

OBJETIVOS:
Movimiento fluido
Cuerpo tonificado
Stop a las sobrecargas
y alivio de dolores



PILATES FUNCIONAL

Seniors

Actividad dirigida a mayores de 55 años

**¡Ven a probar GRATIS
el lunes 13 o el miércoles 15 de enero!**

Sala: La Sevillana. Hora: 10:30-11:30 h

Sólo necesitas traer una esterilla y agua

INICIO DEL CURSO:

20 enero 2025

COSTE DEL CURSO:

75€ el trimestre

INSCRÍBETE EN

WWW.URBANIZACIÓN.LOSMONASTERIOS.ES

+ INFO LLAMANDO AL TEL: 961 405 359