

**MARTES y JUEVES**  
**20:30h PABELLÓN**

# CROSS TRAINING



Ayuntamiento de  
**San Sebastián**  
de los Ballesteros

**ENTRENAMIENTO DE ALTA INTENSIDAD**  
**MEJORA FUERZA Y RESISTENCIA MUSCULAR**  
**ALTO CONSUMO CALÓRICO**

**Grupo Mínimo de 7/8 personas**  
**Inscripciones hasta el viernes 18 de octubre en**  
**el Pabellón Polideportivo**