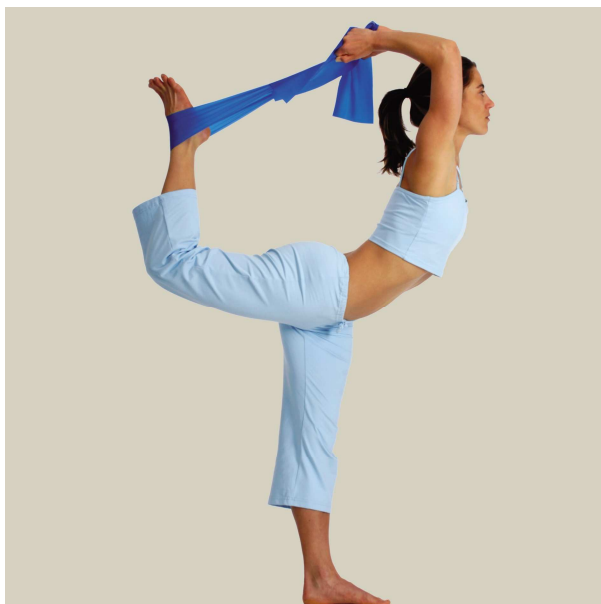




# GYMNASTIQUE PILATES



Déroulement :

Le pilates est une méthode « douce » de placements précis, de mouvements lents et de respiration profonde qui vise à renforcer les chaînes profondes du corps.

**Les Vendredis de 17 h à 18 h**

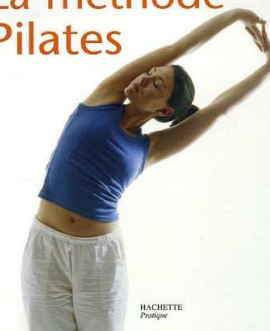


Atelier animé par  
**Nathanaëlle GOBILLOT**

**TARIFS**

Adhésion familiale et annuelle : **13,20** €uros  
Forfait annuel : **168** €uros

La méthode  
Pilates



**CERTIFICAT MEDICAL DE NON CONTRE INDICATION OBLIGATOIRE**

Centre Social de Champvert  
202 / 204 avenue Barthélémy Buyer  
69009 LYON

☎ : 04 78 25 07 59  
Fax : 04 78 25 78 58  
e mail : [cschamp@wanadoo.fr](mailto:cschamp@wanadoo.fr)

Venez nous retrouver sur notre site : [www.cschampvert.com](http://www.cschampvert.com)

**Inscriptions**  
**au secrétariat du Centre Social de Champvert**  
**à partir du 7 septembre 2010.**