Ponte en forma con Dance Center

07/01/2020

La academia de baile Dance Center cuenta con una amplia oferta de estilos de danza para mayores y niños. Ana Bernabéu, bailarina profesional, licenciada en Pedagogía de la Danza con más de diez años de experiencia, es la directora de este espacio en el que se ofrecen clases adaptadas, dinámicas y divertidas. Si por algo se distingue esta escuela es por la profesionalidad y sus precios ajustados a todos los bolsillos.

Entre su amplia gama de clases se encuentra una especial para adultos con clases de zumba-dance y entrenamiento funcional para ejercitar músculos de forma específica. Utiliza diferentes aparatos como TRX, bosu, pesas, plato prepioceptivo o pelotas de pilates, todo ello le permite a Ana Bernabéu ofrecer clases diferentes que ayudan a cuidar el cuerpo de forma entretenida. Estas clases se imparten de 15:30 a 16:30 horas, de 18 a 20 horas y de 20 a 21 horas los martes y jueves.

Este centro multidisciplinar cuenta además con numerosas actividades: ballet para niños de entre 6 y 16 años, estimulación temprana para niños de 3 a 5 años, moderno *vs* contemporáneo de 6 a 16 años, ballet contemporáneo para adultos, yoga *vs* pilates, suelo pélvico *vs* espalda, flamenco iniciación, ritmos latinos y danza social, todo ello enfocado a que los mayores aprendan diferentes ritmos, desde tangos hasta pasodobles. Además, se puede conseguir la titulación oficial tanto de ballet como de contemporáneo.

También enseñan a las parejas a bailar el vals de novios y cuentan con entrenador personal.

Para ajustarse a las prisas y horarios complicados, Dance Center ofrece un horario flexible y cuenta con unas instalaciones bonitas y luminosas.

Este centro se encuentra en la calle Menéndez Pelayo 21, entresuelo derecha. Para más información llamar o enviar un whatsapp al 654 721 481. También a través de Facebook e Instagram.

Ana Bernabéu tiene como aval más de diez años de experiencia.