

TALLER

MÈTODE HIPOPRESSIU

Reprocessing Soft Fitness (RSF)®

Basat en les Tècniques Hipopressives del Dr. Marcel Caufriez

Reducció i tonificació de la cintura, disminució dels problemes de l'esquena, millora postural i de les prestacions sexuals, millorem el rendiment esportiu.

El dia 9 d'Agost al Centre Cívic Tarraquet de Tremp.

Horari: 19 h. a 20,30 h.

El preu es de 10 euros, per sòcies i 12 les no sòcies.

S'ha de venir al taller vestits amb roba còmoda i portar una tovallola o màrfaga.



Rosa d'Abril
Associació de dones
del Pallars Jussà

ORGANITZA

viupilates
estudi d'entrenament personal

COL.LABORA



AJUNTAMENT DE TREMP



Taller impartit per l' Anna M^a Vilageliu, Entrenadora personal, Titulada en el Mètode Hipopressiu RSF, Tècnica de Pilates, certificada per Stott Pilates i per Peak Pilates en Mat, Reformer i Cadillac.

annavilageliu@yahoo.es

-

www.viupilates.com

Per més informació i apuntar-vos al taller, podeu fer-ho al centre Cívic o trucar al Tel. 636 418 274 de l' Anna M^a Vilageliu.