MUEVE-T

Dance School

Bailar me da alas

PROPUESTA ACTIVIDADES C.C. FUENTE CISNEROS CURSO 22/23

MUEVE-T X ALCORCÓN

inscripciones en MUEVE-T.com

PROPUESTA ACTIVIDADES C.C. FUENTE CISNEROS

MUEVE-T X ALCORCÓN

COREOKIDS

Coreokids es un método de baile para niños y niñas mediante el cual se aprenden técnicas de concentración, dinámicas para mejorar la autoestima de los más pequeños, gestion básica de las emociones como el miedo, la frustración o la vergüenza. Todo ello mediante el baile y el juego.
¡Una fiesta EMOCIONANTE!
desde los 3 hasta los 11 años

BOOM POWER

Boom Power es un nuevo método de cuidado de la mente y el cuerpo mediante el baile y la tonificación. Todo el mundo puede seguir una sesión de Boom Power que combina sencillas coreografías con ejercicios de fuerza y tonificación. Una recarga de energía que termina en una sencilla meditación guiada.
¡Te vas a sentir NUEVA!

inscripciones en MUEVE-T.com

MUEVE-T X ALCORCÓN

CIRCUITO FUNCIONAL

Los lunes y miércoles tienes una oportunidad de ponerte en forma con nuestra sesión de TRX (entrenamiento en suspensión) y como complemento un circuito de cardio o una sesión express Boom power.
!Ponerte en forma es fácil!

DANZA URBANA

Un taller en el que aprenderás las nuevas tendencias de la danza urbana y disfrutarás aprendiendo a crear tus propias coreografías.

inscripciones en MUEVE-T.com

HORARIOS FUENTE CISNEROS

COREOKIDS (25,5€/MES):
LYX - BABY 17:30 (3 A 5)
LyX- Urban 17:30 (6 A 9)
MyJ Junior 17:30 (4 a 6)
MYJ urban17:30 (7 a 9)

COREOKIDS FAMILY
(25,5€/FAMILIA)
VIERNES 17:30H

BOOM POWER/ZUMBA
(25,5€/MES):
LYX 10:00 NEW
MYJ: 19:30
MYJ 20:30

DANZA URBANA (25,5€/MES):
LYX 18:30 (12 a 15)
MYJ 18:30 (10 a 13)
MYJ 18:30 (14 a 17)

Zumba+ tonificación TRX
(25,5€/MES) NEW
MyJ 10:00
LYX 18:30 NEW
VIERNES 17:30 A 19:30

inscripciones en MUEVE-T.com