

TALLER PILATES PER A TOTHOM

Introducció al Mètode Pilates adaptat a totes les edats, vine amb família, t'ho passaràs bé.



Els dies 14 i 16 d'Agost a la piscina de Salàs del Pallars.
Horaris: Matins de 9 h. a 10,30 h.

El preu per sessió es de 5 eur. adults i 3 eur. els nens.

El dimarts 14 presentació, explicació i taller pràctic.
dijous 16 taller pràctic i cloenda.

S'ha de venir al taller vestits amb roba còmoda i portar una tovallola o màrfega.

Taller impartit per l' Anna M^a Vilageliu, Entrenadora personal, Titulada en el Mètode Hipopressiu RSF, Tècnica de Pilates, certificada per Stott Pilates i per Peak Pilates en Mat, Reformer i Cadillac.

annavilageliu@yahoo.es

-

www.viupilates.com

Per més informació i apuntar-vos al taller, trucar al Tel. 636 418 274