



A l'attention des parents et amis de Sainte-Marie :

➤ Un cours de PILATES ADULTE, en musique, pour tous niveaux, axé sur le renforcement des muscles profonds et l'amélioration de la posture naturelle, l'assouplissement du corps et l'apaisement de l'esprit, en lien avec la respiration.

Le samedi matin de 10h15 à 11h15, avec MME BAHEUX

Le coût est de 250€ pour l'année,

Pour tous renseignements : sylvie.baheux@saintemarienedeneuil.fr

[Inscription à l'atelier Pilates](#)

