

le Studio Pilates by Jasmine Hanus

PLANNING DES COURS
DU 17 JUILLET AU 18 AOÛT

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
9h30			Reformer intermédiaire I	Reformer light
10h30	Reformer intermédiaire II		Reformer intermédiaire II	
11h30	Reformer débutant			
12h30	Reformer intermédiaire I			
18h	Pilates abdos-fessier	Reformer débutant		TRX
18h30			Reformer intermédiaire II	
19h	Reformer dos	Reformer intermédiaire I		Reformer intermédiaire II
19h30				
20h	Reformer intensif	Yoga Vinyasa		

PACK VACANCES
5 COURS 95€
RÉSERVATION À LA CARTE

congé du 10 au 15 juillet
stage dans les Alpes du 19 au 24 août

COURS PARTICULIER / SUR RÉSERVATION
60 min • 55€/heure

Reprendre une activité physique après un traumatisme articulaire ou musculaire ou une préparation sportive spécifique pour équilibrer la musculature et éviter les blessures.

**RÉSERVEZ ET PAYEZ VOTRE COURS
VIA L'APPLICATION EVERSPOUR :**



TÉLÉCHARGE L'APPLICATION
eversport / Le studio Pilates by JH



REJOIGNEZ-NOUS SUR FACEBOOK :
lestudiopilatesbyjasmine