

# YOLA FORM

BIEN-ÊTRE

EQUILIBRE

TONICITE

## PILATES - GYM



animé par **Sabine VICTORIA**  
éducatrice sportive **diplômée d'état**

**04 67 27 28 36**

**06 60 26 94 16**

à la Maison pour tous **Melina Mercouri**  
quartier Millénaire à Montpellier  
842 rue de la vieille poste (en face IBM)

	LUNDI	MARDI	JEUDI	VENDREDI
PILATES	10h30/11h30 N1 12h00/12h45 N2 17h00/18h00 N1 19h00/20h00 N2	14h00/15h00 N2	12h00/12h45 N1	9h30/10h30 N1 10h30/11h30 N2 14h00/15h00 N1
ABDOS FESSIERS STRETCHING	12H50 / 13h35			
GYM ABDOS FESSIERS	18h/19h			
GYM DOUCE		11h00 / 12h00 15h00 / 16h00	12h50/13h35	

N1 : débutants N2 : avancés

à la Maison pour tous **François VILLON**  
proximité Géant Casino Celleneuve  
55 rue des Araucarias



	MARDI	
PILATES	17h00 à 18h00 18h15 à 19h15 19h30 à 20h30	Niveau 1 Niveau 2 Niveau 1

Chèques vacances  
acceptés

Stages vacances  
Cours particuliers



Office du Tourisme Montpellier  
[www.ot-montpellier.fr](http://www.ot-montpellier.fr)

