

# Centro de pilates Madrid

**Envia un email al anunciante:** user-123092@AnuncioTIC.com

**Messenger:** Contacto :

**Fecha:** Jueves, 03 Abril de 2014

276 personas han visto este anuncio

**Precio:** 0

El método Pilates, o simplemente Pilates, es un sistema de entrenamiento físico y mental creado a principios del siglo XX por el alemán Joseph Hubertus Pilates, quien lo ideó basándose en su conocimiento de distintas especialidades como gimnasia, traumatología y yoga, uniendo el dinamismo y la fuerza muscular con el control mental, la respiración y la relajación.

[www.vitaminazen.es](http://www.vitaminazen.es)

[www.AnuncioTIC.com](http://www.AnuncioTIC.com)