

Pilates Laura Culat

Esculpe tu cuerpo y refuerza tu musculatura

Vuelve a respirar de nuevo. La base del Pilates es el permanente dialogo entre la mente y el cuerpo a través de la respiración; un serie de ejercicios altamente especializados adaptados a cada persona le permitirán mejorar la flexibilidad, fortalecer y equilibrar la musculatura, mejorar el autocontrol, reducir el estrés y ejercitar la concentración. El pilates es para todo el mundo, sea cual sea su edad o condición física: resulta ideal para personas con dolores de espalda, musculares o articulares; con sobrepeso; con depresión o ansiedad e, incluso, para embarazadas, con ejercicios específicos para cada etapa, también posparto. En el Centro Pilates Laura Culat se ofrecen los tratamientos del fisioterapeuta acupuntor Pablo Borrero. Además, se imparte formación en Mat, Reformer, Wall-Unit, Chair y High Barrel, para ser instructor de Pilates dirigido a bailarines, profesores de deporte u otra técnica corporal, médicos, fisioterapeutas o entrenadores, con la colaboración de la doctora y profesora de anatomía Cristina Oriol Zerbe.



Acaba con el dolor de espalda, mejora la postura y el equilibrio, y ayuda a la concentración y la relajación

CENTRE DE FORMACIÓ PILATES
LAURA CULAT

C/Hurtado 35 Entresuelo 5ª
08022 Barcelona
Tel.: 627 525 050

<http://centropilates-barcelona.com>



ERGYPHILUS

LACTOBACILLUS Y BIFIDOBACTERIAS
PARA LAS DIFERENTES ETAPAS DE LA VIDA

Asociación de lactobacillus y bifidobacterias seleccionadas. El *Lactobacillus rhamnosus GG*® (la cepa más estudiada a día de hoy) contribuye a mejorar la resistencia del organismo.

● ERGYPHILUS® Plus

Asociación de lactobacillus y bifidobacterias seleccionadas, en particular *L. plantarum* y *B. longum* que mantienen el equilibrio de la flora intestinal y favorecen el confort digestivo.

● ERGYPHILUS® Confort

Favorece la resistencia del organismo gracias al *Lactobacillus rhamnosus GG*, así como al mantenimiento del equilibrio de la flora intestinal gracias al *Bifidobacterium longum*.

● ERGYPHILUS® Niños



Bote 60 cápsulas



Bote de 60 cápsulas



Caixa de 14 sobres



LABORATORIOS
NUTERGIA
La Nutrición Celular Activa

Paseo de Francia, 14
20012 SAN SEBASTIAN
Tel.: (34) 943 459 102
Fax: (34) 943 465 102
informacion@nutergia.es
internet: www.nutergia.es