

PLANNING

2021/2022

au 2 mai 2022

Réservations*

En ligne sur www.corpsetart.com
Renseignements au 06 14 97 37 98

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
	9h15 – 10h15 PILATES PRIVATE CLASS FASCIA SOIN MANUEL Coaching Personnel (1h00)	9h15 – 10h15 PILATES PRIVATE CLASS FASCIA SOIN MANUEL Coaching Personnel (1h00)	9h15 – 10h15 PILATES PRIVATE CLASS FASCIA SOIN MANUEL Coaching Personnel (1h00)	9h00 – 10h15 STRETCHING RELAXATION ACTIVE Groupe (1h15)	
	10h15 – 11h15 PILATES REFORMEUR Duo (1h00)	10h15 – 11h15 PILATES PRIVATE CLASS FASCIA SOIN MANUEL Coaching Personnel (1h00)	10h15 – 11h15 PILATES PRIVATE CLASS FASCIA SOIN MANUEL Coaching Personnel (1h00)	10h15 – 11h30 PILATES MAT 1 Groupe (1h15)	ATELIERS DU SAMEDI
	11h15 – 12h30 FASCIA MDB MOUVEMENT SENSORIEL® Groupe (1h15)	11h30 – 12h30 PILATES PRIVATE CLASS FASCIA SOIN MANUEL Coaching Personnel (1h00)	11h30 – 12h30 PILATES REFORMEUR Duo (1h00)	11h30 – 12h30 PILATES REFORMEUR Duo (1h00)	
	12h30 – 13h30 PILATES MAT 1 Groupe (1h00)	12h30 – 13h30 PILATES PRIVATE CLASS FASCIA SOIN MANUEL Coaching Personnel (1h00)	12h30 – 13h30 PILATES PRIVATE CLASS FASCIA SOIN MANUEL Coaching Personnel (1h00)	12h30 – 13h30 PILATES PRIVATE CLASS FASCIA SOIN MANUEL Coaching Personnel (1h00)	
	16h15 – 17h15 PILATES PRIVATE CLASS FASCIA SOIN MANUEL Coaching Personnel (1h00)			16h15 – 17h30 MEDITATION PLEINE PRESENCE® Groupe (1h15)	COURS STAGES FORMATIONS
17h15 – 18h15 PILATES PRIVATE CLASS FASCIA SOIN MANUEL Coaching Personnel (1h00)	17h15 – 18h30 PILATES MAT 2 Groupe (1h15)	17h15 – 18h15 PILATES PRIVATE CLASS FASCIA SOIN MANUEL Coaching Personnel (1h00)	17h30 – 18h30 PILATES REFORMEUR Duo (1h00)	17h30 – 18h30 PILATES REFORMEUR Duo (1h00)	
18h30 – 19h45 PILATES MAT 2 Groupe (1h15)	18h30 – 19h45 STRETCHING RELAXATION ACTIVE Groupe (1h15)	18h30 – 19h45 FASCIA MDB MOUVEMENT SENSORIEL® Groupe (1h15)	18h30 – 19h45 PILATES MAT 1 PERINEE - LOMBAIRE Groupe (1h15)	18h30 – 19h30 PILATES REFORMEUR Duo (1h00)	
	19h45 – 21h00 PILATES MAT 1 Groupe (1h15)		19h45 – 21h00 PILATES MAT 3 Groupe (1h15)		

Pilates Private Class

(sur rendez-vous au 06 14 97 37 98*)
Séances individuelles ou Duo sur les machines authentiques Pilates New-York.

Pilates Mat Class (réservation en ligne*)

Séances par petits groupes de niveau, 8 à 10 personnes Maximum.

Gyms du bien-être (réservation en ligne*)

Méditation Fascia Yoga, Stretching.

Ateliers-Workshops (sur réservation*)

Yoga, Anatom'Yoga, Pilates, Respiration, Danse

CORPS&ART - Catherine Tonnelier

42, rue de Liège - 64000 PAU

Consultez toutes les actus, stages, évènements, ateliers sur le site www.corpsetart.com

***Pour toute annulation « Pilates » moins de 24 h à l'avance, la séance sera due. Merci de votre compréhension.**



**CORPS
&ART** Institut
Pilates
Méthode Pilates d'origine®