

## **RENTREE 2025/2026**

**Avec le Pilates, votre corps devient plus tonique, plus souple :  
travail de la posture, de la concentration.**

Cours collectifs de 6 à 8 personnes maximum

**Lundi :  
18h20 Pilates**

**Mardi :  
8h45 Pilates**

**Mercredi :  
18h30 Pilates  
19h30 Stretching**

**Vendredi :  
12h40 Pilates**

**Dominique pour le Pilates au 06 80 51 46 74**

**Pour les cours de Yoga /actualités insta Facebook: Cléo, Jenni, Sandra**

- Cléo au 07 63 51 43 76**
- Jenni au 06 11 27 06 11**
- Sandra au 06 22 47 81 44**

**POUR L'ACTUALITE DU SITE SUIVEZ-NOUS SUR FACEBOOK**