

# PILATES

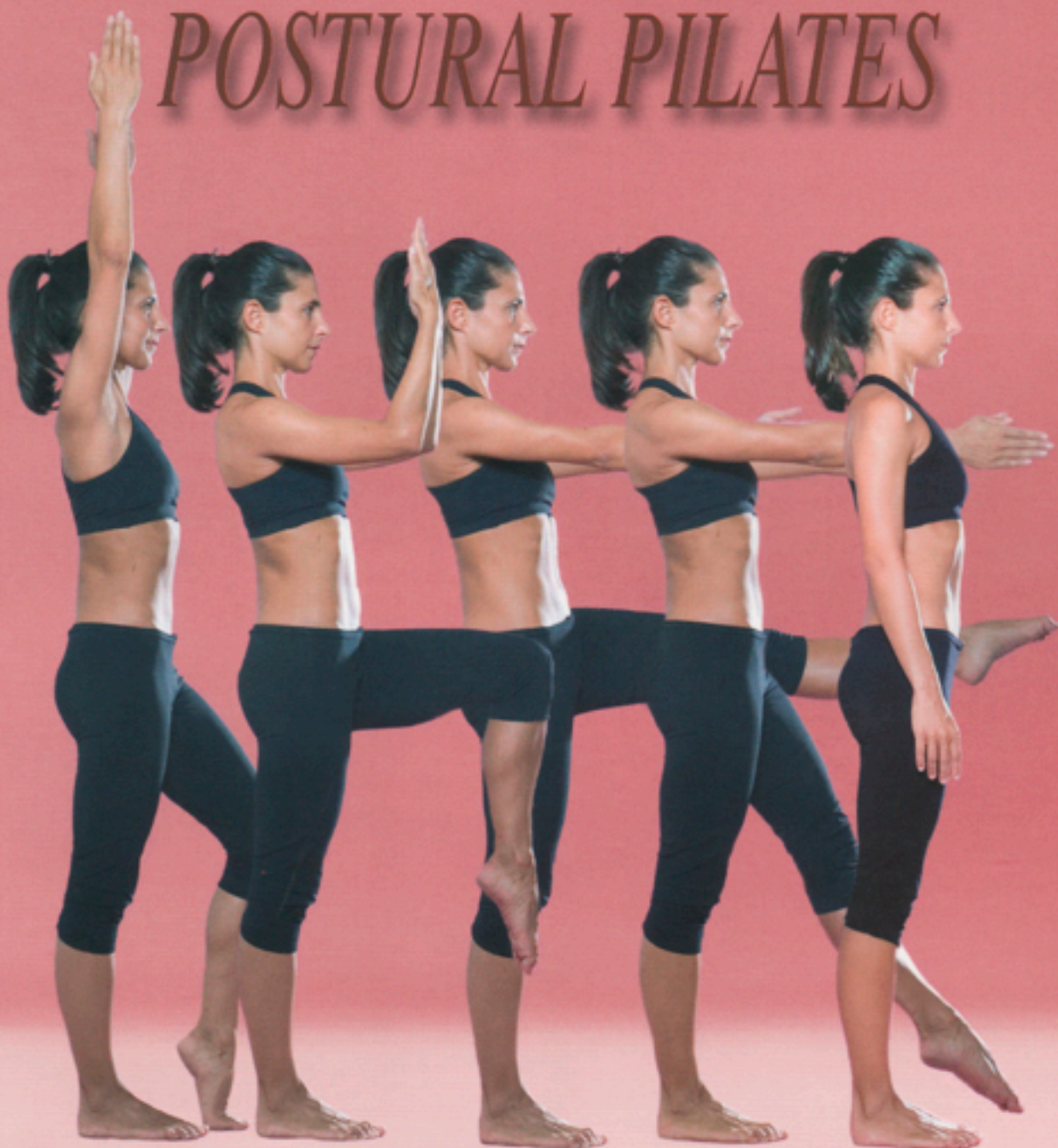
# PILATES

## & STRETCHING JOURNAL

Pilates  
& stretching  
journal n. 9  
Anno 2  
Mensile  
€ 4,90



## POSTURAL PILATES



IN DETTAGLIO OGNI ESERCIZIO CON:



- LE MACCHINE
- GLI ATTREZZI
- A CORPO LIBERO