

# ROUGEOT MATTHIAS



Istruttore di Pilates Posturale (matwork, piccoli attrezzi, reformer cadillac e wundachair) e Ginnastica Posturale con esperienza in studio e personal training in presenza e su piattaforme web.

Lavora per il benessere corporeo attraverso discipline prettamente posturali dove l'allungamento e la flessibilità sono le parole chiave.

La sua ricerca lo porta anche a sperimentare con successo la ginnastica legata al rinforzo del perineo.

Matthias è disponibile, previo appuntamento presso ZerounoStudio, per colloqui preliminari e chiarimenti.

