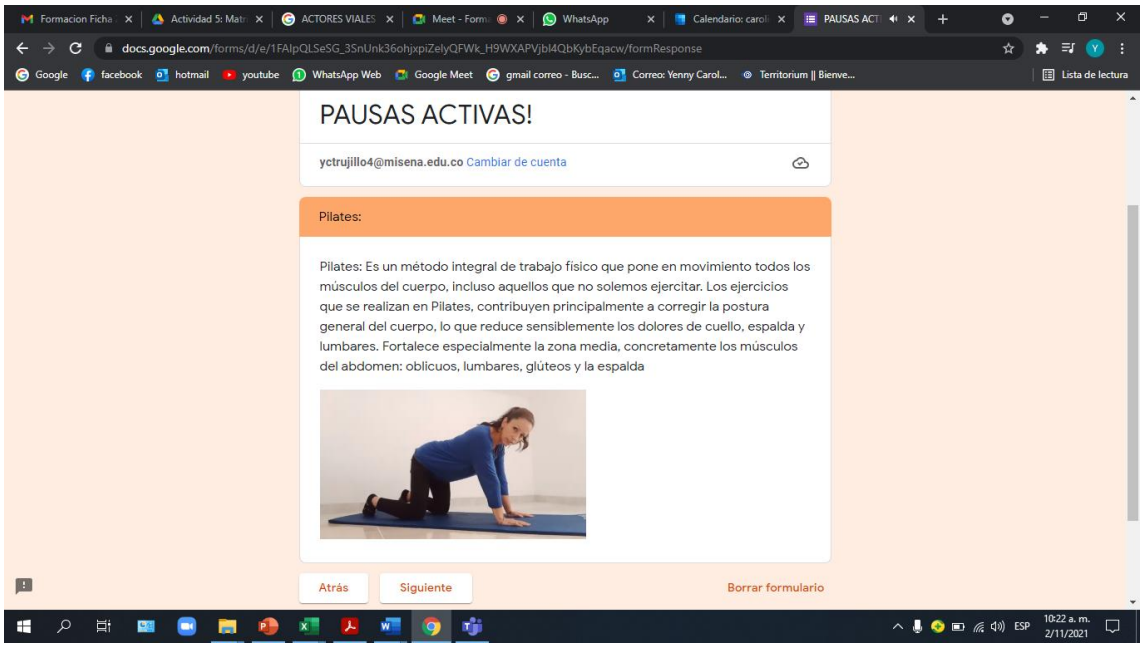
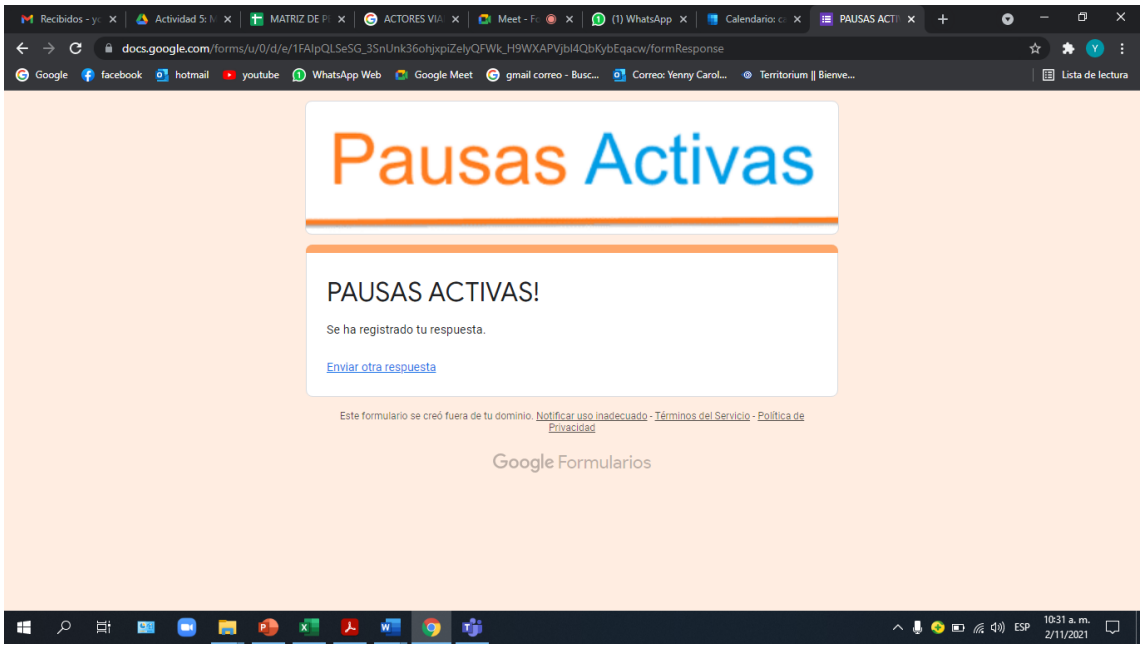

PAUSAS ACTIVAS!
yctrujillo4@misena.edu.co Cambiar de cuenta
Pilates:
Pilates: Es un método integral de trabajo físico que pone en movimiento todos los músculos del cuerpo, incluso aquellos que no solemos ejercitar. Los ejercicios que se realizan en Pilates, contribuyen principalmente a corregir la postura general del cuerpo, lo que reduce sensiblemente los dolores de cuello, espalda y lumbares. Fortalece especialmente la zona media, concretamente los músculos del abdomen: oblicuos, lumbares, glúteos y la espalda
Atrás
Siguiente
Borrar formulario


Pausas Activas
PAUSAS ACTIVAS!
Se ha registrado tu respuesta.
Enviar otra respuesta
Este formulario se creó fuera de tu dominio. Notificar uso inadecuado - Términos del Servicio - Política de Privacidad
Google Formularios