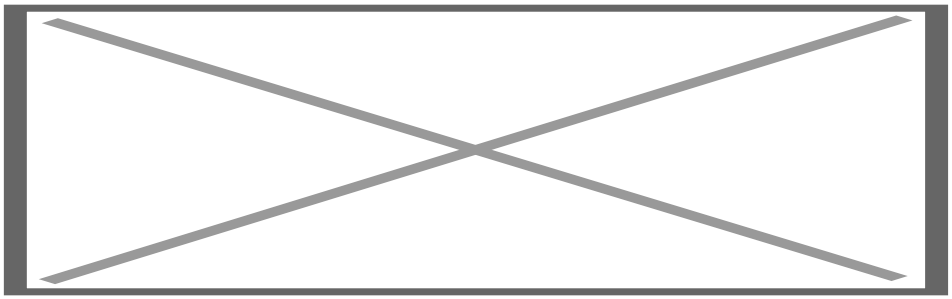
Aerodance junio (2012-2013)



La actividad de Aerodance junio no precisa inscripción previa.

La ocupación de plazas en cada turno se realizará bajo el procedimiento articulado a tal efecto, disponible en el apartado "Documentación relacionada" del presente espacio web.

Días de Actividad: **De Lunes a Jueves**, excepto festivos.

Tarifas: **1 euro (comunidad universitaria) - 2 euros (resto)**.

Plazas por Turno: **30, hasta completar aforo** *(ver normativa de acceso a la actividad, en el apartado documentación relacionada).*

Horarios de Actividad, salvo periodos especiales, son los siguientes

Turno	**Hora de inicio**	**Monitor/a**
Aerodance junio 1	**9.30 h.**	Miriam Martínez
Aerodance junio 2	**20.30 h.**	Miriam Martínez

Aerobic - Step: Ejercicio físico aeróbico dirigido con acompañamiento musical que se desarrolla y organiza para mejorar-mantener la condición física orientada a la salud. Su parte coreografiada mejora la coordinación y la capacidad de reacción del alumno, trabajando también a nivel mental, estimulando la memoria y la concentración.

Latino: Es la combinación de aeróbic con las danzas latinoamericanas, mezclando pasos básicos de aeróbic y step con movimientos puramente latinos como mambo, cha-cha-cha, …

