Σώμα Και Φως



Ηρώων Πολυτεχνείου 7-9
Πειραιάς, Αττική 18535
Ελλάδα

Τηλέφωνο: 2104297888
Fax: 2104297888

Το «Σώμα & Φως» αντανακλά την ποιότητα με επίκεντρο τη Γυναίκα. Ποιότητα στις απαιτήσεις της, στην δημιουργικότητά της, στην φαντασία της. Αποτελεί ένα ολοκληρωμένο κέντρο Pilates και ένα σταυροδρόμι πολλών εναλλακτικών μεθόδων άσκησης, όπου η Yoga, το Stretching, το Fit–Pump, το BodyArt, ο Χορός αντλούν έμπνευση από τη διαρκή παρουσία της μουσικής, κυρίως ελληνικής. Οι μέθοδοί μας προσανατολίζονται στην ψυχολογική ευεξία και ανάταση του ατόμου και καταπολεμούν την ατονία και τη δυσκινησία.
Αν και επίκεντρο είναι η Γυναίκα, ο χώρος έχει διευρύνει τα προγράμματα εκγύμνασης και για τα συγγενή μέλη που επιθυμούν να συμμετέχουν, όπως οι σύζυγοι των γυναικών
“Μη σας φανεί παράξενο αν κάνετε κοιλιακούς με ζειμπέκικο ή διατάσεις με τσιφτετέλι”

Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα
Αποστολή Μηνύματος