



Asociación Nacional de  
Entrenadores de PILATES

**A.N.E.P.**

# EJECUCIÓN TÉCNICA Y PERFECCIONAMIENTO DE EJERCICIOS AVANZADOS

Para todos aquellos que quieran descubrir, practicar, mejorar, analizar... su ejecución del repertorio de ejercicios de Pilates.

Entender a donde nos lleva el método y hasta donde puede llegar nuestro cuerpo...

Tendrás la posibilidad de perfeccionar tu nivel avanzado de Matwork.

Tendrás la posibilidad reestructurar nuevas clases de niveles mas altos, utilizando a su vez, los elementos Pilates como ayuda para conseguir elevar la dificultad del ejercicio y lograr su objeto.

Un seminario muy intenso.....

**Fecha:** Sábado 28 de Enero en Alicante

**Horario:** De 09:30 a 14:30 y de 16:00 a 20:00

**Precio:** 60 Euros SOCIOS ANEP - 100 Euros NO socios



## LORENA LUZ

Profesora de cursos de Pilates de Apta Vital Sport

Imparte cursos de flamenco en el estudio de danza Armonic de París, en diversos centros de danza de Nápoles y en la escuela superior de danza de Carmen Roche de Madrid.

Entrenadora personal.

Monitora por Sttot Madrid.

Formación de Pilates con complementos y maquinas, con diferentes escuelas de formación.

Coordinadora de Pilates maquinas del Club deportivo Olympia Valencia.

Imparte Master class y seminarios del método para A.N.E.P Asociación Nacional de entrenadores de Pilates.

## COLABORAN

**akkua**



THE ORIGINAL ONE



LEISIS, S.L. Distribuidor Exclusivo AKKUA en España

**bonPILATES®**

FUENTE  
PILATES.com

Tu Fuente de Información sobre Pilates



**RESERVA TU PLAZA EN: 96 344 73 00**  
**anep@anep-pilates.com**