

Horaires

A la Maison Pour Tous **Mélina Mercouri**
(quartier Millénaire)

842 Rue de la vieille poste

Montpellier 34000

| | LUNDI | MARDI | JEUDI | VENDREDI |
|--------------------------------|---|-----------|----------------|-------------------------------------|
| PILATES | 9h15 / 10h15 N1 10h30 / 11h30 N2 12h00 / 12h45 N1 17h00 / 18h00 N1 19h15 / 20h15 N1 | | 12h00/12h45 N2 | 9h30 / 10h30 N1 10h30 / 11h30 N2 |
| ABDOS FESSIERS STRECHING | 12H50 / 13h35 | | | |
| GYM ABDOS FESSIERS | 18h/19h | | | |
| GYM DOUCE | | 11h / 12h | 12h50/13h35 | |

• N1 : Niveau 1 (débutant)

• N2 : Niveau 2 (intermédiaire- avancé)

A la Maison Pour Tous **François Villon**
(Proximité Géant casino Celleneuve)

55 rue de Araucarias

Montpellier 34080

| | MARDI | VENDREDI |
|---------|--|--|
| PILATES | 17h00 / 18h00 N1 18h15 / 19h15 N2 19h30 / 20h30 N1 | 1 Vendredi /mois STAGES (Swiss ball, pilates, Stretching ,Foam roller...) |
| | | |

Tarifs

170 € /AN + 20€ D'adhésion (cours 1h)

150 € /AN + 20€ D'adhésion (le midi)

(possibilité paiement en 3 fois, ANCV acceptés)

Stages pendant les vacances scolaires

Les cours Semi- Collectifs et Privés ont lieu au centre Ville et à Castelnau-le-lez .