

Beneficis

PROVA EL PILATES I EQUILIBRA LA
TEVA MENT I EL TEU COS



Millora la teva postura i
alineja el teu cos



Evita lesions i dolors
d'esquena



Tonifica la teva
musculatura i treballa el
core



es pilates

ACTIVITAT

Pilates

Grups o classes individuals

HORARIS

DILLUNS: 18-19H

DIMARTS: 18-19H | 19-20H

DIMECRES: 10-11H | 13:15-14.15H

DIVENDRES: 15.15-16.15H (Cada 15
dies)

TARIFES

INDIVIDUAL: 30€/sessió

GRUP: 45€/mes

CONTACTE

Espai Salut

C/Ramon Tarrades, 6 Baixos

08500 VIC

618 403 961

espaisalutvic@gmail.com

www.espaisalutvic.com

facebook.com/espaisalutvic

twitter.com/espaisalutvic