

**PLANNING PROVISOIRE DU CENTRE PILATES RENTREE 2018/2019**

LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
Grande Salle	P Salle	Grande Salle	P Salle	Grande Salle	P Salle	Grande Salle	P Salle	Grande Salle	P Salle
9h00		9h00				9h00		9h00	
STRETCHING *T N avec Laure		HATHA YOGA avec Claire				PILATES PETIT MATERIEL *T N avec Céline		PILATES MATWORK *T N avec Laure	
							11h30 FEMMES ENCEINTES avec Céline		
12h20		12h20				12h20			
RELAXATION EN GROUPE avec Céline		PILATES PETIT MATER. NIVEAU I ET II avec Céline				PILATES MATWORK NIVEAU I ET II avec Laure	13h00 MAMANS BÉBÉS avec Céline		
15h00									
PILATES MATWORK *T N avec Céline									
						18h30 PILATES MATWORK *T N avec Céline		19h30 STRETCHING RELAXATION avec Céline	
		19h15 PILATES MATWORK ET PETIT MATER NIVEAU II avec Céline							
*T N = TOUT NIVEAU									

**CENTRE PILATES**

Centre Pilates: [centrepilatesmanosque@gmail.com](mailto:centrepilatesmanosque@gmail.com)

site: [centrepilatesmanosque.fr](http://centrepilatesmanosque.fr)

LIEU DES COURS: 37 BD MARTIN BRET 04100 MANOSQUE (FACE AU LYCEE ESLANGON)

CONTACT: 06 16 95 97 65

