

CLUB SOCIAL MONTECLARO

ACTIVIDADES

GRATIS
PRIMERA CLASE

CLASES DE BOXEO

Martes y jueves
19:30-20:45 y 20:45 -22:00



Charly
Información: 691 353 467

GRATIS
PRIMER MES



CLASES DE TAEKWONDO

MARTES Y JUEVES:
17:30 - 18:30 Y 18:30 - 19:30
Desde los 4 hasta los 16 años

MAESTRO CARLOS RUIZ-TAPIADOR
Información: 691 353 467



PILATES
DEFENSA PERSONAL MIXTA

PROFESOR: ANGEL
TELEF. 618854043

CLASES DE ZUMBA EN MONTECLARO!



ZUMBA MAÑANA

**ZUMBA EN HORARIO DE MAÑANA
TE LO VAS A PERDER???**
LLAMA E INFÓRMATE!!!
661709382 AMELIE
www.ameliebailaeventos.com

CLUB SOCIAL MONTECLARO

ACTIVIDADES



+12

Defensa personal femenina

¿QUIÉN DA LAS CLASES?
Clases impartidas por técnico de la Federación Madrileña: Cinturon negro de Hapkido, 3º.ºer DAN de Tae Kwon-Do e instructor de Boxeo.

¿QUÉ OFRECEMOS?
MEJORAR LA CONDICIÓN FÍSICA
FORTALECER LA AUTOCONFIANZA
APRENDIZAJE DE TÉCNICAS APLICADAS A SITUACIONES REALES

HORARIO:
Martes y jueves por la mañana.

Club Social MonteClaro
C/ del las claveles, 2 28222, Majadahonda

Número: (+34) 691 353 467 (Carlos Ruiz-Tapiador)
Instagram: cr_nextround



¡¡Gimnasia Artística y Acrobacia!!

Todos los niveles son bienvenidos

Lunes y Miércoles 17:45hs

Niñas y niños

*¡¡Anímate!!!
Te esperamos!!!*

671211486

C. Claveles, 2A, 28222 Majadahonda, Madrid

Profesora y Licenciada Florencia Gentili



CLASES DE ZUMBA

En **Club Monteclaro C/Claveles 2A Majadahonda**

con ÁLVARO DA GAMA

Horario:
L y X de 21:00 a 22:00
X de 20:00 a 21:00
Sábados de 10:00 a 11:00

Teléfono del Instructor **673 83 05 11**

PRIMERA CLASE DE PRUEBA GRATUITA



YOGA IYENGAR

ENCUENTRA TU EQUILIBRIO
MEJORA TU POSTURA, TU ESPALDA
INVIerte EN SALUD

LUNES DE 20:00 A 21:00 40€/MES

PILAR ARAIZ

615.713.626



CLUB SOCIAL MONTECLARO

ACTIVIDADES

LAS NUEVAS ESCUELAS LLEGAN A MONTECLARO

¡Ven a descubrir la multitud de opciones que te ofrecemos!

- ✓ Clases divertidas
- ✓ Para todas las edades
- ✓ Niveles adaptados a cada alumno
- ✓ Pruebas de deporte y nivel
- ✓ Clases grupales y particulares
- ✓ Próximos eventos (pozos, ligas, torneos etc.)

Practicando los siguientes deportes:

Tenis

Pádel

Fútbol

Preparación Física

Gimnasia de mantenimiento

Contáctanos vía:

directorescuelamonteclaro@gmail.com

670 37 68 70

RECUPERA TU SALUD Tratamientos efectivos

- 01
 - Mejora la calidad de tu sueño
 - Masajes para minimizar tus dolencias
- 02
 - Tratamientos para tus articulaciones
 - Rehabilitación
- 03
 - Ejercicios adecuados a tu energía y vitalidad
 - Mejora de tu alimentación
- 04
 - Consultas a domicilio: 640 755 566

ENTRENAMIENTO HÍBRIDO

HORARIO DE MAÑANA

AERÓBICO + FUERZA

MUSCULACIÓN ● CARDIO ● MOVILIDAD

ENTRENADORES PERSONALES COLEGIADOS

¡MEJORA TU SALUD!

ÓSCAR: 654 823 471
DANIEL: 609 133 521

Clases de Bridge

Profesora M^a Angeles Castells
 telef. 679615152
 bridge@stranalisys.com

CLUB SOCIAL MONTECLARO

ACTIVIDADES

