

TALLER PILATES-INICIACIÓN

FECHA: 26 SEPTIEMBRE (VIERNES)

HORA: 18:00 H

**LUGAR: SALÓN DE ACTOS DEL AYTO
(2º PLANTA)**



Este método propone un entrenamiento físico-metal que une el dinamismo y la fuerza muscular con el control mental, la respiración y la relajación

Organiza : Ayto Pradilla de Ebro

Subvenciona: Diputación Provincial de Zaragoza y 4º Espacio Joven

