Elvira García Centro de Pilates personaliza sus clases para quienes sufren patologías

28/11/2016



El centro dispone de clases de Pilates máquinas | Jesús Cruces.

El centro de Pilates Elvira García ofrece un servicio personalizado y pensado para **atender las necesidades de cada persona.** Por este motivo, **los grupos no superan los ocho alumnos** para atender mejor a todos ellos y ofrecerles un mayor bienestar.

Las **personas con patologías** que necesitan una atención mayor pueden personalizar sus clases utilizando las **máquinas de pilates,** adaptando cada uno de los ejercicios a las necesidades específicas de cada persona.

También enseñan a sus alumnos la forma de introducir cambios de hábitos en su día a día con el fin de que puedan llevar una vida más confortable y con menos dolor. **La práctica de pilates no tiene edad, por el contrario, los límites los pone uno mismo.** El Centro de Pilates de Elvira García dispone de clases de Pilates máquinas (clases personalizadas), Pilates suelo para grupos de ocho personas, abdominales hipopresivos y ejercicios de suelo pélvico.

El centro se encuentra en la calle Lieja, número 43 de Elda. Siente los beneficios que aportará a tu organismo la

práctica continuada del método Pilates.



Pilates Elvira García se encuentra en la calle Lieja, número 43 de Elda | **Jesús Cruces.**