

Balones pequeños



Ref. 5420063004244
Color: negro
Medida diámetro: 22 cm



Ref. 5420063003391
Color: verde
Medida diámetro: 18 cm



Ref. 5420063001250
Color: azul
Medida diámetro: 26 cm

- El uso de los balones pequeños en el Método Pilates proporciona una mayor conciencia de la estabilización del Centro de energía, además de un extraordinario trabajo para la musculatura aductora y abductora de las piernas.
- Además incrementa la calidad de los movimientos al asistir a la adecuada colocación del cuerpo durante los ejercicios y proporciona agradables masajes a los músculos implicados en los ejercicios.