

# PILATES DA PAURA

IN OCCASIONE DI HALLOWEEN  
UNA SPECIALE MASTERCLASS  
DI DYNAMIC PILATES

**SABATO 31.10.2020**

**ORE 09.00**

**In studio 35.- (solo 4 posti)**  
**Online Zoom 25.- (solo 10 posti)**

Un flow di esercizi a tempo di musica che ti permetterà di migliorare la tua mobilità e rinforzare il tuo core.

Ci sarà la possibilità di fare una donazione **alla Lega Ticinese Contro il Cancro** per sostenere il mese dedicato alla ricerca contro il tumore al seno.

**Per iscrizioni: [www.pinkenergy.ch/calendario](http://www.pinkenergy.ch/calendario)  
oppure tramite l'app di Mindbody**