









LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	<b>ABDOS/DOS/PERINEE</b> 12h30 - 13h30 pour tous   Visio		<b>PILATES</b> 12h30 - 13h30  pour tous  Visio	
	<b>PILATES</b> 18h30 - 19h30  Tous niveaux Maison des mineurs			
	<b>ABDOS/DOS/PERINEE</b> 19h30 - 20h30  pour tous Maison des mineurs			

Planning sous réserve d'attribution des salles et des directives sanitaires

ATTENTION : Possibilité de modification du planning en fonction du nombre d'adhérents inscrits.

Pas de cours pendant les vacances scolaires ni les jours fériés



Spiro Pilates



Abdos/Dos/Perinée



Stretching/Relax - Toutes les 3 à 4 semaines



Séance en visio sur Zoom

Scannez pour  
vous inscrire



Maison des mineurs - 577 avenue Henri Giraud - 06140 Vence

TARIFS (1)		1ère inscription	1ère inscription Réadhésion	Cours d'essai
*Possibilité de règlement en plusieurs fois		Hors Communes	Toutes Communes	Toutes Communes
(1) dont 40€ d'adhésion	ANNUEL* 1h/semaine	370 €	360 €	15 €
	ANNUEL* 2h/semaine	590 €	580 €	sur réservation déductible de la cotisation*

Les inscriptions annuelles et réservations de cours d'essai sont à faire en ligne sur [www.armonia95.fr](http://www.armonia95.fr)