



Välkommen att träna



PILATES

Art of Contrology

TRÄNING FÖR ALLA

OAVSETT TIDIGARE TRÄNINGSTATUS

GER ÖKAD RÖRLIGHET, SMIDIGHET OCH STYRKA

ÖKAT MENTALT FOKUS

FÖR BÄTTRE KROPPSKONTROLL OCH HÅLLNING

INRE LUGN OCH BALANS

LÅNGSAMMA RÖRELSER PÅ MATTA

KVÄLL:
MÅNDAGAR: 17-18

DAGTID:
TORSDAGAR: 10-11

PRIS: Prova på gratis (1 gång)
Klippkort 5 ggr 350 kr
Medlemsavgift 150 kr

PLATS: SKURUP SPARBANK ARENA

INGEN ANMÄLAN KRÄVS

För mer info kontakta: Charlotte 070-776 34 68, pilates@wemmenhogsbudo.se