

# **Pilates**

**45.00€ 35.00€ / mes**

Nuestra clase de **Pilates** se centra en el fortalecimiento del "core", el control postural y la flexibilidad. A través de movimientos controlados y precisos, prevenirás dolores de espalda y mejorarás tu alineación corporal.

Horario de la Clase

Martes y Jueves: **18:00 - 19:00**