



## PROGRAMME REPRISE

MARDI 1 <sup>er</sup> SEPTEMBRE	MERCREDI 2 SEPTEMBRE	JEUDI 3 SEPTEMBRE	VENDREDI 4 SEPTEMBRE
	<p>● 8h00 - 9h00 <b>MORNING PILATES</b> Anne</p>		<p>● 12h00 - 13h00 <b>PILATES</b> Anne</p>
<p>● 19h00 - 20h00 <b>RENFORCEMENT MUSCULAIRE</b> Inspiré de la méthode de Gasquet Noémie</p>	<p>● 19h00 - 20h00 <b>RENFORCEMENT SPECIAL ABDOS / DOS</b> Anne et Noémie</p>	<p>● 19h00 - 20h00 <b>STRETCHING RELAXATION</b> <b>Pour relâcher les tensions</b> Anne et Noémie</p>	<p>● 19h00 - 20h00 <b>YOGA SANS DEGATS</b> Méthode de Gasquet Anne et Noémie</p>

**TARIFS :**  
Cours à l'unité : 8euros  
Paiement par Paypal ou virement bancaire après inscription.

- Dynamique
- Doux
- Entre les deux

Infos et Inscriptions sur [www.dapys.me](http://www.dapys.me) • [hello@dapys.me](mailto:hello@dapys.me)