



# PILATES S FYZIOTERAPEUTEM

Pilates zpevňuje zádové, břišní a hýžděvé svalstvo, rozvíjí sílu, ohebnost, rovnováhu, koordinaci a dýchání. Cesta k relaxaci a boji proti stresu. Vhodný doplněk v preventivní rehabilitaci.

Pilates s fyzioterapeutem zaručuje kvalitní odborné vedení.

- cvičení pro širokou veřejnost
- vede zkušená lektorka a fyzioterapeutka Mgr. Dana Šachová

**Cvičení** probíhá v ambulantní části C.L.P.A.- suterén polikliniky Vysočany Sokolovská 304, Praha 9 v časech: **ÚTERÝ 17:30 – 18:30 hod**

1 LEKCE - 50 min

140,- Kč

10 LEKČÍ - PERMANENTKA

1 300,- Kč



Informace na recepci  
ambulantní rehabilitace  
266 006 412  
rehabilitace.clpa@mediterra.cz

[www.clpa-mediterra.cz](http://www.clpa-mediterra.cz)