol Fem	Lunes - Miércoles	6 a 9	18:30
		10 a 14	19:30
Fútbol Masc	Martes - Jueves	6 a 9	17:30
		10 a 14	18:30
Hockey	Miércoles - Viernes	6 a 9	18:30
		15, 16, 17	19:30
Voley	Martes - Jueves	6 a 12	19:00
		+ de 14 años	20:00
Boxeo	Martes - Jueves	menores	19:00
		+ de 14 años	20:00
Iniciación Deportiva	Martes - Jueves	3, 4, 5 años	17:00
Gimnasia funcional	Martes - Jueves	+ de 16 años	20:30
Gimnasia para Adultos	Lunes - Miércoles	Adultos mayores	17:00



Propuesta deportiva 2023

Polideportivo 17 de Octubre

Disciplina	Días	Edad	Hrs.
Fútbol	Miércoles - Viernes	7 a 10	18:30
		11 a 14	19:30
Hockey	Martes - Jueves	6 a 9	18:30
		10 a 14	19:30
Voley	Lunes - Miércoles	12 a 19	19:30
		+ de 20	21:00
Basquet	Martes - Jueves	5 a 8	18:00
		9 a 14	19:00
		+ de 15 años	20:00
Iniciación Deportiva	Miércoles - Viernes	3 a 6	17:30
Gimnasia para Adultos	Lunes - Miércoles	Adultos mayores	9:00
Handbol	Martes - Jueves	Juveniles/ Mayores Fem y Masc.	20:30
Deporte Adaptado	Miércoles - Viernes	Niños/ adultos	16:00



Propuesta deportiva 2023

Centro de Educación Física CEF

Disciplina	Días	Edad	Hrs.
Yoga	Martes y Jueves	Adolescentes-Adultos/as	9 y 10 hs.
Caminatas Adultos/as	Martes y Jueves	Adultos/as	8 hs.
Gimnasia Adultos/as Mayores	Martes y Jueves	Adultos/as mayores	8 hs.
Gimnasia correctiva Adaptada	Martes y Jueves	Adultos/as	9:30 hs.
Caminatas y Streching	Lunes y Miércoles	Adultos/as	8 y 17:30 hs.
		Adultos/as	10:30 hs.
Gimnasia Localizada	Lunes y Miércoles	Adultos/as	13 hs.
		Adultos/as	14 hs.
Entrenamiento Funcional	Lunes y Miércoles	Adultos/as	15 hs.
		Adultos/as	18 hs.
Taller de Juegos y Juguetes reciclados	Martes y Jueves	Adultos/as	18 hs.
Ritmo Infantil	Miércoles	5 a 11 años	14 hs.
Mini Voley	Martes y Jueves	5 a 12 años	16 hs.
		6 a 12 años	17 hs.
Voley	Martes y Jueves	de 12 a 15 años	16:30 hs.
		de 15 a 18 años	17:30 hs.
Deporte Adultos	Miércoles	Adultos/as	20:30 hs.
Fútbol	Lunes y Miércoles	Adultos/as	20:30 hs.
Basquet Femenino	Lunes y Miércoles	6 a 11 años	18 hs.
Basquet Femenino	Martes y Jueves	Más de 18 años	21:30 hs.



Propuesta deportiva 2023

Gimnasia Adultos mayores

Lugar	Días	Horarios
Polideportivo 17 de Octubre	Lunes - Miércoles	9:00
Polideportivo Sierras y Parques	Lunes - Miércoles	17:00
Barrio Norte	Martes - Jueves	15:00
Club Alianza Jesús María	Lunes - Miércoles	14:30

Propuesta deportiva 2023

Cancha Barrio Costanera

Disciplina	Días	Edad	Hrs.
Fútbol Fem	Martes - Jueves	7 a 12	19:00
Fútbol Masc	Lunes - Miércoles	6 a 9	18:00
		10 a 14	19:00

Barrio Los Nogales

Gimnasia Funcional	Martes - Jueves	Mayores de 16 años	15:00
--------------------	-----------------	--------------------	-------

