

Pilates – Bc. Darina Polášová

- fyzioterapeutka, inštruktorka cvičenia metódou Pilates pre zdravie 2. Stupeň,
- certifikovaná inštruktorka Nordic walkingu.

- Cvičeniu metódou Pilates pre zdravie sa venuje od roku 2009, pravidelne absolvuje semináre a vzdelávacie aktivity v tejto oblasti.
- Spolupracuje s Ligou proti rakovine pri rehabilitácii onkologických pacientov.

„ Na tejto metóde je krásne to, že môže byť bez problémov „ušitá“ na mieru každému podľa jeho potrieb a fyzickej kondície.“