



DIA MUNDIAL DE LA ACTIVIDAD FISICA 2019



La actividad física es un agente de promoción de la salud en las distintas etapas de la vida, previene enfermedades crónicas degenerativas, mejora el estado físico, la salud mental y promueve las relaciones sociales entre los participantes.

¡Vida Activa! ¡Larga Vida!

El Instituto de la juventud y dirección de deportes invita a todas las personas que conforman este ayuntamiento de Amatlán a unirse y ponerse en movimiento asistiendo a una master class en la plaza principal de 9:00 a 10:30 de la mañana el día miércoles 3 de abril, ya que se conmemora el Día Mundial de la Activación Física, por lo tanto es de suma importancia su asistencia.

Nos acompaña un entrenador de Crossfit del gimnasio Sportfit y una entrenadora de cardio, pueden seleccionar cualquiera de las dos clases.

Ponte tus tenis y únete al movimiento!

ATENTAMENTE

"2019" AÑO DE LA IGUALDAD DE GÉNERO EN JALISCO"
AMATITÁN, JALISCO MARZO DEL 2019.

ROSA CRISTINA CORREA MARTINEZ
INSTITUTO DE LA JUVENTUD Y DEPORTES.