

CORSI AUTUNNNALI E INVERNALI



PRESSO LA PALESTRA DANIELI

YOGA

Ritrova la connessione tra mente e corpo.

TUTTI I VENERDÌ

DALLE 18:30 ALLE 19:30

1° LEZIONE DAL 21 OTTOBRE

DURATA: 9 LEZIONI

PRESCIISTICA

Il corso è mirato allo sviluppo della tonicità muscolare, non solo delle gambe, ma di tutto il corpo in previsione delle attività sportive invernali.

TUTTI I MERCOLEDÌ

DALLE 18:30 ALLE 19:30

1° LEZIONE DAL 19 OTTOBRE

DURATA: 10 LEZIONI + 10 LEZIONI



BALLO

Il corso si prefigge di dare gli strumenti base per potersi muovere nella musica e divertirsi in ambienti non competitivi. Il corso sarà diviso in 3 trimestri:

1° TRIMESTRE CARAIBICO

TUTTI I LUNEDÌ

DALLE 18:30 ALLE 20:00

1° LEZIONE DAL 17 OTTOBRE

DURATA: 10 LEZIONI

2° TRIMESTRE LISCIO

TUTTI I LUNEDÌ

DALLE 18:30 ALLE 20:00

1° LEZIONE DAL 16 GENNAIO

DURATA: 10 LEZIONI

3° TRIMESTRE BALLI DI GRUPPO

TUTTI I LUNEDÌ

DALLE 18:30 ALLE 20:00

1° LEZIONE DAL 03 APRILE

DURATA: 10 LEZIONI

PER INFO & COSTI SCRIVERE A: GRUPPOSPORTIVO@DANIELI.COM
WWW.DANIELISPORTINGCLUB.IT