

GIMNASIA ENTRETENIDA, con Carolina Campos

Agosto a diciembre

Fecha de inicio:

2 de agosto

Lunes y miércoles de 10:00 a 11:00 horas

\$ 38.000 mensual

\$ 33.000 Tarjeta Vecino Las Condes

Este taller está enfocado en el trabajo físico localizado. Se realizará un calentamiento de baile entretenido, que es la parte aeróbica de la clase, para luego realizar ejercicios, en algunas ocasiones con implementos, que son adaptables para todo tipo de niveles y edades.

Además, para finalizar la clase, se realizará un Stretching (estiramiento), ya que está comprobado que el ejercicio anaeróbico produce una quema de grasa más prolongada.

Nota

- * La Dirección se reserva el derecho de cancelar la matrícula y/o la permanencia del alumno en el taller, en caso que el profesor lo estime conveniente.
- * El cupo mínimo para el desarrollo del curso son diez personas.
- * No se hacen devoluciones a menos que no se cumpla el quórum necesario para el curso.
- * Los residentes de Las Condes deben presentar la Tarjeta Vecino del año para el descuento correspondiente.

CAROLINA CAMPOS. Instructora de danza formada en la Escuela de Danza Estudio Profesor Valero. Es profesora con más de 15 años de experiencia en clases grupales y particulares para mujeres, parejas, adultos mayores y niños.