



**AYUNTAMIENTO DE AJOFRIN**

# **CLASES DE PILATES**



TONIFICACIÓN MUSCULAR

PREVENCIÓN DOLOR DE ESPALDA

PREPARACIÓN PARTO Y POST-PARTO

ALIVIO TENSIÓN MUSCULAR

REHABILITACIÓN

MEJOR POSTURA

**LUGAR: POLIDEPORTIVO DE AJOFRIN**

**INTERESADOS/AS LLAMAR AL:**

**616-908-803(Ruth) o 925390752(pabellón)**