

Planning des cours 2025 2026 (reprise la semaine du 18/09/2025)

Bien Être & Relaxation > Renforcement & Vitalité > Entraînement Physique & Défolement

Jour (Hors vacances scolaires)	Horaire	Lieu	Activité
Lundi Sabrina	21h-22h	Annexe Collège Henri Matisse 27 Rue Ernest Renan	YOGA PILATES Tout public
Mardi Juliette	19h30-20h30	Annexe Collège Henri Matisse 27 Rue Ernest Renan	Pilates Adapté cours débutants
Mardi Juliette	20h30-21h30	Annexe Collège Henri Matisse 27 Rue Ernest Renan	Pilates avec Petits Matériels
Mercredi Véronique	19H00 – 20H00	Annexe Collège Henri Matisse 27 Rue Ernest Renan	NOUVEAU COURS Postural Ball
Mercredi Véronique	20h15-21h	Annexe Collège Henri Matisse 27 Rue Ernest Renan	Piloxing Mix de Pilates Danse Boxe
Mercredi Véronique	21h-22h	Annexe Collège Henri Matisse 27 Rue Ernest Renan	Pilates avec Petits Matériels
Judi Juliette	21h-22h	Annexe Collège Henri Matisse 27 Rue Ernest Renan	Pilates Pour tout public
Vendredi Edwige	19h-20h	Salle Louise Michel 2 rue du Général Guichard	Pilates Tai Chi Yoga Enchaînements de mouvements mêlant les trois Activités
Vendredi Edwige	20h-21h	Salle Louise Michel 2 rue du Général Guichard	YOGA Tout public

Formule 1h (hors vacances scolaires) : 295 €

Formule duo 2h : 530 €

Pour plus d'informations et VOUS INSCRIRE

www.pilates-training-insseme.org

Fiche d'inscription à remplir en ligne + Paiement à nous poster (*)
 Photo inutile

(*) InSSeme, 32 rue Jules FERRY, 92130 ISSY LES MOULINEAUX
 Mail : association.insseme@gmail.com