

Гости культурного центра «Братеево» научатся танцевать зумбу на бесплатном мастер-классе

16.09.2019

Бесплатное ознакомительное занятие по направлению «Зумба» состоится в культурном центре «Братеево» 17 сентября. Открытый урок проведут в удобное для горожан время – 20:00. Описание мастер-класса [было опубликовано](#) в социальных сетях центра.

Зумба – это сочетание танцевальных движений и фитнеса, за что данное направление полюбилось многим спортсменам. Во время тренировки задействуются все группы мышц, благодаря чему организм получает равномерную нагрузку на тело. Занятие проходит под зажигательную латиноамериканскую музыку, а танцоры сочетают быстрые и медленные ритмы. Веселая и непринужденная атмосфера позволяет забыть о том, что это тренировка, и просто наслаждаться моментом.

Участники мастер-класса познакомятся художественным руководителем студии Евгенией Жужжаловой, которая сделает занятие максимально приятным и эффективным. Начинающие танцоры узнают об особенностях зумбы и преимуществах этого направления. Прямо после урока все желающие смогут записаться на полный курс.

Адрес страницы: <http://brateevo.mos.ru/presscenter/news/detail/8353856.html>

[Управа района Братеево города Москвы](#)