

ZUMBA

Contenidos:

- Coreografías de zumba.
- Acondicionamiento físico a través del baile.

Objetivos:

- Mejora de la condición física general.
- Mejora de la capacidad aeróbica.
- Cuidado de la salud.
- Mejora de las relaciones interpersonales.
- Aumento de la autoestima.

Duración del curso/taller:

11 meses (inicio: 01 de septiembre 2025; final: 27 de julio 2026)

Días/horario:

Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas.

Se imparte en:

Universidad Popular de San Bartolomé de Tirajana – Centro de Igualdad de San Fernando.

Material que debe llevar el/la usuario/a:

Agua y calzado deportivo.

Imparte el curso/taller: MARÍA BEGOÑA PÉREZ EUGENIO