

PILATES

Formadora. Encarna Ibañez



DILLUNS - 19:30
67€ el trimestre

Fer activitats cada dia per permet assolir els objectius de forma física i salut en les millors condicions.

Igual que molts altres tipus d'exercici, Pilates augmenta el metabolisme, promou el control respiratori i la funció circulatoria, i millora la densitat òssia, el to muscular.

INSCRIPCIONS A PARTIR DEL 1 DE SETEMBRE
INICI EL 20 DE SETEMBRE

whatsapp - 601006207

mail: matarofoment@gmail.com