

Pilates



La méthode Pilates allie renforcement musculaire, alignement postural et respiration contrôlée pour un bien-être physique et mental

Jour et heure : tous les jeudis
De 18 h à 19 h ou de 19 h à 20 h

Lieu : Au Centre Social

Démarrage le JEUDI 1er OCTOBRE

1 séance d'essai gratuite sur inscription

Tarif : 160 € l'année

Intervenante : Geneviève RASEMAN

02.33.82.19.20 - secretariat@cshs.fr



Pour toutes les activités, l'adhésion au centre social est obligatoire 9 € pour les familles de la CDC Haute Sarthe Alpes Mancelles 13 € pour les familles hors CDC (validité 01/01 au 31/12)



Centre Social
de la HAUTE SARTHE
— Oisseau Le Petit

15 les champs roux - 72610 OISSEAU-LE-PETIT



02.33.82.19.20 -



secretariat@cshs.fr



centre-social-oisseau.fr



centre social de la Haute Sarthe