

www. **instants**  
**PILATES**.com

**06.84.88.85.12**

Cours de septembre à juillet

***Vous pouvez nous rejoindre à tous moment et  
 pratiquer dans les 2 salles !***

- Nouveau créneau possible à partir de 4 pers. Me contacter
- Cours **INDIVIDUELS** sur RV en dehors des horaires Planning

<b>PLANNING</b>	<b>SALLE 1</b> 11 rue Louis Renault 31100 <b>BALMA</b> Gramont	<b>* SALLE 2</b> 47 chemin de Mireille 31850 <b>MONTRABE</b>
<b>LUNDI</b>	<b>12 h 30 – 13 h 30 en projet</b>	* Info <b>SALLE 2</b> : Les Mercredis et Vendredis possibilité de combiner les cours avec <b>ZOOM</b>
<b>MARDI</b>	<b>12 h 15 – 13 h 15</b> <b>18 h 00 – 19 h 00</b> <b>19 h 00 – 20 h 00</b> <b>20 h 00 – 21 h 00 en projet</b>	
<b>MERCREDI</b>	<b>12 h 30 – 13 h 30</b>	<b>11 h 00 – 12 h 00</b> <b>18 h 00 – 19 h 00</b> <b>19 h 00 – 20 h 00</b>
<b>JEUDI</b>	<b>12 h 15 – 13 h 15</b> <b>18 h 00 – 19 h 00</b> <b>19 h 00 – 20 h 00</b>	<b>10 h 45 – 12 h 45 en projet</b>
<b>VENDREDI</b>	<b>09 h 45 – 10 h 45</b>	<b>11 h 15 – 12 h 15</b>
<b>W.E.</b>	<b>STAGE</b>	

