

## TENDENCIAS



@criscubero



Ely Merino, con tabla Mistral y bañador Odeclas, dirige las clases de Pilates Sup & Pool en la piscina de DiR Diagonal los martes, jueves y los sábados FOTOS: J.C. MORANT



## Pilates sobre una tabla de paddle surf en la piscina

**Ely Merino dirige en DiR una actividad que te acerca al 'bikram yoga': trabajas a 33 grados**

Ely Merino, técnica de fitness del DiR, empezó hace tres años a dar clases de pilates en la arena de la playa. Con el boom del paddle surf empezó a combinar sus conocimientos de fitness, pilates, yoga, con el trabajo encima de una tabla y con

la llegada del frío decidió continuar la actividad que había iniciado en la escuela de la Barceloneta (escuela Pukas) y trasladarse a la piscina de DiR Diagonal. Pilates Sup & Pool a 33 grados, una sensación parecida al 'Bikram Yoga' realmente alucinante ●