

DO PILATES DO LIFE

No importa tu edad, tu nivel de Fitness ni tus objetivos, tu cuerpo necesita Pilates

Pilates Suelo

El objetivo del Pilates es conseguir un completo control del cuerpo y conseguir coordinar cuerpo y mente para ser conscientes de los movimientos que realizamos. Desarrolla un preciso trabajo de toda la musculatura.

Pilates Studio



El Pilates Studio se realiza con los aparatos diseñados por Joseph Pilates con el objetivo de facilitar la consciencia y la ejecución de movimiento, trabajar de una forma uniforme todo nuestro cuerpo con rangos articulares amplios y sin apenas impacto. Las máquinas nos permiten entender mejor el movimiento y trabajar de forma más versátil, en especial si tenemos alguna limitación de movilidad o patología.



El Pilates es la mejor experiencia de acondicionamiento físico para todo el cuerpo que transforma miles de vidas



Pilates Suelo

HORARIOS:

MARTES Y JUEVES 09:00 H

MARTES Y JUEVES 20:00 H

PRECIO SOCIOS:
79 € TRIMESTRE

PRECIO NO SOCIOS:
170 € TRIMESTRE

Pilates Studio

HORARIOS:

MAÑANAS: CONSULTAR EN RECEPCIÓN

LUNES Y MIERCOLES 11:30 H

LUNES Y MIERCOLES 15:00 H

LUNES Y MIERCOLES 16:30 H

LUNES Y MIERCOLES 17:30 H

LUNES Y MIERCOLES 18:30 H

MARTES Y JUEVES 15:30 H

MARTES Y JUEVES: 17:00 H

MARTES Y JUEVES: 18:00 H

MARTES Y JUEVES: 20:00 H

GRUPOS REDUCIDOS, MÁXIMO 4 PERSONAS

PRECIO SOCIOS:
170 € TRIMESTRE
PRECIO NO SOCIOS:
260 € TRIMESTRE



Pilates Suelo y Pilates Studio

General Dávila 73 Bis
942 31 99 22



SALESPORT
CLUB

Pilates



PILATES SUELO Y
PILATES STUDIO