



CONTROL DEL ESTRÉS Y CONTROL POSTURAL

Pilatesparaempresas.wordpress.com

WWW.AULAPILATES.ES



Mas vale prevenir que curar

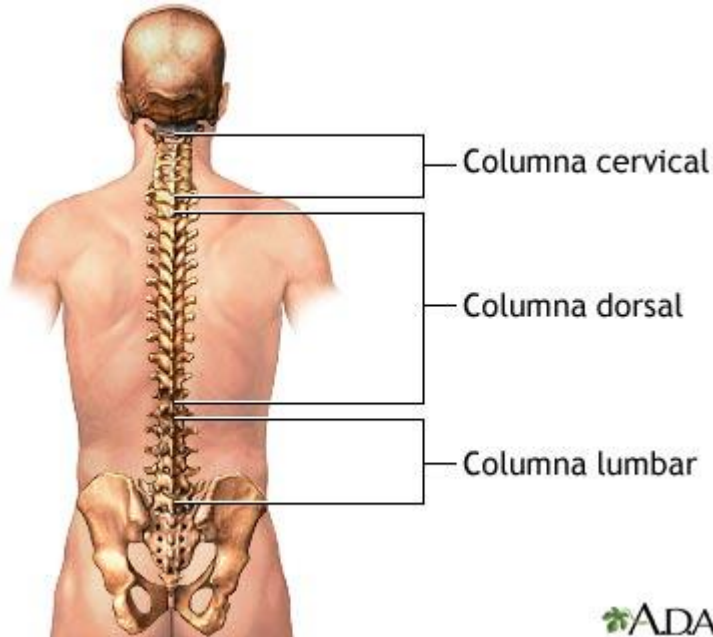
- 1 de cada 4 bajas se producen por estrés.
- El método pilates ayuda a la reducción del estrés
- El método pilates ayuda a mejorar las malas posturas.
- Estiramientos como método de control.



Prevenir bajas y aumentar productividad

- Complemento a los elementos tradicionales de prevención de riesgos.
- Que tipo de empleado.
- Aumento del rendimiento.

Tu cuerpo es tuyo cuídalo



ADAM.





Crear una dinámica Saludable

- Vivirlo y entender los beneficios.
- Establecer un habito.
- Reforzar con actividades o deportes específicos.



Forma a tus empleados

- En una escuela especializada o en tu propia empresa.
- Subvención mínima de 420€ (a través de la fundación tripartita).
- Gestionamos todo los tramites.

Pilatesparaempresas.wordpress.com

WWW.AULAPILATES.ES



Pruébalo gratis: 29/11/13
VIERNES a las 18.00

AULA PILATES S.L
C/María Teresa León, 19
28051 Madrid
913853254/695525007
info@aulapilates.es

Pilatesparaempresas.wordpress.com

WWW.AULAPILATES.ES