

Body Complet

+ 16 urte
años

Deskribapena:

Body Complet ekialdeko eta mendebaldeko teknika ezberdinak, pilates, tai-chi, yoga eta luzapenak, konbinatzen dituen fusioa da. Osasuna eta jarrera-lerrokatzea hobetzen laguntzen du, ohitura okerrak zuzentzen laguntzen du, lesioak saihesten ditu eta koordinazioa eta oreka handitzea ahalbidetzen du.

Descripción:

El Body Complet es una fusión de actividades que combina diferentes técnicas orientales y occidentales, como: el Pilates, Tai-Chi, Yoga y Estiramientos. Mejora la salud y la alineación postural, ayuda a corregir hábitos incorrectos, previene lesiones y permite aumentar la coordinación y el equilibrio.

ORDUTEGIA / EGUNAK HORARIOS / DIAS

Asteartea eta osteguna
10:00 - 10:50
20:00–20:50
Martes y jueves

PREZIOAK / PRECIOS BI EGUN / 2 DIAS

BAZKIDE / ABONADO-A
14,36 €