

Condiciones Generales

Horario: de 10.30 a 14 y de 16.30 a 20.30 horas, de lunes a viernes.

Cuota entrada al Club: 35 €

El Club se reserva el derecho a suspender cualquier actividad si ésta no alcanza una asistencia mínima.

Cualquier persona interesada puede participar en las Actividades Culturales y disfrutar de los Servicios de Salud y Belleza, abonando su importe sin necesidad de ser Socio.

Descuento Cursos: 10% en pagos trimestrales.

Los días de Fiesta no son recuperables.

Los recibos se abonarán del 1 al 5 de cada mes (no se admite media mensualidad).

**CLUB DE ORO
Bº DE SALAMANCA**

Goya, 67 - 2º Dcha.

28001 Madrid

Tfno: 91.431.05.57

www.clubdeoro.com

info@clubdeoro.com



**CLUB DE ORO
Bº DE
SALAMANCA**



Goya, 67 - 2º Dcha.
28001 Madrid
Tfno: 91.431.05.57
www.clubdeoro.com
info@clubdeoro.com

**CURSO DE
DANZA
ORIENTAL**

Participación

Este curso está orientado a todo aquel que quiera aprender el milenar arte de la danza oriental como fuente de disfrute y de conexión con su propio cuerpo sin importar para ello su edad o sexo. No se precisan conocimientos previos de baile tan sólo querer vivir la experiencia de conocerte mejor a ti mismo a través del movimiento.

Objetivos

- Aprender los movimientos técnicos de la danza oriental enfocados a los chakras como fuente de regulación energética.
- Activar la conciencia corporal a través de la escucha de nuestro organismo recurriendo a técnicas de relajación, eutonía y visualización.
- Fortalecer y flexibilizar nuestros músculos y articulaciones.
- Fomentar la conexión con el elemento tierra a través de nuestros pies.

- Potenciar la autoestima y la femineidad conectando con la diosa que cada mujer lleva dentro.
- Meditar aunando movimiento y respiración.
- Trasladar los beneficios de este baile a la vida cotidiana.

Duración

Una hora semanal, de octubre a junio. La distribución de materias se ha realizado para poder matricularse por meses, semestres o curso completo.

Fechas y horarios

Miércoles: 15:30 a 16:30, 20:30 a 21: 30 h.

Viernes: 20:30 a 21:30 h.

Precio

60 €/ mes y 73€/ mes con meditación activa un viernes al mes.

Descuento del 10 % en pagos trimestrales

Imparte

Carmen Padilla

Profesora de danza oriental y monitora de meditaciones activas por el Instituto Osho Siddartha España.