

30

DESDE 1993



# Bachata Sensual Fusion

La Bachata es el baile que desborda sensualidad. Es uno de los bailes que está más de moda en todo el mundo.

**MATRICULA**  
**SOLO 9 €**  
**AMPLIAMOS**  
**DURANTE TODO**  
**ABRIL !!!**



| Lunes                   | Martes                   | Miércoles                 | Jueves               | Viernes                  | Sábado                   |
|-------------------------|--------------------------|---------------------------|----------------------|--------------------------|--------------------------|
| INTERMEDIO+<br>19:30 h. | INTERMEDIO<br>18:30 h.   | INICIACIÓN 4+<br>19:30 h. | AVANZADO<br>19:30 h. | INTERMEDIO<br>18:15 h.   | INTERMEDIO<br>17:00 h.   |
|                         | INICIACIÓN 3<br>19:30 h. | INICIACIÓN 2<br>20:30 h.  |                      | INICIACIÓN 2<br>19:15 h. | INICIACIÓN 3<br>19:00 h. |
|                         |                          |                           |                      | INICIACIÓN 3<br>19:15 h. |                          |
|                         |                          |                           |                      | INICIACIÓN 1<br>20:15 h. |                          |

**NUEVO !!** Introducción **BACHATA y SALSA**  
**BACHATA:** Lunes 20:30h., inicio 6/5  
**SALSA:** Miércoles 20:30h., inicio 8/5  
 duración: 6 clases de 1 h.  
 1 curso 59€, 2 cursos 89€, Matrícula Gratis

## Salsa Cubana fusion LA

La Salsa es el baile SOCIAL por excelencia, es el más popular, lo podrás bailar en cualquier parte del mundo. Te enseñamos estilo Cubano, estilo Los Angeles (on1 o línea) y también Rueda de Casino

| Lunes                   | Martes                   | Miércoles                | Jueves                   | Viernes                  | Sábado                 |
|-------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|------------------------|
| INTERMEDIO+<br>18:30 h. | INICIACIÓN 3<br>20:30 h. | INICIACIÓN 3<br>19:30 h. | INICIACIÓN 2<br>19:30 h. | INICIACIÓN 2<br>18:15 h. | INTERMEDIO<br>18:00 h. |
|                         | INTERMEDIO 2<br>20:30 h. |                          | INTERMEDIO<br>20:30 h.   | AVANZADO<br>20:15 h.     |                        |
|                         | INTERMEDIO<br>21:30 h.   |                          | S. SUAVE<br>20:30 h.     | INTERMEDIO 2<br>21:15 h. |                        |
|                         |                          |                          | AVANZADO 2<br>20:30 h.   | INICIACIÓN 3<br>21:15 h. |                        |
|                         |                          |                          | INICIACIÓN 1<br>21:30 h. |                          |                        |

**¿ CUÁL ES MI NIVEL ?**

- Iniciación-1 ... si no tengo ni idea
- Iniciación-2... sé lo básico y algo más
- Intermedio ... llevo unos 9-12 meses bailando y quiero mejorar
- Avanzado ... llevo más de 2 años bailando y quiero nuevos retos

**Estilo Chicas**  
*Lady Style Bachata & Salsa*  
**Martes 20:30 h.**

## Kizomba

Miércoles 21:00 h. - **INICIACIÓN**  
 Miércoles 21:00 h. - **INTERMEDIO**

- Los Cursos son **TRIMESTRALES** de 11 CLASES de 1 hora
- Las clases en días festivos no se pierden !!!
- **NO HACE FALTA PAREJA**

**¡¡ MÁS POPULAR !!**

|  |  |   |
|--|--|---|
| <p><b>1 Curso</b><br/>                 niveles Superiores<br/>                 Iniciación Lady Style<br/>                 105€ 112€<br/>                 el trimestre entero<br/>                 36€ 38€<br/>                 fraccionado 3 pagos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Soporte videos</li> <li>✓ Ven GRATIS de taxi en las clases que falte chic@s</li> <li>✓ 19€ combinado con otro curso</li> </ul> | <p><b>2 Cursos</b><br/>                 niveles Superiores<br/>                 Iniciación Lady Style<br/>                 162€ 169€<br/>                 el trimestre entero<br/>                 55€ 57€<br/>                 fraccionado 3 pagos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Soporte videos</li> <li>✓ Ven GRATIS de taxi en las clases que falte chic@s</li> <li>✓ Combina 2 cursos trimestrales</li> </ul> | <p><b>promo xxx</b><br/>                 3 CURSOS CUALQUIERA POR SOLO <b>76 €</b> mensuales<br/>                 por ejemplo Bachata, Pilates y Zumba</p> |
|--|--|---|

entre 40 y 50% de DESCUENTO si te apuntas en 2 o más cursos

- 1 CLASE DE PRUEBA sin compromiso (+clases 12€/clase)
- 30% descuento si tu hij@ está inscrito !!!



Matrícula: 45 € **MATRÍCULA 9€ HASTA EL 30 DE ABRIL !!**  
 Inicio de las clases del 7 de Enero en adelante

\*Promoción exclusiva para nuevos alumnos o exalumnos de más de 9 meses. La Escuela se reserva el derecho de anular cualquier clase que no tenga un número mínimo de alumnos

- 933 384 932
- WhatsApp 610 151 692
- YouTube youtube.com/@sergilourdesdance

SERGI & LOURDES DANCE ESCOLA DE BALL - c. Rodés, 10 - l'Hospitalet - BARCELONA  
 L'ESSÈNCIA YOGA&PILATES CENTRE DE IOGA I PILATES - c. Rodés, 12 - l'Hospitalet - BCN

**SÍGUENOS...**  
 sergilourdesdance  
 bailafacilybonito  
 sergilourdesdance  
 escuela de bailes sergilourdes  
 sergilourdes  
 www.sergilourdesdance.com  
 www.esenciadeyogaypilates.com



# Bailes de Salón

Mueve tus caderas al ritmo del Cha cha cha, siente la pasión del Tango, la elegancia del Foxtrot, gira con el Vals o el Rock'n Roll. Estos son algunos de los bailes que aprenderás en nuestros cursos de **Bailes de Salón SOCIAL** de forma **divertida** con el objetivo de aprender para ir a Bailar, defenderte en cualquier fiesta o Sala de Baile y de paso haces ejercicio con tu pareja !!!

**MATRÍCULA**

**SOLO 9 €**

**AMPLIAMOS DURANTE TODO ABRIL !!!**



## Lunes

### INICIACIÓN

1 hora  
19:30 h.

**BRONCE**  
1 hora  
19:30 h.

**ORO\*\***  
1:15 hora  
20:30 h.

## Martes

### INICIACIÓN

1 hora  
18:30 h.

**proxi  
mamente**

## Viernes

**ORO\***  
1:15 hora  
20:00 h.

# Swing & Lindy Hop

Te enseñamos a bailar el coast Swing y el trepidante ritmo del Lindy Hop. Uno de los bailes más antiguos que vuelve a estar de moda !!!!

**Viernes 21:15 h. - INICIACIÓN**  
**Viernes 21:15 h. - INTERMEDIO 2**



• Los Cursos son **TRIMESTRALES** de 11 CLASES de 1 o 1:15 hora  
• Las clases en días festivos **no se pierden !!!**

## 1 Curso

clases de 1 Hora 1:15 Hora  
112 € 130 €  
el trimestre entero  
38 € 46 €  
fraccionado 3 pagos

- ✓ Soporte videos
- ✓ Sesiones de Baile Sociales y Actividades
- ✓ 19/23€ combina con otro curso

## ¡¡ MÁS POPULAR !!

## 2 Cursos

clases de Superiores 1 Hora Lady Style  
169 € 187 €  
el trimestre entero  
57 € 65 €  
fraccionado 3 pagos

- ✓ Soporte videos
- ✓ Sesiones de Baile Sociales y Actividades
- ✓ Combina 2 cursos trimestrales

## promo XXX

**3 CURSOS CUALQUIERA POR SOLO**

**76 € mensuales**

por ejemplo B. Salón, Yoga y Salsa

entre 40 y 50% de DESCUENTO si te apuntas en 2 o más cursos

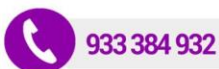
• 1 CLASE DE PRUEBA sin compromiso (+clases 12€/clase)

• 30% descuento si tu hij@ está inscrito !!!

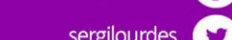


Matrícula: 45 € **MATRÍCULA 9€ HASTA EL 30 DE ABRIL !!**  
Inicio Clases a partir del 8 de Enero

\*Promoción exclusiva para nuevos alumnos o exalumnos de más de 9 meses.  
La Escuela se reserva el derecho de anular cualquier clase que no tenga un número mínimo de alumnos



SÍGUENOS...



30

DESDE 1993

MATRICULA

SOLO 9 €

AMPLIAMOS  
DURANTE TODO  
ABRIL !!!



# Flamenco / Sevillanas

Aprende diferentes técnicas y coreografías. Rumbas, alegrías, bulerías ... Arte conocido en todo el mundo



| Lunes                                       | Martes  | Miércoles   | Viernes                                   |
|---|---|---|---|
| SEVILLANAS INICIACIÓN<br>18:30 h.<br>1 hora | SEVILLANAS INICIACIÓN 2<br>19:30 h.<br>1 hora | SEVILLANAS INICIACIÓN 2<br>18:30 h. <b>LC</b><br>1 hora | FLAMENCO INICIACIÓN<br>19:30 h.<br>1 hora |
| FLAMENCO PERFECCION.<br>20:30 h.<br>1 hora  |   | SEVILLANAS PERFECCION.<br>20:30 h.<br>1:15 hora         |   |

## Oriental / Tribal

También conocida popularmente como Danza del Vientre, es una danza milenaria que potencia la autoestima y la feminidad de la mujer.



| Lunes                                       | Miércoles                                  | Jueves                                     |
|---|--|--|
| ORIENTAL INICIACIÓN<br>18:30 h.<br>1 hora   | ORIENTAL INICIACIÓN<br>18:30 h.<br>1 hora  | TRIBAL INTERMEDIO<br>19:15 h.<br>1:15 hora |
| ORIENTAL INICIACIÓN 2<br>19:30 h.<br>1 hora | TRIBAL INTER-AVAN<br>19:30 h.<br>1:15 hora |  |

## Estilo Chicas

Lady Style de Bachata, Salsa y otros bailes latinos

Lunes Martes  
20:30 h. 20:30 h.

Heels

Martes

19:30 h.

DURACION 1 hora

info en la página 1

## pack Vital Dance / Baile en línea

Baila, diviértete y a la vez haz ejercicio !!  
Si lo que te gusta es BAILAR, no te lo pienses bailarás de todo: Baile en Línea, Country, Sevillanas, Estiramientos, Yoga, ... Puedes asistir **TODOS LOS DÍAS DE LA SEMANA** que quieras del cuadro de la derecha -->

Empezamos el 16/9 hasta el 15/7

| Lun                               | Mar                            | Mié                               | Jue                           | Vie   |
|-----------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|---|
| B. LÍNEA<br>1:15 hora<br>18:15 h. | B. LÍNEA<br>1 hora<br>18:30 h. | B. LÍNEA<br>1:15 hora<br>18:15 h. | ESTIRAM<br>1 hora<br>18:15 h. | ZUMBA<br>45 min<br>18:30 h.                   |
| SEVILLA.<br>45 min<br>19:30 h.    | LATINOS<br>45 min<br>19:30 h.  | SEVILLA.<br>45 min<br>19:30 h.    |                               | YOGA (sup)<br>1 hora<br>17:15 h. o<br>18:15 h |

|  |   |   |
|--|---|---|
| <p><b>Flamenco Sevillanas</b></p> <p>clases de 1 Hora 38 €<br/>clases de 1:15 Hora 41,5 €</p> <p>Low Cost (LC) 36,5 €<br/>✓ 19/22€ combina con otro curso</p> <p><b>Oriental / Tribal</b></p> <p>clases de 1 Hora 40,9 €<br/>clases de 1:15 Hora 46,9 €</p> <p>✓ 21/24€ combina con otro curso</p> | <p><b>Vital Dance</b></p> <p>39,9 €<br/>suplemento Yoga 4 €/mes</p> <p>✓ Baile en línea, Sevillanas, Zumba, Estiramientos, ...</p> <p>✓ TODAS las clases que quieras de lunes a viernes</p> <p>✓ 21€ combinado con otro curso</p> | <p><b>promo XXX</b></p> <p>3 CURSOS CUALQUIERA POR SOLO 76 € mensuales</p> <p>por ejemplo Zumba, Sevillanas y Pilates</p> |
| <p>Matrícula: 45 € <b>MATRÍCULA 9€ HASTA EL 30 DE ABRIL !!</b><br/>Las clases empiezan durante Enero</p>   |   |   |

entre 40 y 50% de DESCUENTO si te apuntas en 2 o más cursos

• 1 CLASE DE PRUEBA sin compromiso (+clases 12€/clase)

• 30% descuento si tu hij@ está inscrito !!!



SÍGUENOS...

sergilourdesdance

bailafacilybonito   
sergilourdesdance

escueladebailesergilourdes

sergilourdes

933 384 932

610 151 692

youtube.com/@sergilourdesdance



# Sección Infantil y Juvenil

## Comercial Dance (Baile Moderno)

Estos cursos están pensados para educar a los niños en diferentes ámbitos del baile y la danza. En clase aprenden coreografías con temas musicales de moda, un poco de hip hop, bailes latinos y otras disciplinas. Recomendamos la asistencia de dos días a la semana, pero no es obligatorio.

| Lunes                                   | Martes                                   | Miércoles                               |
|---|--|---|
| <b>INFANTIL</b><br>6-9 años<br>17:30 h. | <b>JUNIOR</b><br>8-11 años<br>17:30 h.   | <b>BABY</b><br>3-5 años<br>17:30 h.     |
|   | <b>JUVENIL</b><br>12-16 años<br>18:30 h. | <b>INFANTIL</b><br>6-8 años<br>17:30 h. |
|   |  | <b>JUNIOR</b><br>9-12 años<br>17:30 h.  |

La distribución es **ORIENTATIVA**, las profesoras determinaran el grupo definitivo según el nivel y la edad de los alumnos

## Hip Hop

Hip Hop y Bailes Urbanos

**Viernes 17:30 h. - JUVENIL**

## Sevillanas & Flamenco

Sevillanas, Rumbas, Flamenco, Alegrías ...

**Viernes 18:30 h. - JUVENIL**



- Los Cursos son **TRIMESTRALES** de 11 CLASES de 1 hora
- Las clases en días festivos no se pierden !!!

### 1 Clase a la semana

104€ el trimestre entero  
36€ fraccionado 3 pagos  
✓ 1h a la semana  
✓ Festivales, videos de las clases

### RECOMENDADO !!

### 2 Clases a la semana

154€ el trimestre entero  
54,5€ fraccionado 3 pagos  
✓ 2h a la semana  
✓ Combina entre diferentes estilos

### 3 Clases a la semana

215€ el trimestre entero  
74€ fraccionado 3 pagos  
✓ 3h a la semana  
✓ Combina entre diferentes estilos

entre 40 y 50% de DESCUENTO si te apuntas en 2 o más cursos

- 1 CLASE DE PRUEBA sin compromiso (+clases 12€/clase)
- 30% descuento si tu hij@ está inscrito !!!

Matrícula: 45 € **MATRÍCULA 9€ HASTA EL 30 DE ABRIL !!**  
Inicio de las clases a partir del 8 de Enero



SÍGUENOS...

sergilourdesdance



bailafacilybonito  
sergilourdesdance



escueladebailesergilourdes



sergilourdes



933 384 932

WhatsApp 610 151 692

YouTube youtube.com/@sergilourdesdance

30

DESDE 1993

MATRICULA

SOLO 9 €

AMPLIAMOS  
DURANTE TODO  
ABRIL !!!

  
**L'ESSENCIA**  
YOGA & PILATES

# YOGA

*Los movimientos del Yoga y los ejercicios de respiración y concentración nos liberan de las tensiones. Tu cuerpo será más flexible*

DURACIÓN DE LA CLASE 1 HORA

| Martes           | Miércoles | Jueves  | Viernes |
|------------------|-----------|---------|---------|
|                  |           | 9:30 h  |         |
|                  | 17:15 h   | 17:10 h | 17:15 h |
| proxi<br>mamente | 18:15 h   |         |         |
|                  | 19:20 h   |         | 19:30 h |
|                  | 20:30 h   |         |         |



# PILATES

*Evita el dolor de espalda., mejora tu postura, refuerza la musculatura abdominal., estiliza tu figura y mejora tu elasticidad*

DURACIÓN DE LA CLASE 1 HORA

| Lunes   | Martes            | Miércoles | Jueves  |
|---------|-------------------|-----------|---------|
|         | 9:30 h<br>10:30 h |           |         |
| 17:30 h | 17:15 h           | 17:15 h   | 17:15 h |
| 18:30 h | 18:15 h           | 18:15 h   | 18:15 h |
| 19:30 h | 19:15 h           | 19:15 h   | 19:15 h |
|         | 20:15 h           | 20:15 h   | 20:15 h |



✓  
GRUPOS REDUCIDOS  
PLAZAS LIMITADAS  
TRATO MÁS  
PERSONALIZADO

**HIPOPRESIVOS** **Jueves 18:15 a 19:15 h**

**ZUMBA** **Miércoles 18:30 a 19:30 h**  
**Jueves 19:15 a 20:15 h**  
**próximamente POR LA MAÑANA !!!**



**1 Clase**  
a la semana

38,5 €/mes

- ✓ 1h a la semana
- ✓ 20€ combinado con otro curso

**RECOMENDADO !!**

**2 Clases**  
a la semana

54,9 €/mes

- ✓ 2h a la semana
- ✓ Combina Yoga, Pilates o Zumba
- ✓ 50% descuento aprox. con baile

**3 Clases**  
a la semana

73,9 €/mes  
4 clases - 89,9 €/mes

- ✓ 3h a la semana
- ✓ Combina Yoga, Pilates o Zumba

• 1 CLASE DE PRUEBA  
sin compromiso  
(+clases 12€/clase)

• 30% descuento  
si tu hij@ está  
inscrito !!!



Matrícula: 45 € **MATRÍCULA 9€ HASTA EL 30 DE ABRIL !!**

Las clases son del 1/9 hasta el 30/7. Del 31/7 al 31/8 no hay clases.

\*Promoción exclusiva para nuevos alumnos o exalumnos de más de 9 meses.  
La Escuela se reserva el derecho de anular cualquier clase que no tenga un número mínimo de alumnos

 933 384 932

 610 151 692

 [youtube.com/@sergилourdesdance](https://www.youtube.com/@sergилourdesdance)

SÍGUENOS...

sergилourdesdance 

bailafacilybonito  
sergилourdesdance 

escueladebailessergилourdes 

sergилourdes 



curso  
2023  
2024

# el Baile de Tu Boda



El día de tu boda es uno de los **momentos más bonitos de tu vida**, que siempre recordarás tu, tu pareja y todas las personas que asistieron a ese día tan especial. A nosotros nos hace mucha **ilusión** poder preparar vuestro Baile Nupcial y así formar parte de vuestro **día mágico !!!**

Te asesoramos y preparamos esa coreografía con la que **sorprenderás a tus invitados**, bien sea en pareja o grupal, tanto si estás pensando en el clásico vals o dejarlos hipnotizados con una balada romántica, o cualquier otra idea que tengáis...

¿Qué música quieres? ¿Cuál es tu canción favorita? **¡¡ NOSOTROS NOS ENCARGAMOS DE TODO !!**

No esperes al último momento, hay que preparar la coreografía y practicarla con un poco de tiempo.

Las clases son a horas convenidas. Os ofrecemos diferentes opciones (los precios son por pareja):

Pack 1 h. 55€ | **Pack 3 h. 150€** (sale a 50€/h) | **Pack 5 horas 240€** (sale a 48€/h) | **Pack 7 h. 329€** (sale a 47€/h)

El Pack de 1 h. es para bailes sencillos sin coreografía. El resto de packs incluyen el Montaje de la Coreografía personalizada y el Montaje Musical (1 canción de 2' aprox. en pack 3h, 3 canciones máx. en pack 5h. y 4 canciones máx. en pack 7 h). Si quieres más canciones del pack tiene un suplemento de 25€.

Si también queréis que vuestros amigos o familiares formen parte de vuestra coreografía nupcial o en otro momento de la boda, consultanos los precios extra por las personas añadidas a las clases !!!

**Si no puedes asistir a la clase tienes que avisar con 24 horas de antelación, sino se te cobrará el 50 %.**  
**El importe a cobrar se abona antes de empezar la clase suelta o el pack.**

## Clases Particulares

Las clases particulares son la mejor solución para casos con problemas de horarios, como refuerzo a las clases, clases de competición, un baile en concreto, ...

Las clases son a horas convenidas (mañana o tarde).

Precios: clases sueltas de **1 hora 46€** | **Pack 5 horas 215€** (la hora sale a 43€)

*El precio es para una pareja. Si es para más de 1 pareja o Individual consultar suplementos.*

**Si no puedes asistir a la clase tienes que avisar con 24 horas de antelación, sino se te cobrará el 50 %.** **El importe a cobrar se abona antes de empezar la clase suelta o el pack.**

y más ...

Alquiler de Aulas

Clases a Empresas

Clases a Grupos

Exhibiciones

Eventos

Club Social

Talleres

## NORMATIVA ESCUELA CENTRO

curso  
2023  
2024

### ¿Cómo me inscribo?

- Rellenar el **Formulario de Inscripción** en Recepción o también se puede hacer desde la web.
- En el caso de abonar el **pago mensualmente o el trimestre fraccionado**, se tiene que rellenar los datos de la domiciliación bancaria y abonar la 1a cuota y la matrícula en efectivo.
- En el caso de realizar el **pago trimestralmente** se puede dejar una paga y señal previa de 30 € para reservar plaza. **El pago del curso debe quedar abonado en su totalidad antes de iniciarlo.** No se realiza la devolución del pago una vez iniciado el curso.

### Baja de actividad

- Se puede realizar una Baja Temporal o Definitiva. En ambos casos se tiene que rellenar un formulario en Recepción. **No se puede realizar por teléfono, email, whatsapp ni avisando al profesor.**
- Se tiene que **avisar mínimo 5 días antes del fin de mes.**
- La **BAJA TEMPORAL** sirve para **mantener la plaza** y no perder la matrícula. Esta baja es de un máximo de 4 meses, durante la cual se abona una cuota de mantenimiento de 8 € al mes (+2€ por plaza extra)

### Pagos y Recibos

#### CURSOS TRIMESTRALES:

- Se puede realizar el pago íntegro del curso o fraccionarlo en 3 pagos mensuales. **En los dos casos SE DEBE ABONAR EL CURSO ENTERO (la duración del curso es de 11 clases).** **En el caso del pago fraccionado se debe abonar las tres cuotas.**
- En ningún caso la Escuela **devolverá ninguna parte del importe** de las clases no asistidas por parte del alumno.
- En el caso de que el curso no se realice por parte de la Escuela se devolverá el pago realizado.

#### CURSOS MENSUALES:

- Los recibos se envían al banco entre el 1 y 5 del mes correspondiente. En el caso de devolución de un recibo, **la comisión del banco irá a cargo del alumno.**
- El mes **se abona entero, no según la asistencia a clase.**
- Durante **Julio y Septiembre se abonará media o toda la cuota entera** según el tipo de curso, **se asista o no a las clases.** En el caso que no haya clase o se esté de baja temporal **se abonará la cuota de mantenimiento para reservar la plaza** para septiembre y no perder la matrícula. Si no se abona esta cuota se pierde la plaza y al volver a inscribirse se tendrá que abonar la matrícula y no se podrá acoger a promociones hasta 9 meses después.
- En Agosto se enviará una cuota de mantenimiento de 5€.



SERGI & LOURDES DANCE ESCOLA DE BALL - tel. 93 3384932 - c. Rodés, 10 - l'H.- [www.sergilourdesdance.com](http://www.sergilourdesdance.com)  
L'ESSÈNCIA YOGA&PILATES CENTRE DE IOGA I PILATES - c. Rodés, 12 - l'H.- [www.esenciadeyogaypilates.com](http://www.esenciadeyogaypilates.com)