



MIND & BODY
EXERCISE STUDIO
Pilates system



ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ PILATES

Healthy Hips

Σεμινάριο για
την υγεία και
ενδυνάμωση
Ισχύου



Το Mind and Body και η **Άρτεμις Παπακωνσταντοπούλου** (PMA® Certified Pilates Teacher) προσκαλούν δάσκαλους και εκπαιδευόμενους στη μέθοδο Pilates αλλά και σε άλλες μεθόδους κίνησης, χορευτές και φυσιοθεραπευτές σε μία πολύτιμη διδακτική εμπειρία για την **αντιμετώπιση παθήσεων του Ισχύου**.

- Το Σεμινάριο Healthy Hips είναι ένα σεμινάριο απαραίτητο για όσους διδάσκουν Pilates. Καλύπτει τις περισσότερες παθήσεις που αντιμετωπίζουν οι πελάτες και επηρεάζουν την άσκησή τους.
- Περιλαμβάνει ασκήσεις για την αντιμετώπιση των κοινών παθήσεων του Ισχύου καθώς και την ανατομία του.
- οι ασκήσεις αυτές λειτουργούν συνδυαστικά και συμπληρωματικά με φυσιοθεραπεία και άλλες θεραπείες που συστήνει ο γιατρός.

Για την ασφαλή και αποτελεσματική διδασκαλία της μεθόδου οι γνώσεις αυτές κρίνονται απαραίτητες.



Για περισσότερες πληροφορίες και δηλώσεις συμμετοχής
επικοινωνήστε μαζί μας στο τηλ. 210 8010231.