FACULTAD DE EDUCACION

Programa de Actividad Física para el Adulto Mayor.

Departamento:	Educación Física
Profesor:	Prof. Roxana Amigo Sáez
Coordinador:	Prof. Liliana Cuadra Montoya
Descripción:	Realizar actividad física como medida para lograr una mejor flexibilidad y movilidad. Mejorar a través del ejercicio la calidad de vida y lograr cambios positivos en salud, apariencia física y emocionalmente.
Destinatarios:	Adultos Mayores
Duración:	Anual
Fecha:	Marzo a enero
Horario:	Martes y Jueves 16:00 hrs. a 17:00 hrs.
Lugar:	Gimnasio Taller
Cupos:	30
Valor:	Mensualidad: $ 12.000.-
Informaciones e Inscripciones:	Depto. Educación Física. Sra. Vicky de la Barra L. Fono: (56) (41) 2204409 Fax: (56) (41) 2257276 E mail: mdelaba@udec.cl