

Pilates na matach dla osób ze skoliozą

Data: 16.05.2010 godz.14.00-16.30

Instruktor prowadzący: Bożena Włodarczyk

Koszt: 170 zł

Ćwiczenia Pilates dla osób ze skoliozą pomogą twoim klientom wzmocnić centrum i zrównoważyć siłę mięśni przykręgosłupowych. Wzmocnienie tych mięśni wpłynie na wydłużenie kręgosłupa i poprawienie postawy.

Na warsztatach poznasz zasady budowania treningu dla osób ze skoliozą.

Chcesz uzyskać więcej informacji na temat naszych warsztatów lub zarezerwować miejsce?

Skontaktuj się z nami telefonicznie: **22 331 44 95**

lub e-mailowo: info@akademia-pilatesa.pl