

# I Taller de Suelo Pélvico y Gimnasia Abdominal Hipopresiva

**Conoceremos por que es tan importante el suelo pélvico, su localización, cuidados específicos en las distintas etapas de la vida, y ejercicios para tonificar el abdomen y el periné de manera adecuada.**

**Organizan:** Clínica de Fisioterapia Carmen Alonso y Estudio de Pilates Mercedes Roldán

**Impartido Por:** Marta Bodas.

Diplomada en Fisioterapia  
Especialista en Suelo Pélvico  
Certificada por **Low Pressure Fitness**

**Lugar:** Estudio de Pilates Mercedes Roldán. Avd. De Los Canteros 16. Alpedrete.

**Día:** 29 de Septiembre de 2017

**Hora:** 18h ( El taller tiene una duracón aproximada de dos horas)

**Incluye:** Clase teórico-Práctica y Valoración básica.

**Precio:** 40€

**Inscripción anticipada**

**Información y Reservas:** Estudio de Pilates Mercedes Roldan. Tlf: 654 59 14 85  
[www.pilatesmercedesroldan.com](http://www.pilatesmercedesroldan.com)  
Clínica de Fisioterapia Carmen Alonso. Tlf: 646 52 63 20  
[www.fisioterapiacarmenalonso.es](http://www.fisioterapiacarmenalonso.es)  
[info@fisioterapiacarmenalonao.es](mailto:info@fisioterapiacarmenalonao.es)  
Avenida de los Canteros nº 16. Alpedrete