

PILATES « hommes »

Jeudi 20h05 – 21h00

14 novembre 24 au 27 février 25

14.11., 21.11., 28.11., 5.12., 12.12., 19.12.24
16.1., 23.1., 30.1., 6.2., 13.2., 20.2., 27.2.25

**Une bonne musculature du corps en profondeur, une colonne vertébrale souple et des fascias élastiques, ces avantages de l'entraînement Pilates te soutiennent dans ta vie quotidienne et dans d'autres sports.
Essaie de t'y mettre !**

Infos & monitrice:

Karin Walther - www.karinbewegt.ch
Rte de la Gare 4 – 1786 Sugiez

076 335 99 20 - info@karinbewegt.ch

