



les COURS

2021/22

LR Ludovic Robert NH Nadine Husson CL Claudia Lescouarnec

LUNDI

SALLE COLLECTIF

12h30 - 13h30 • PILATES CONFIRMÉ **NH**
18h15 - 19h15 • PILATES DÉBUTANT **NH**
19h30 - 20h30 • PILATES DÉBUTANT **NH**

MARDI

SALLE COLLECTIF

10h00 - 11h30 **LR**
• ANTIGYMNASTIQUE
12h30 - 13h30 **NH**
• PILATES CONFIRMÉ
18h00 - 19h00 **NH**
• PILATES MIXTE
19h10 - 20h10 **NH**
• PILATES MIXTE
20h15 - 21h15 **LR**
• PILATES CONFIRMÉ

SALLE MACHINES

12h30 - 13h30 **LR**
• PILATES CONFIRMÉ
18h00 - 19h00 **LR**
• PILATES MIXTE
19h10 - 20h10 **LR**
• PILATES MIXTE

MERCREDI

SALLE COLLECTIF

10h00 - 11h00 **CL**
• PILATES DÉBUTANT
12h30 - 13h30 **CL**
• PILATES MIXTE
18h30 - 19h30 **LR**
• PILATES MIXTE
19h40 - 20h40 **LR**
• PILATES MIXTE

SALLE MACHINES

12h30 - 13h30 **LR**
• PILATES MIXTE

JEUDI

SALLE COLLECTIF

9h00 - 10h00 **LR**
• PILATES MIXTE
10h15 - 11h15 **LR**
• PILATES MIXTE
12h30 - 13h30 **CL**
• PILATES MIXTE
18h00 - 19h00 **NH**
• PILATES CONFIRMÉ
19h10 - 20h10 **NH**
• PILATES MIXTE

SALLE MACHINES

12h30 - 13h30 **LR**
• PILATES MIXTE
18h00 - 19h00 **LR**
• PILATES CONFIRMÉ
19h10 - 20h10 **LR**
• PILATES MIXTE

VENDREDI

SALLE COLLECTIF

10h00 - 11h00 **NH**
• PILATES ASSOULPISSEMENT MIXTE
12h30 - 13h30 • PILATES MIXTE **NH**

SAMEDI

SALLE COLLECTIF

11h00 - 12h00 • PILATES MIXTE **LR**



les TARIIFS

2021/22

COLLECTIFS

LA SÉANCE	20 €
10 SÉANCES	180 € (validité 3 mois)
20 SÉANCES	340 € (validité 6 mois)
30 SÉANCES	480 € (validité 9 mois)
40 SÉANCES	600 € (validité 12 mois)
50 SÉANCES	700 € (validité 12 mois)

INDIVIDUELS

LA SÉANCE	50 €
10 SÉANCES	450 € (validité 3 mois)
20 SÉANCES	800 € (validité 6 mois)
30 SÉANCES	1 110 € (validité 9 mois)
40 SÉANCES	1 400 € (validité 12 mois)

La validité des cartes et forfaits est une indication sur le fait que le Pilates est une activité bienfaitrice lorsqu'elle est pratiquée de manière régulière.

ANTIGYM® COLLECTIF

LA SÉANCE	28 €
5 SÉANCES	125 €
10 SÉANCES	220 €

ANTIGYM® ATELIER 3 h

45 €

Concernant les séances individuelles et collectives qui sont des prises de rendez-vous, toute séance annulée moins de 24 h à l'avance sera comptabilisée.