



Talleres Espacio Mujer 2023

Taller: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO I
Edad: DESDE 18 AÑOS
Horario: LUNES Y MIÉRCOLES 9:00-10:00 HRS.
Lugar: **ESPACIO MUJER**

Taller: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO II
Edad: DESDE 18 AÑOS
Horario: LUNES Y MIÉRCOLES 10:00-11:00 HRS.
Lugar: **ESPACIO MUJER**

Taller: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO
PERSONAS MAYORES I
Edad: DESDE 60 AÑOS
Horario: MARTES Y JUEVES 10:00-11:00 HRS.
Lugar: **ESPACIO MUJER**

Taller: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO
PERSONAS MAYORES II
Edad: DESDE 60 AÑOS
Horario: MARTES Y JUEVES 11:00-12:00 HRS.
Lugar: **ESPACIO MUJER**

Taller: COMBAT FITNESS
Edad: DESDE 18 AÑOS
Horario: MARTES Y JUEVES 20:30-21:30 HRS.
Lugar: **ESPACIO MUJER**

Taller: MUAY THAI
Edad: DESDE 18 AÑOS
Horario: LUNES Y MIÉRCOLES 11:00-12:00 HRS.
Lugar: **ESPACIO MUJER**

Taller: FIT DANCE I
Edad: DESDE 18 AÑOS
Horario: MARTES Y JUEVES 9:00-10:00 HRS.
Lugar: **ESPACIO MUJER**

Taller: FIT DANCE II
Edad: DESDE 18 AÑOS
Horario: MARTES Y JUEVES 10:00-11:00 HRS.
Lugar: **ESPACIO MUJER**

Taller: TWERK I
Edad: DESDE 18 AÑOS
Horario: MIÉRCOLES 18:00-19:00 HRS.
Lugar: **ESPACIO MUJER**

Taller: TWERK II
Edad: DESDE 18 AÑOS
Horario: MIÉRCOLES 19:00-20:00 HRS.
Lugar: **ESPACIO MUJER**

Taller: POLE DANCE I
Edad: DESDE 18 AÑOS
Horario: MARTES Y JUEVES 19:00-20:00 HRS.
Lugar: **ESPACIO MUJER**

Taller: POLE DANCE II
Edad: DESDE 18 AÑOS
Horario: MARTES Y JUEVES 20:00-21:00 HRS.
Lugar: **ESPACIO MUJER**

Taller: POLE DANCE III
Edad: DESDE 18 AÑOS
Horario: MARTES Y JUEVES 21:00-22:00 HRS.
Lugar: **ESPACIO MUJER**

Taller: YOGA I
Edad: DESDE 18 AÑOS
Horario: LUNES Y MIÉRCOLES 09:00-10:00 HRS.
Lugar: **ESPACIO MUJER**

Taller: YOGA II
Edad: DESDE 18 AÑOS
Horario: LUNES Y MIÉRCOLES 10:00-11:00 HRS.
Lugar: **ESPACIO MUJER**



¿Cómo inscribirte?

Las inscripciones son sólo de manera presencial en Espacio Mujer

Días de Inscripción: lunes a viernes.

Horario de atención: 09:30-13:00 y de 14:00 -17:00 hrs.

Dirección: Gabriela Mistral #1341, Cerro Navia

CUPOS LIMITADOS POR TALLER

Para más información nos puedes escribir al mail: contactodeportes@cerronavia.cl