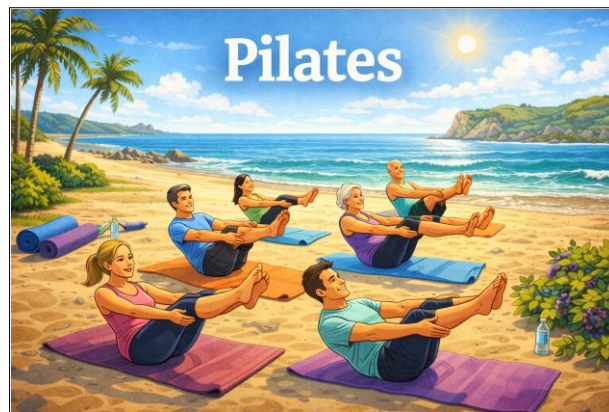




AKTIVITETER för boende i Estepona med omnejd

PROGRAM: www.esteponanordico.com



PILATES på stranden

På tisdagar håller My Berteus Pilates-pass på stranden vid Casares-rondellen, nära restaurang La Sal. Passet börjar klockan 10:30.

Passet: 45 minuter. Inga förkunskaper krävs.

Ledare: My Berteus - utbildad pilatesinstruktör och har hållit pilatespass sedan 2004.

Förutsättningar: Tag med träningsmatta eller handduk.

Kostnad: 10 euro

Anmälan: Anmälan via <https://form.jotform.com/250502354606348>.
Fungerar inte länken? Kopiera och klistra in i webbläsaren:
<https://form.jotform.com/250502354606348>

Observera att pilates sker på egen risk. Tänk på att ta med det blå kortet, alternativt det spanska hälsokortet och vi rekommenderar att du har en reseförsäkring eller motsvarande om olyckan skulle vara framme.

Välkomna!

