

# CASA DE LA JUVENTUD PROLONGADA ARMENDARIZ

Mlcon. Armendáriz 125 – Tel. 410-7259

## TALLERES

### **CHI KUNG** – Percy Peralta

Lunes – Miércoles - Viernes 10.30 am a 11.30 am  
S/ 5.00 por clase

### **GIMNASIA TERAPEUTICA** – Rogger Verastegui

Lunes y Viernes de 11:45 am a 12:30 m  
S/ 5.00 por clase

### **INGLES – CONVERSACION** – Ofelia Cabrera

Martes 11.00 am a 1.00 pm  
S/ 60.00 (4 clases al mes)

### **MANEJO DE TABLET y/o SMARTPHONES (SO ANDROID)**

S/ 100 (10 clases de 2 h) Preguntar en Administración

### **MARINERA LIMEÑA**– Rocio Chumpitaz

Jueves

**Básico** 03.00 pm a 04.00 pm

**intermedio** 04.00 pm a 05.00 pm

S/ 5.00 por clase

### **MEMORIA** – Aldo Dávila

Martes y Jueves 10.00 am a 11.30 am  
S/. 7.00 por clase

### **PILATES** – Sara Morey

Miércoles 9.30 am a 10.30 am  
S/ 5.00 por clase

### **RITMOS PERUANOS** - Rocio Chumpitaz

Martes 4.00 pm a 5.00 pm  
S/ 5.00 por clase

### **STRETCHING (Elongación)** – Elí Laureano

Lunes - Martes - Jueves 10.45 am a 11.40 am  
S/ 5.00 por clase

### **TAI CHI** – Tula Ocampo

Martes y Jueves 03.00 pm a 04.00 pm  
S/ 5.00 por clase

### **TANGO** – Julio Valencia

Miércoles 4.00 pm a 5.00 pm  
Gratuito

### **YOGA** – Claudia Piñeiro Jimenez (Voluntaria)

Lunes 9.30 am a 10.30 am Gratuito

Viernes 9.30 am a 10.30 am S/ 5.00 por clase

### **YOGA ASANA** – Lili Zeni

Martes – Jueves 9.30 am a 10.30 am  
S/ 100.00 (mensual)

### **ZUMBA** – Fiorella Ruffran

Martes y Jueves 11.45 am – 12.40 pm  
S/ 5.00 por clase

## SERVICIOS

### **MASAJES RELAJANTES ANTIESTRESS** – Guiliana Garcia

S/ 20.00 por sesión de 20 minutos  
Atención con cita llamar al **999465081**

### **PSICOLOGIA** – Aldo Dávila

S/ 25.00 Sesión de 45 minutos  
Atención con cita 993100783

### **PODOLOGIA - MASAJES TERAPEUTICOS** – Juana Elías

Lunes y Miércoles  
S/ 20.00 por sesión de 20 minutos

Atención con Cita **992693906**

### **BILLAR**

Lunes a Viernes 8.30 am a 6.00 pm  
Sábado 8.30 am – 01.00 pm  
Gratuito

### **JUEGOS DE MESA**

Lunes a Viernes 8.00 am a 6.00 pm  
Gratuito

### **SI TIENE 60 AÑOS YA PUEDE PARTICIPAR**

*Requisitos: DNI de Miraflores (original) + 2 Fotos tamaño carnet*

*Horario de atención. Lunes a Viernes de 8.00 am a 5.00 pm*

**Encuétranos en Facebook como CIAM ARMENDARIZ MIRAFLORES**