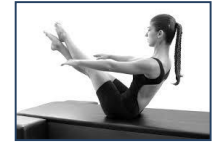


Pilates



Quid

Renforcement doux et sain des abdominaux et du dos.

Développe corps et esprit, selon 5 principes globaux :
précision, concentration, respiration, contrôle et fluidité.

Travail de l'alignement du corps pour une posture saine.

Horaires

LU 8h30 - LU 12h - ME 10h - ME 19h30

Cours sportif

ME 18 h30

Prix

Total de séances x 25.-

Où

Physiomed, 1^{er} étage. Matériel et douches à disposition.

Inscription

026 / 466 47 44