



Classes de Country a l'Ateneu Familiar de Sant Boi de Llobregat

Informació i inscripcions:



638 61 40 41



roser.ateneufamiliar@hotmail.com

Alguns dels beneficis que ens aporta el ballar Country:

Estimula i reforça la memòria, la coordinació, l'equilibri, així com altres factors psicomotrius!

Reforça les articulacions, millora la circulació sanguínia, augmenta la força muscular i la elasticitat!

Amb l'aprenentatge i el moviment al ritme de la música, s'aconsegueix una important recàrrega energètica, relaxació, meditació, alegria, bon humor, d'entre altres coses!!

I molts més avantatges que aniràs descobrint mentre gaudeixes d'aquesta fabulosa activitat!!!