



OTOÑO 2025

A BEAT OF WORKOUT

ANDREA LERMA

Lunes y miércoles 8:00 a 9:00 am

INICIO SUJETO A CONSOLIDACIÓN DEL GRUPO CON MINIMO DE PARTICIPANTES

Prepárate para una clase que combina lo mejor del baile fitness con un entrenamiento diseñado para tonificar y fortalecer tu cuerpo. Con movimientos de cardio, fuerza y ritmos energéticos, lograrás un entrenamiento completo y divertido.

En nuestras sesiones trabajaremos especialmente con ejercicios ideales para definir glúteos, piernas y abdomen, mientras disfrutas de la música y liberamos todo tu potencial.

Encontrarás un espacio para desconectarte, moverte y celebrar tu amor propio.

ANDREA NATALIA LERMA HINOJOSA: Apasionada del ejercicio y el bienestar, dedicada a inspirar a través del fitness. Egresada de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte de la Facultad de Organización Deportiva.

INICIO DE AGENDA SUJETO A CONSOLIDACIÓN DEL GRUPO

AGENDA

SEPT. 29
OCT. 1, 6, 8, 13, 15, 20, 22, 27, 29
NOV. 3, 5, 10, 12, 17 (asuetos), 19, 24, 26
DIC. 1, 3, 8, 10

\$2,950

GÓMEZ MORÍN 1000 SUR COL. CARRIZALEJO
GARZA GARCÍA, N.L. C.P. 66254 TEL. (81)5000-4650
ica@mater.edu.mx / www.icamater.com
PRECIOS SUJETOS A CAMBIO SIN PREVIO AVISO