



POSITIVA  
COMPANIA DE SEGUROS

| Positiva  
te cuida en

# El poder transformador del Pilates

Fortalece tu cuerpo, calma tu mente y alcanza tu máximo potencial con nuestras clases de Pilates.

## MÚLTIPLES BENEFICIOS

- Mejora la flexibilidad.
- Mejora la alineación corporal.
- Aumenta la fuerza muscular y la resistencia.
- Reduce el estrés
- Aumenta la sensación de bienestar.
- Ayuda a prevenir lesiones
- Tonifica los músculos
- Mejora la coordinación.

**AGENDA UNA CITA**



medismart+  
Live Lo)