



Aula de Zumba

Carla Ribeiro sempre foi apaixonada por exercício físico. Tem o curso de instrutora de fitness, foi praticante de Karaté e dar aulas, para ela, é sinónimo de energia e felicidade. A Zumba é uma modalidade de fitness que combina coreografias de vários tipos de dança com exercícios básicos de treino cardiovascular. O importante é mesmo divertir-se ao ritmo de passos de salsa, merengue, hip hop e dança do ventre. Está a queimar calorias e, ao mesmo tempo, a tonificar e a ser feliz!

Contatos:

lupcarla1@gmail.com

+351 967064252