



## TÝM ZKUŠENÝCH LEKTOREK PILATES METODY VÁS ZVE:



- Nové skupinové lekce
- Privátní lekce (1–2 osoby)
- Semiprivátní lekce 3–6 osob
- Cvičení na stroji Reformer a Spinecorrector



Cvičení je zaměřené na budování hlubokého svalového systému, srovnání svalových dysbalancí a tvarování postavy. Vhodné pro všechny věkové kategorie a kompenzace rotačních sportů.



Kontakty a informace:  
[www.pilatespraha.eu](http://www.pilatespraha.eu)  
Mob: +420732333211

Kde:  
Wellness Rooseveltova  
Rooseveltova 10  
Praha 6–Bubeneč  
Tel.: +420 233 310 038  
Mob.: +420 724 509 115  
[www.centrum-relaxace.cz](http://www.centrum-relaxace.cz)