

Direct Dynamic Aralık 2. Seviye devam grup derslerimize hoşgeldiniz.

- Derslerimiz 1 Aralık Pazartesi başlayacak ve 25 Aralık Perşembe günü bitecektir.

- Ders gün ve saatlerimiz;

Pazartesi 20:00

Çarşamba 19:00

Perşembe 20:00

- Ders tarihlerimiz;

1 Aralık Pazartesi 20:00

15 Aralık Pazartesi 20:00

3 Aralık Çarşamba 19:00

17 Aralık Çarşamba 19:00

4 Aralık Perşembe 20:00

18 Aralık Perşembe 20:00

8 Aralık Pazartesi 20:00

22 Aralık Pazartesi 20:00

10 Aralık Çarşamba 19:00

24 Aralık Çarşamba 19:00

11 Aralık Perşembe 20:00

25 Aralık Perşembe 20:00

- 12 antrenman dersimize ilave olarak 9 Aralık Salı günü 20:00'da Fizyoterapist eşliğinde, dinleyici olarak katılacağınız Anatomi dersimiz yapılacaktır.

- 30 Kasım Pazar 19:30 Koordinasyon toplantımız yapılacaktır.

Toplantımızda Strap ve bant montajınız yapılacaktır.

- 2. Seviye devam derslerimizde 2 bant, 2 çift Strap kullanılmaktadır.

Derslerimiz 3 ayrı kitaptan yapılmaktadır. Ders kitaplarınız PDF dosya olarak ve malzeme görselleriniz örnek link olarak, kaydınız sırasında size paylaşılacaktır. Kitaplarınızı print ettirebilirsiniz, malzemelerinizi arzu ettiğiniz yerden temin edebilirsiniz.

- 2. Seviye devam derslerimizde 3. Seviye ders Repertuarımızın ön hazırlığı Antrenmanlarımıza adapte edilmektedir.

3. Seviye kitabımız sizinle paylaşılacaktır.

Derslerimizde uygulayacağınız hareket gruplarının ön bilgilendirmesi koordinasyon toplantımızda yapılacaktır.

Sevgilerimle Deniz Demirasal.

İletişim:

0533 133 00 23



direct_dynamic

www.denizdemirasal.com



youtube.com/@DenizDemirasal

www.shopier.com/directdynamic