

PILATES



BENEFICIOS:

- ✓ Aumenta la flexibilidad.
- ✓ Mejora la postura corporal.
- ✓ Moldea tu musculatura.
- ✓ Mejora el equilibrio y la coordinación.
- ✓ Mejora la respiración.
- ✓ Reduce los dolores de espalda.

**GRUPOS EN HORARIO
DE MAÑANA Y TARDE**

Glorieta Ángel Cachada nº2 41807 Espartinas (Sevilla)
661 692 040 / 955 694 382 – info@centrocpm.es