



CPD AEROLATINO FITNESS UK

22 Y 29 SEPTIEMBRE

10:00 A 12:00 HRS



MT. JEFF DAVILA



Estefania RUIZ JIMENEZ
5204165898217793
Banamex

COSTO
\$400

WA 5554965025

Introducción

Aerolatino es una clase de baile fitness creada por Jeff Davila instructor fitness Colombiano residente en Inglaterra, Aerolatino combina ritmos y estilos de baile latinoamericanos, como salsa, merengue, bachata, cha-cha-cha, samba ,Reggaeton , lambada y cumbia. Es un entrenamiento de bajo impacto y alta energía que es divertido y agradable para todos los niveles de condición física, Las clases de Aerolatino suelen durar 60 minutos y comienzan con un calentamiento. Luego, la clase pasa a una serie de rutinas de baile basadas en cardio que están coreografiadas con música latina. Las rutinas están diseñadas para ser desafiantes pero divertidas y ayudan a mejorar el estado cardiovascular, la fuerza muscular y la flexibilidad.

22 y 29 de Septiembre



10 am a 12 pm hora CDMX



Costo \$400



2 pagos de \$200 antes del 22 primer pago y antes del 29 segundo pago



Banamex Estefanía Ruiz Jiménez
5204165898217793



¿Qué es un CPD?

CPD son las siglas de Continuing Professional Development o Desarrollo Profesional Continuo, y se refiere a las actividades de aprendizaje que realizan los profesionales para mejorar sus habilidades.

Los cursos de CPD se centran en temas especializados que ayudan a los profesionales a mantener sus conocimientos y habilidades dentro de su profesión.

LA CAPACITACIÓN ACREDITADA EN CPD SIGNIFICA QUE LA ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE HA CUMPLIDO CON LOS ESTÁNDARES Y NORMAS DE REFERENCIA REQUERIDOS PARA EL DESARROLLO PROFESIONAL CONTINUO.

CONSTANCIA AVALADA

con valor curricular a nivel nacional e internacional

AHUMAD
INSTITUTE

AI

Ahumad Instituto, fundado el 27 de Agosto de 2021, con la finalidad de promover la educación en línea



FEMSADAFIT

Federación Mexicana de Salud, Danza y Fitness, presente en los 32 estados de la republica, promoviendo el equipo multidisciplinario de la salud para los deportistas de alto rendimiento



IIDCA

Instituto Internacional del Deporte y Ciencias Aplicadas con el objetivo de ofrecer un mayor conocimiento social del deporte y la actividad física así como de sus beneficios saludables, presente en 54 *países, de 3 continentes (América, Europa y África)

*Países Alemania, Andorra, Argentina, Belgica, Brasil, Bolivia, Chile, Colombia, Corea del Sur, Republica Dominicana, Ecuador, España, Guatemala, Inglaterra, Italia, Marruecos, Panama, Paraguay, Perú, Portugal, Tunez, Uruguay, Venezuela.



MT JEFF DAVILA

Jeff es el Creador y CEO de Aerolatino® Fitness, Rumbalatina y Colsalsa

Es un apasionado y dedicado a promover la salud física y mental por medio de la danza aeróbica. Con más de 40 años de experiencia en la industria del fitness.

Cuenta con un diploma en salsa (IDTA International Dance Teachers Association)

Avalado por CIMSPA Uk, IIDCA Latam, CityFitness certificando instructores a nivel mundial.



Temario



Introducción al Calentamiento Aerolatino

Reconocer y comprender los diferentes ritmos y pasos de baile de los ritmos latinoamericanos.

Combine diferentes estilos y ritmos latinos en bloques de 32 cuentas para formar un continuo aerolatino rutina de baile

Use movimientos asimétricos para cambiar de dirección en líneas diagonales, hacia adelante, hacia atrás y hacia los lados

Clasificar por categorías Aerolatino movimiento con sugerencias y consejos para ayudar a los clientes a recordar e identificar secuencias de movimientos

Estos son
nuestros
medios de
contacto



(55) 39089855

