

**CURSO 19/20**



*Activa*  
tu cuerpo y tu mente

**ACTIVIDADES  
DEPORTIVAS**

# 1º Cuatrimestre

**Zumba** lunes y miércoles 18:15 h

**Pilates A** lunes y miércoles 19:20 h

**Pilates B** lunes y miércoles 20:25 h

**Defensa Personal** Martes 18:30 h



**Inscripciones en la OFICINA  
del AYTO. de QUINTANAR**



**DIPUTACIÓN  
DE BURGOS**

INSTITUTO PARA EL DEPORTE Y JUVENTUD

ORGANIZA: EXCMO. AYTO. de QUINTANAR de la SIERRA