CV+

COLÉGIO CESÁRIO VERDE

DESCONTO DE 10 EUROS
na mensalidade do segundo familiar inscrito

MIND&FITNESS

HATHA YOGA - TERÇAS E QUINTAS – DAS 19H ÀS 20H
Experiência de tranquilidade, conforto e bem-estar no final do dia, eliminando os sinais de stress. Seja como prática de fitness, gestão de peso, ou conhecimento do corpo/actividade mental.

RITMOS LATINOS - SEGUNDAS E QUARTAS – DAS 19H ÀS 20H
Aprenda os passos básico de salsa, rumba ou merengue, num momento de diversão ao final do dia!

GINÁSTICA DE MANUTENÇÃO - SEGUNDAS E QUARTAS – DAS 18H ÀS 19H
Trabalho de todo o corpo, articulações e músculos, para promover o bem-estar e combater o sedentarismo!

Início das actividades: Segunda semana de Janeiro

geral@cesarioverde-ensino.pt | 219 457 590/1/2