



BOUGER • PARTAGER • SE DÉPASSER

Un moment
pour soi ♥

PILATES

Équilibre • Posture • Bien-être

Prenez soin de vous !

Une méthode **douce et efficace**
pour renforcer votre corps en profondeur,
améliorer votre posture et retrouver
énergie et sérénité.

Un corps
plus fort,
un esprit
plus léger ♥

PLANNING DES COURS



SAINT-CLÉMENT

Lundi
18h20

📍 Salle municipale



CLARENSAC

Jeudi
20h20

📍 Salle Chasselas

Des cours
pour tous les niveaux
**DÉBUTANTS &
INTERMÉDIAIRES** ♥

TARIFS & FORMULES

SÉANCE
À L'UNITÉ

20 €

CARTE 10 SÉANCES

170 €

soit 17 €/séance

Validité 6 mois

CARTE 15 SÉANCES

240 €

soit 16 €/séance

Validité 8 mois

CARTE 20 SÉANCES

300 €

soit 15 €/séance

Validité 10 mois



RENFORCE
EN DOUCEUR



AMÉLIORE
LA POSTURE



RÉDUIT LE STRESS



PLUS DE MOBILITÉ



BIEN-ÊTRE
AU QUOTIDIEN



**RÉSERVATION
EN LIGNE**

ou par téléphone
au **06 22 72 04 62**

*Le Pilates,
bien plus qu'un sport,
un état d'esprit ! ♥*

*Rejoignez
la communauté ! ♥*

CORPS PLUS FORT • ESPRIT PLUS SÉRÉIN • VIE PLUS BELLE ♥