



Celebremos el Día Mundial de la Actividad Física en

RANCAGUA SE MUEVE

POR LA ACTIVIDAD FÍSICA

DESDE EL MIÉRCOLES 5 AL JUEVES 27 DE ABRIL

TE INVITAMOS A DISFRUTAR DE LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS EN NUESTROS DISTINTOS CENTROS DEPORTIVOS DE RANCAGUA

COMPLEJO PATRICIO MEKIS • PARQUE COMUNAL • POLIDEPORTIVO LOURDES

MÁS INFORMACIÓN EN
WWW.RANCAGUA.CL



MIÉRCOLES 5 ABRIL

09:00 - 12:30 horas

**COMPLEJO
PATRICIO MEKIS**

*Actividad para estudiantes y
adultos mayores*

**Podrán realizar: tenis, fútbol,
balón mano, atletismo, circuito
motriz y zumba**



MARTES 11 ABRIL

10:00 - 12:00 horas

**PARQUE
COMUNAL**

**Podrán realizar: piscomotricidad,
demostración canina de Carabineros
de Chile y zumba kids**

*Organiza: Red Nororiente de Rancagua y
Programa Vida Sana*

Auspicia: Programa de Promoción de la Salud



MIÉRCOLES 5 ABRIL

20:30 horas

**POLIDEPORTIVO
LOURDES**

Actividad para todas las mujeres

Podrán realizar zumba



MIÉRCOLES 12 ABRIL

11:00 - 12:30 horas

**POLIDEPORTIVO
LOURDES**

*Actividad abierta a toda la
comunidad*

**Podrán realizar: psicomotricidad,
mini tenis, básquetbol, fútbol
sala, tenis de mesa y zumba**



VIERNES 7 ABRIL

19:30 - 21:00 horas

**COMPLEJO
PATRICIO MEKIS**

Actividad para todas las mujeres

**Podrán realizar: baile entretenido,
aerobox y zumba**



JUEVES 27 ABRIL

09:00 - 17:45 horas

**Capacitación de Actividad Física y
Salud por UFRO Actívate**

En la Universidad Santo Tomás

Solo para docentes de Rancagua

*Organiza: Mesa Comunal de Actividad Física
Auspicia: Seremi de Salud y Agua Cipeces*