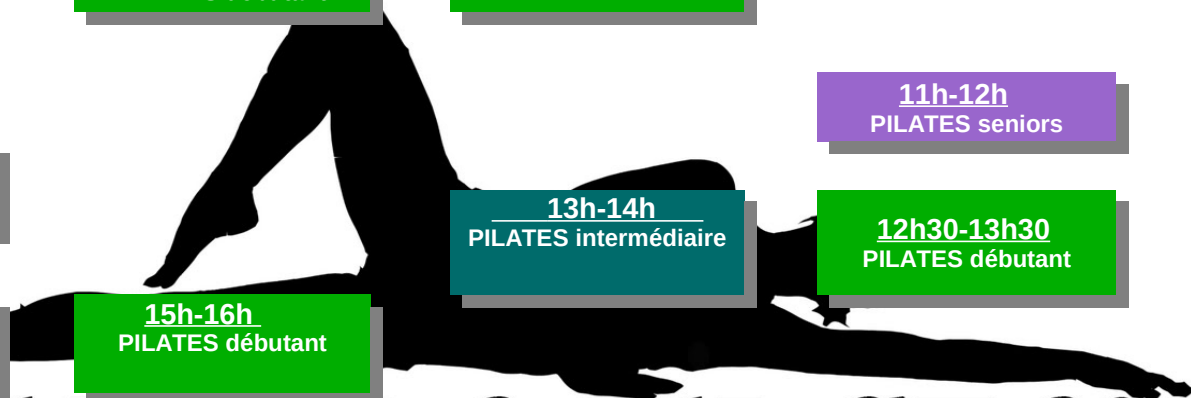


# NIORT PILATES \*\*PLANNING des COURS COLLECTIFS\*\* SAISON 2023-2024



**LUNDI**

- 12h30-13h30  
PILATES débutant
- 14h30-15h30  
PILATES intermédiaire/avancé
- 16h-17h  
PILATES seniors
- 18h-19h  
PILATES débutant

**MARDI**

- 9h30-10h30  
PILATES débutant
- 15h-16h  
PILATES débutant
- 17h30-18h30  
PILATES débutant/intermédiaire

**MERCREDI**

- 9h30-10h30  
PILATES débutant
- 13h-14h  
PILATES intermédiaire

**JEUDI**

- 11h-12h  
PILATES seniors
- 12h30-13h30  
PILATES débutant
- 17h00-18h00  
PILATES débutant/intermédiaire
- 18h30-19h30  
PILATES avancé

**VENREDI**

- 9h15-10h15  
PILATES débutant
- 10h45-11h45  
PILATES débutant
- 12h15-13h15  
PILATES débutant/intermédiaire
- 14h-15h  
PILATES intermédiaire

**COURS DE PILATES**