

UNIZAR

#BEACTIVE

SEMANA EUROPEA DEL DEPORTE



¿QUÉ PUEDO HACER HOY? Consulta aquí todas las actividades GRATUITAS que puedes realizar durante la Semana Europea del Deporte

LUNES 23

- 8:15h Prueba las Escuelas Deportivas: **AIKIDO**
- 11:30h Torneo **FÚTBOL 4x4** -1º turno
- 14:30h Torneo **FÚTBOL 4x4** -2º turno
- 17:30h Prueba las Escuelas Deportivas: **TAICHI**
- 18:30h Evalúa tu estado de forma: **'FUNCTIONAL TEST'** *****
Fitness For Free: **FIT BOXING**
- 19:00h Fitness For Free: **FUNCTIONAL TRAINING**
- 19:30h Prueba las Escuelas Deportivas: **KENDO** *****
Fitness For Free: **GAP**
- 20:00h Prueba las Escuelas Deportivas: **ULTIMATE**
- 20:30h Prueba las Escuelas Deportivas: **TAEKWONDO | RUNIZAR** *****
Fitness For Free: **CICLO INDOOR** *****
Entrenamientos abiertos Equipos Unizar: **BALONCESTO masculino**
- 21:45h Entrenamientos abiertos Equipos Unizar: **BALONCESTO femenino**

MARTES 24

- 13:00h Torneo Americano de **PÁDEL**
- 14:15h Evalúa tu estado de forma: **'FUNCTIONAL TEST'**
- 14:45h Fitness For Free: **FUNCTIONAL TRAINING**
- 18:30h Fitness For Free: **FIT BOXING**
- 19:00h Entrenamientos abiertos Equipos Unizar: **VOLEY fem | RUGBY mas y fem**
- 19:30h Fitness For Free: **CICLO INDOOR** *****
Fitness For Free: **ZUMBA**
- 20:30h Evalúa tu estado de forma: **'FUNCTIONAL TEST'** *****
Prueba las Escuelas Deportivas: **AIKIDO** *****
Fitness For Free: **PILATES** *****
Entrenamientos abiertos Equipos Unizar: **FÚTBOL SALA femenino**
- 21:00h Fitness For Free: **FUNCTIONAL TRAINING**
- 21:30h Prueba las Escuelas Deportivas: **BAILE**
- 21:45h Entrenamientos abiertos Equipos Unizar: **FÚTBOL SALA masculino**

MIÉRCOLES 25

- 8:15h Prueba las Escuelas Deportivas: **AIKIDO**
- 16:30h Fitness For Free: **YOGA**
- 17:30h Prueba las Escuelas Deportivas: **TAICHI**
- 18:30h Evalúa tu estado de forma: **'FUNCTIONAL TEST'** *****
Fitness For Free: **FIT BOXING**
- 19:00h Fitness For Free: **FUNCTIONAL TRAINING**
- 19:15h Entrenamientos abiertos Equipos Unizar: **BALONMANO masculino**
- 19:30h Prueba las Escuelas Deportivas: **KENDO** *****
Fitness For Free: **PUMP**
- 20:00h Prueba las Escuelas Deportivas: **ULTIMATE**
- 20:30h Prueba las Escuelas Deportivas: **TAEKWONDO** *****
Fitness For Free: **CICLO INDOOR | ZUMBA** *****
Entrenamientos abiertos Equipos Unizar: **BALONCESTO femenino**
- 21:30h Prueba las Escuelas Deportivas: **BAILE**
- 21:45h Entrenamientos abiertos Equipos Unizar: **BALONMANO femenino**

JUEVES 26

- 14:15h Evalúa tu estado de forma: **'FUNCTIONAL TEST'**
- 16:30h Fitness For Free: **MINDFULNESS**
- 14:45h Fitness For Free: **FUNCTIONAL TRAINING**
- 17:00h Torneo Americano de **FRONTENIS**
- 19:00h Entrenamientos abiertos Equipos Unizar: **RUGBY masculino y femenino**
- 19:15h Entrenamientos abiertos Equipos Unizar: **FÚTBOL SALA femenino**
- 19:30h Masterclass **ZUMBA** *****
Fitness For Free: **CICLO INDOOR** *****
Evalúa tu estado de forma: **'FUNCTIONAL TEST'** *****
- 20:30h Prueba las Escuelas Deportivas: **AIKIDO** *****
Fitness For Free: **PILATES** *****
Entrenamientos abiertos Equipos Unizar: **BALONMANO masculino**
- 21:00h Reto **MONKEY BARS**
- 21:45h Entrenamientos abiertos Equipos Unizar: **FÚTBOL SALA masculino**

ADemás, TODA LA SEMANA, DURANTE TODO EL DÍA: Puertas Abiertas para la utilización gratuita de **INSTALACIONES DEPORTIVAS** | Sorteo **REDES SOCIALES** y #5MinChallenge

Las actividades señaladas con este símbolo requieren de una inscripción previa.

Toda la información e inscripciones en: <http://deportes.unizar.es/beactive>

