



NOVITA' PER I GENITORI

NUOVO CORSO DI PILATES GYM



LUNEDI' 17,00- 18,00

GIOVEDI' 19,00 - 20,00

La lezione, di 60', prevede un mix di stretching, gag e Pilates matwork finalizzati alla tonificazione di tutto il corpo.

Si consiglia un abbigliamento comodo e calze antiscivolo.

Frequenza: settimanale o bisettimanale in base alle proprie esigenze.

Info in segreteria.