Viva o seu tempo livre.

DESPORTO

Danças Latinas
Setembro 2017

Programa

Começamos o ano letivo mais cedo com um mês extra em que pode praticar um dos melhores exercícios do mundo!

Junte-se a nós!

As danças latinas são um ótimo exercício físico. Conseguem reunir características que outros desportos não conseguem, contribuindo para o nosso bem estar físico e psicológico.

Algumas das vantagens são:
- A redução do stress;
- O aumento da energia e o desenvolvimento da nossa autoconfiança;
- A melhoria do sistema circulatório e ajuda na tonificação muscular;
- Contribuição para o controlo de peso.

Para nos ajudar teremos o professor, bailarino e coreógrafo de danças latinas, consagrado Campeão Europeu de Salsa no European Salsa Open 2015, Pedro Sousa, conhecido por alguns pela sua participação no mais recente 'Portugal Got Talent'.

Quando danças esqueces os teus problemas e o mundo fica melhor!

Horário/local

Aula: quintas-feiras, das 13h às 14h.
Local: Sede do Clube Millennium bcp.

Custos

€ 12 / Sócio;
€ 15 / Convidado (falar com o Clube).

Diversos

Inscrições limitadas a um número máximo de 30 participantes em cada aula.

Não será válida qualquer inscrição não confirmada pelo Clube Millennium bcp.

A desistência, após a confirmação da respetiva inscrição, implica o pagamento pelo seu custo real.

Danças Latinas
Setembro 2017

FICHA DE INSCRIÇÃO

e-mail: clubemillenniumbcp@millenniumbcp.pt
Tel. internos - Delegação Norte: 7040070 | Delegação Sul: 7131020
Calçada de Palma de Baixo, 6A (Edif. Palma) • 1600-176 LISBOA • Tel. 211 131 020 • Fax.211 101 234
Rua Sá da Bandeira, 135 • 4000-433 PORTO • Tel. 220 040 070 • Fax. 220 023 992
www.clubemillenniumbcp.pt