



## **LATINO DANCE**

### **LATINO DANCE**

LATINO DANCE jest połączeniem Fitnessu z tańcami latynoamerykańskimi. Zajęcia znakomicie wpływają na czucie całego ciała oraz poprawiają izolacji poszczególnych jego partii. Całość prowadzona jest w rytm gorących latynoskich hitów.

#### **DLA KOGO**

Dla osób które chcą aktywnie ćwiczyć poprzez taniec.

#### **KORZYŚCI**

- poprawa wydolności
- spalenie dużej ilości kalorii
- poprawa nastroju
- poprawa czucia własnego ciała
- BARDZO DUUUUŻA DAWKA DOBREGO HUMORU

#### **CZAS TRWANIA**

60 minut

Opolskie Centrum Kultury w Opolu Lubelskim

Szczegółowe informacje pod nr tel. 818272567

**Adres źródłowy:** <http://www.ockopolelubelskie.pl/pl/page/latino-dance>