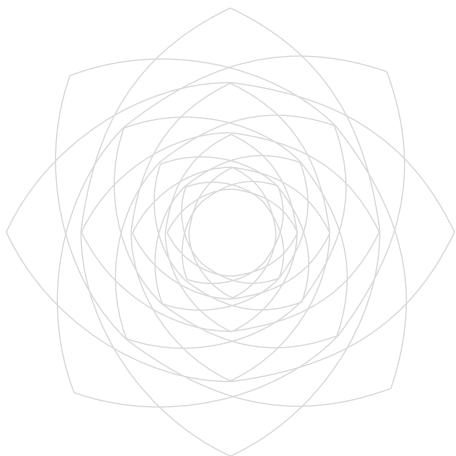
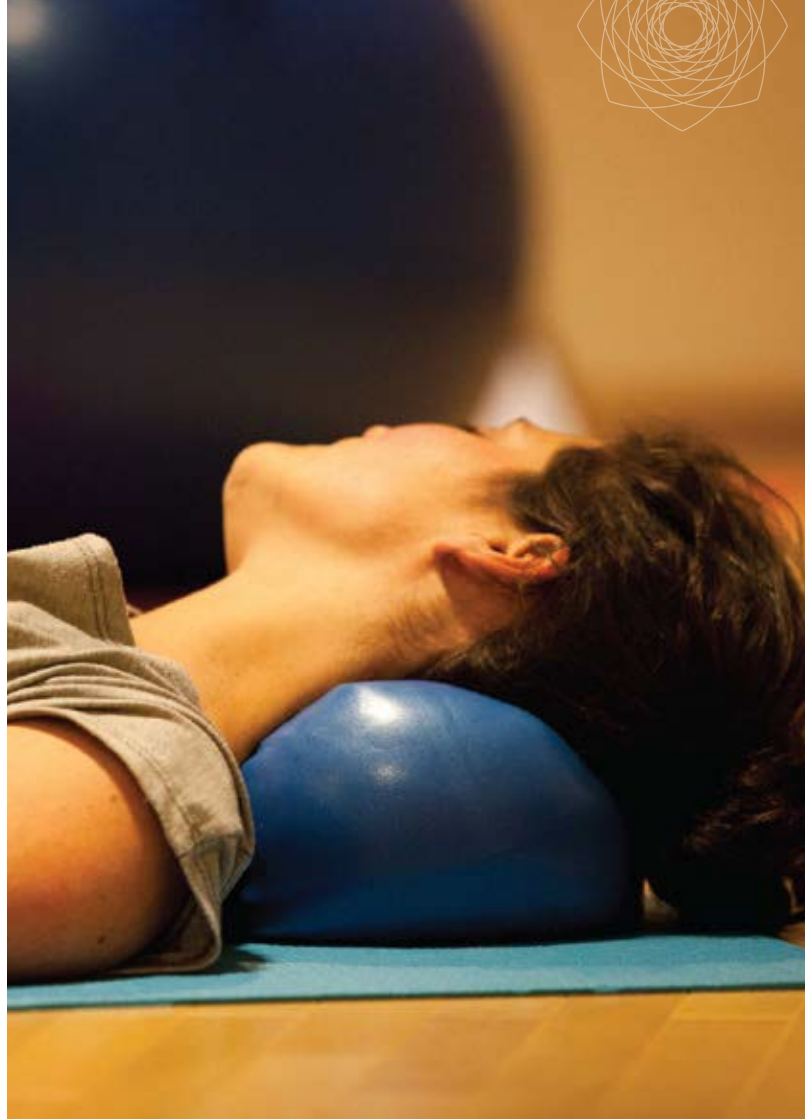


CLASES
Pilates



Miércoles y viernes / 9 a 10 hs. Lorena Faraone
Martes y jueves / 18 a 19 hs. / 19 a 20 hs. Vicky Ramírez



Un método efectivo, seguro y disfrutable. La respiración y la concentración son sus elementos esenciales. Consiste en la búsqueda del equilibrio, de la alineación, de la corrección postural y del tono muscular propicio para cada persona.

LORENA FARAONE

Educadora social. Instructora de Pilates con 7 años de experiencia. Formada en Esferokinesis con Silvia Mamana (Arg.). Cuenta con 15 años de práctica de Danza contemporánea. Es instructora de Pilates y Esferokinesis para embarazadas. Formación en Percepción Fascial con Pola Ferrari y Eduardo Sotelo. Experiencia en otras disciplinas corporales como Yoga, Zen Stretching (estiramiento de meridianos)

VICKY RAMIREZ

Certificada en el Método Periné y Movimiento© por Blandine Calais-Germain.(Francia).
Instructora del Método Pilates (Corpo-Pilates).
Doula Comunitaria (Andou).
Participa del Ciclo Anatomía y Preparación para el Parto con Nuria Vives (España).