

more
pilates

more

м. Петроградская
Набережная реки Карповки , дом 6

8 812 929 23 70 8 812 403 00 69
www.morepilates.ru

ВАШЕ ТЕЛО - ЭТО УНИКАЛЬНАЯ СИСТЕМА. КАЖДАЯ ЕГО ЧАСТЬ НАХОДИТСЯ В НЕРАЗРЫВНОЙ ВЗАИМОСВЯЗИ СО ВСЕМ ОРГАНИЗМОМ.




Неправильный образ жизни, несбалансированное питание, недостаток движения, стрессы большого города приводят к возникновению сбоев и дисбалансов в работе тела, которые опытный тренер может диагностировать по структуре тела и работе опорно-двигательного аппарата.

Путем восстановления качества движения по системе пилатес мы возвращаем Вам не только радость движения, но и новое качество жизни!

Пилатес поможет Вам оптимизировать вес и состав тела, справиться с последствиями старых травм и улучшить спортивные результаты. А постановка правильного дыхания добавит энергии!

Красивая осанка, легкая походка и прекрасное самочувствие станут Вашими неотъемлемыми качествами!





СТИЛЬНЫЙ ИНТЕРЬЕР
И КЛУБНАЯ АТМОСФЕРА
ПРЕМИАЛЬНОЙ СТУДИИ ПИЛАТЕС

ИННОВАЦИОННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБОРУДОВАНИЕ ЛУЧШИХ
ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ США И ЕВРОПЫ

ВСЕ ПРОСТО - МЕТОД ПИЛАТЕСА - ЭТО ФИЛОСОФИЯ ДВИЖЕНИЯ,
МНЕ ЛИЧНО ВСЕГДА ИНТЕРЕСНЕЕ КОГДА ЕСТЬ ФИЛОСОФИЯ,
А НЕ ПРОСТОЙ НАБОР УПРАЖНЕНИЙ.

Джозеф Пилатес - это человек-легенда, посвятивший жизнь изучению и улучшению качества движения человека.

Мы, как его последователи, разделяем это видение. Пилатес это не просто набор движений, это целая философия!

Этот метод позволяет найти программу, которая подойдет именно вам. Пилатес легко войдет в вашу жизнь, и вы научитесь лучше использовать ваши уникальные природные данные. Совершенное качество движения гарантирует результат!



ПРОГРАММЫ:

ПИЛАТЕС МАТ

ПИЛАТЕС БОЛЬШОЕ
ОБОРУДОВАНИЕ

COREALIGN

MOTR

PILATES ARC

GYMSTICK
ORBIT

VIPR

FLOWIN PILATES

ЙОГА

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ

РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОСЛЕ ТРАВМ

РАБОТА С БОЛЕВЫМ СИНДРОМОМ

УЛУЧШЕНИЕ СПОРТИВНЫХ
ПОКАЗАТЕЛЕЙ

ОПТИМИЗАЦИЯ ВЕСА И СОСТАВА ТЕЛА

