



*más que un ejercicio,
un estilo de vida.*

Practica el método más efectivo para perfeccionar y fortalecer tu figura, mejorar tu postura, combatir el estrés y equilibrar tu cuerpo, tu vida.

Sesiones de Pilates en máquinas Reformer y en colchoneta. Yoga. Yoga Prenatal.

Novedades TPS

Ha llegado el momento de ponerse en forma, dar la cara al verano ¡y al temido traje de baño! El método Pilates te ayuda a tonificar tus músculos y moldear tu figura. Ponte fit en este verano y aprovecha nuestros **planes ilimitados de Yoga y Pilates**, con los que puedes venir las veces que quieras durante 30 días.

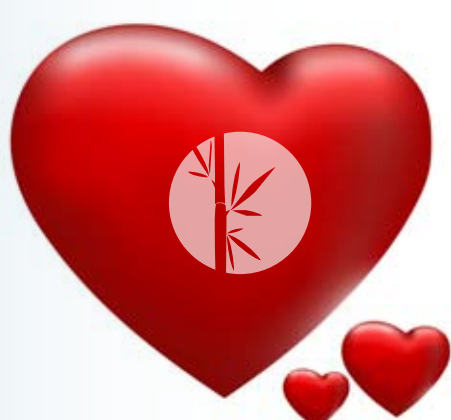


Oferta exclusiva para clientes:

En **este mes del amor y la amistad** queremos demostrarles nuestro aprecio, regalándoles más Pilates. Si no eres cliente aun, ¡este es el momento! aprovecha y compra o reactiva tu plan antes del 26 de febrero y recibe más Pilates, gratis. **Para más detalles llámanos al 213-7587.**

¿No sabes qué regalar?

Consiente a esa persona especial y regálale un certificado de The Pilates Studio.



Visítanos en Facebook y Twitter para ver nuestras promociones de último minuto.

Historias Verdaderas, Resultados Verdaderos

Conozca a Sharissa, una instructora apasionada por The Pilates Studio

Al entrar a The Pilates Studio, la sonrisa de Shari nos da la bienvenida, siempre servicial y atenta. Pero a la hora de dictar una sesión de Pilates, esta licenciada en fisioterapia nos pondrá a trabajar el cuerpo sin permitir "flojera". Para Shari, de 26 años, lo mejor de ser instructora de Pilates es la satisfacción de ver que los clientes van avanzando en sus niveles. *"He visto cambios en muchos...en los que lo hacen para bajar medidas y tienen muy buenos resultados, en los que buscan ganar flexibilidad y con Pilates llegan a ser un 80% más flexibles y en los que alivian dolores de espalda, entre otras cosas"*, cuenta Shari.

La pasión que siente por su trabajo es obvia a la hora de dictar una sesión, dándole una atención personalizada a cada cliente. Y es que ella cree en los beneficios de Pilates. *"Para mí, lo mejor de Pilates es que mejora el estrés y el común dolor de espalda que muchas personas tenemos. Aparte de ayudarnos a tonificar nuestros músculos, nos brinda una sensación agradable y relajante"*.

Con instructoras como Sharissa en The Pilates Studio, podemos estar seguros de aprovechar cada sesión de Pilates al máximo.



Artículo de Interés

Pilates para la Fibromialgia

Aunque las verdaderas causas de la fibromialgia se desconocen, se cree que es un trastorno neurológico. La fibromialgia provoca dolor generalizado en todo el cuerpo y agotamiento. Los tratamientos específicos son escasos y la terapia convencional suele implicar una combinación de varios medicamentos con múltiples efectos secundarios potenciales. Pilates ofrece un enfoque complementario o alternativo para aliviar algunos de los síntomas más preocupantes de la fibromialgia. **Lea más haciendo click aquí.**



Descubre más en www.thepstudio.com
T. 213-7587 • email: info@thepstudio.com

Lunes a jueves: 5:30 am a 9:00 pm • Viernes: 6:30 am a 7:00 pm
Sábados: 8:30 am a 2:30 pm • Marbella, C.C. La Florida, Local 111, planta alta
(arriba del antiguo Rock Café, diagonal al Subway de Marbella)

Aliados Estratégicos



essie.
La marca #1
en el cuidado
y color de uñas.

ventas@pattybeauty.com
t. (507) 278-2052/53

