

Zacznij jesień od... pilatesu!

Masz ochotę na multisportową przygodę? □Zapisz się na pilates! Dzięki ćwiczeniom instruktorki Natalii Bartkowiak wzmocnisz mięśnie, a zarazem je rozciągniesz, zadbasz o prawidłową postawę oraz lepszą kondycję fizyczną. Zacznij więc jesień od... pilatesu! □