

**Ежеседмични групови занятия по пилатес за работещите на ОТД в Пловдивския университет**

Допълнителна информация

Класовете по пилатес се провеждат от квалифициран инструктор и са с продължителност един астрономически час. За провеждане на занятията са необходими удобен спортен екип (клин и тениска/потник) и чифт чорапи. Препоръчително е лична постелка за пилатес (йога).