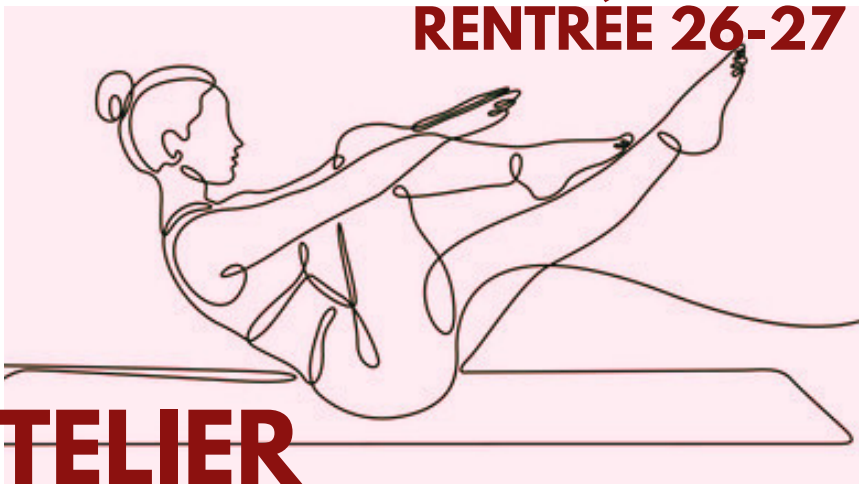


NOUVEAUTÉ

RENTÉE 26-27



ATELIER PILATES

VENDREDI 17H45-18H45



CONTENU DE L'ATELIER

Le Pilates : une méthode douce et complète qui associe renforcement musculaire, respiration, concentration et contrôle des mouvements.

Elle permet de travailler en profondeur les muscles, d'améliorer la posture, la souplesse et la mobilité, tout en respectant son corps.

8 personnes maximum pour bénéficier d'un suivi individualisé, adapté à votre niveau et à vos besoins.

Un moment rien que pour vous !

Bougez • Respirez • Renforcez • Détendez-vous

INFOS

Public visé : Ados & Adultes

Nombre de familles : 8 personnes maximum

● **Vendredi 17h45-18h45**

TARIFS

300€ l'année (soit 10€/séance)

+

Adhésion Adulte (10 €)

Siret : 413 176 892 00029

Licences de spectacle : PLATESV-R-2022-003024 /
PLATESV-R-2022-003025 / PLATESV-R-2022-003019

ENCADRÉ PAR

Sébastien RIBEYRON,
Instructeur diplômé



Cirque en Scène - Centre des Arts du Cirque de Niort

Le Fil Rouge - 30 chemin des Coteaux de Ribray 79000 Niort

05 49 35 56 71 - accueil@cirque-scene.fr - www.cirque-scene.fr

INSCRIPTION

Préinscription en donnant les infos suivantes :

Nom - Prénom - Date de naissance - Adresse - Téléphone - Mail

Inscription définitive à réception du dossier complet :

- Bulletin d'inscription (à télécharger sur le site ou à récupérer au bureau)
- Certificat Médical ou Décharge (cf. fiche sanitaire de liaison)
- Règlement du coût total
- Fiche Sanitaire de liaison (jointe au bulletin)

Cirque en Scène se réserve le droit d'annuler l'atelier si le nombre minimum de participants n'est pas atteint