

Planning des cours 2024 2025 (reprise la semaine du 16/09/2024)

Bien Etre & Relaxation > Renforcement & Vitalité > Entraînement Physique & Défolement

| Jour (Hors vacances scolaires) | Horaire | Lieu | Activité |
|-----------------------------------|-------------|--|---|
| Lundi Sabrina | 21h-22h | Annexe Collège Henri Matisse Rue Ernest Renan | YOGA PILATES Tout public |
| Mardi Cécile | 19h30-20h30 | Annexe Collège Henri Matisse Rue Ernest Renan | Pilates Adapté cours débutants |
| Mardi Cécile | 20h30-21h30 | Annexe Collège Henri Matisse Rue Ernest Renan | Pilates avec Petits Matériels |
| Mercredi Véronique | 20h15-21h | Annexe Collège Henri Matisse Rue Ernest Renan | Piloxing Mix de Pilates Danse Boxe |
| Mercredi Véronique | 21h-22h | Annexe Collège Henri Matisse Rue Ernest Renan | Pilates avec Petits Matériels |
| Jeudi Anne | 21h-22h | Annexe Collège Henri Matisse Rue Ernest Renan | Pilates Pour tout public |
| Vendredi Edwige | 19h-20h | Salle Louise Michel 2 rue du Général Guichard | Pilates Tai Chi Yoga Enchaînements de mouvements mêlant les trois Activités |
| Vendredi Edwige | 20h-21h | Salle Louise Michel 2 rue du Général Guichard | YOGA Tout public |

Formule 1h (hors vacances scolaires) : 295 €

Formule duo 2h : 530 €

Pour plus d'informations et VOUS INSCRIRE

www.pilates-training-insseme.org

Fiche d'inscription à remplir en ligne + Paiement à nous poster (*)
Photo inutile

(*) InSSeme, 19 rue D'Estienne D'Orves, 92130 ISSY LES MOULINEAUX
Mail : association.insseme@gmail.com