

## **Ejercicios de altos vuelos. Los columpios no son sólo cosa de niños**

**En Puçol (Valencia) se realiza un método de ejercicio muy efectivo y divertido. Mediante unos novedosos columpios de tela, que facilitan la ejecución de ejercicios, se ejecutan rutinas muy dinámicas y atractivas que moldean la figura y aportan grandes beneficios a la salud.**

Ahora en Puçol (Valencia) puedes practicar un nuevo ejercicio muy divertido, diferente, atractivo y eficaz, utilizando unos columpios de tela que te ayudan y facilitan el movimiento, permitiéndote realizar ejercicios que no harías de otra forma.

Unificando diversas técnicas de reputada validez (Pilates, Yoga, Feldenkrais, Tai chi, Chi kung,...) junto a un novedoso sistema de suspensión; hemos creado un método gimnástico tan efectivo como divertido, tan intenso como relajante, tan polivalente como sencillo pero, sobre todo, muy beneficioso para tu salud.

Con los columpios podemos realizar un amplio abanico de ejercicios, ya que se adaptan tanto a personas con un alto nivel y capacidad física, como a personas con limitaciones o poco entrenadas. Experimentas sensaciones nuevas que te hacen sentir mejor, realizando ejercicios distintos y que jamás imaginaste posibles gracias a los columpios.

Ahora ya no será necesario “tener los pies en la tierra” para hacer ejercicio.

---