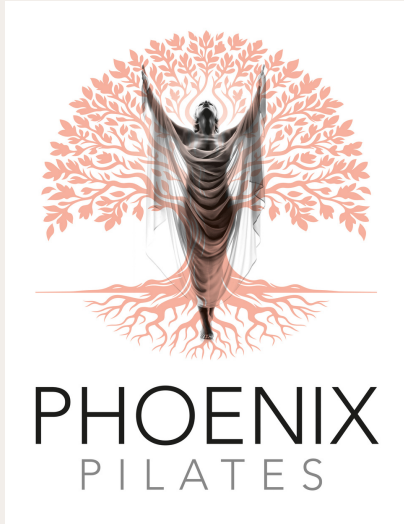


Du 23 Février
au 1er Mars

PHOENIX PILATES 2026

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

LUNDI	MARDI	MRCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
16h00 Reformer Doux / Nancy complet	9h15 Reformer pour tous / Hélène complet 10h30 Reformer / Hélène complet		9h30 Reformer pour tous 2 places dispo 10h45 Mise en forme étirements barre & Reformer (Doux) / Hélène complet 18h00 Reformer pour tous / Nancy complet	9h00 Reformer Intermédiaire / Hélène 1 place dispo 10h15 Reformer mobilité & posture (Doux) Hélène complet 11h30 Reformer pour tous 2 places dispo	9h15 Reformer Power Pilates / Mélanie 3 places dispo 10h30 Reformer pour tous / Mélanie complet Essai Gratuit Lundi au Dimanche 514-229-4385	10h15 Circuit Pilates avancé Reformer / Sol / Tour / Chaise / Altères 1 place dispo 11h30 Reformer Trampoline intermédiaire 2 places dispo 12h45 Reformer pour tous complet

Ouverture de groupe sur demande.