

YOGALATES REFORMER STUDIO - Viale Tunisia 13, Milano
Per informazioni e per attivare la convenzione contattare il numero
3491510049 o scrivere a info@yogalatesreformer.yoga
www.yogalatesreformer.yoga

Lo studio propone il metodo innovativo **Pilates Reformer Posturale**, un approccio olistico che unisce i principi del Pilates e dello Yoga. Attraverso percorsi personalizzati e l'utilizzo di attrezzature avanzate (come *Reformer*, *Spinefitter*, *Flyboard*, *Tower* e il sistema *Spinal Backrack*), gli allenamenti mirano a:

- riequilibrare la postura e migliorare la flessibilità di muscoli e tendini.
- alleviare tensioni, contratture e dolori alla schiena.
- trattare disturbi muscolo-scheletrici come ernie, protrusioni, scoliosi e discopatie.

Le lezioni combinano la forza funzionale con la trazione integrale del corpo, garantendo benefici profondi per il benessere fisico e mentale fin dalla prima seduta.

Tariffe riservate ai soci Alg

4 LEZIONI AL MESE 90 EURO

ABBONAMENTO SEMESTRALE, RINNOVO AUTOMATICO

6 LEZIONI AL MESE 125 EURO

PROMO 14 LEZIONI – 310 EURO. DURATA 4 MESI

PROMO 40 LEZIONI – 860 EURO. DURATA 9 MESI

ISCRIZIONE ANNUALE 20 EURO

CERTIFICATO MEDICO OBBLIGATORIO

Per i nuovi allievi è riservata una lezione di prova al costo di 30 euro. Per poter aderire alle offerte riservate ai soci si invita di scaricare l'app mobile "Yogalates Reformer" e creare l'account, inviare i dati e la convenzione desiderata all'email info@yogalatesreformer.yoga oppure su whatsapp 3491510049 chiedendo di attivare l'offerta.