

Taller de pilates

Red adscrita  CAT

Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Personas mayores, Actividad física.

Descripción

Pilates

El mètode Pilates és un treball físic integral que posa en moviment tots els músculs del cos, augmenta la capacitat pulmonar i, fins i tot, la densitat òssia. Posa't en forma i cuida el teu cos amb aquesta tècnica apta per a totes les edats i condicions físiques.

Els dimarts i/o els dijous, de 20.30 a 21.30 h.

Edat: a partir de 18 anys

Data inici: octubre de 2023

Professora: Natalia Mena.

Preu: 30 €/mes/1 sessió setmanal – 40 €/mes/2 sessions setmanals

Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Cualquiera ()

Persona de contacto

Ateneu Santfeliuenc (936853242) (activitats@ateneusantfeliuenc.cat)

Fecha de última actualización de la actividad

19/09/2023

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

No

Localización

Calle Vidal i Ribas 23-25 08980 SANT FELIU DE LLOBREGAT Ateneu Santfeliuenc Sant Feliu de Llobregat Barcelona

Cataluña España



Página web del proyecto

<https://ateneusantfeliuenc.cat/tallers-saludables/>

Imagen de la Actividad



