

# Horarios Pilates

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
8.30 - 9.30	REFORMER BÁSICO		REFORMER	REFORMER	STRETCHING	9.00	CERRADO
9.30 - 10.20	REFORMER NIV 1,2 MAT	TOWER BÁSICO	REFORMER NIV 1,2	REFORMER	TOWER NIV 1,2 CHAIR		
10.30 - 11.20		REFORMER	PILATES AEROSLING				
17.00 - 17.50	CHAIR NIV 1,2		REFORMER NIV 1,2		MAT NIV 1,2	17.00 CERRADO	
18.00 - 18.50		REFORMER NIV 1,2		REFORMER NIV 1,2 PILATES AEROSLING	TOWER		
19.00 - 19.50	TOWER	MAT	REFORMER	CHAIR			

\* Clases para embarazadas disponibles

Reserva con antelación  
674 272 606

Reformer / Tower / Chair  
= Pilates con máquina

Mat = Pilates suelo

Aerosling = Trabajo  
en suspensión

Pilates básico =  
Principiantes o con lesiones.

