

PLANNING DU 25 au 30 mai

Mardi 18h: Intense Pilates DYNAMIC

Mercredi 17h: Pilates Rythmic

Alignement

Jeudi 19h: Intense Pilates TONIC

Samedi 11h: Basic pilates

Stretching Équilibre

Basic Pilates = accessible tout public

Intense et Rytmic Pilates = personnes ayant déjà pratiqué