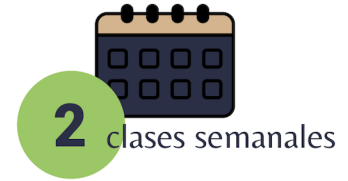




GRUPOS
CERRADOS
Sin necesidad de
reserva.



@theboutiqueyoga



PILATES

- Fortalece la musculatura y la fuerza.
- Fortalece el sistema inmunológico.
- Mejora la flexibilidad y movilidad.
- Previene dolores musculares y lesiones.
- Corrige malas posturas.
- ...

Pilates suelo, pilates implementos (fitballs, aros, gomas elásticas...)

Mañana:

Lunes y miércoles
10:30 a 11:30

Tarde:

Martes y jueves
18:30 a 19:30

INFORMACIÓN DE PRECIOS ACUDIENDO A NUESTRAS INSTALACIONES

Buscamos como objetivo principal la fortalecer la musculatura.

Los principios esenciales de dicha modalidad son la respiración, centralización, fluidez, precisión, concentración y control.

¡Ven a probar una clase!*

