

LE SAVOIR-FAIRE ET L'EXPERTISE
Depuis 2006



TARIFS

PILATES AMINCISSEMENT & RAFFERMISSEMENT

Gym douce basée sur la respiration et le travail des muscles posturaux.

- 1) Établir une connexion Corps/Esprit
 - 2) Tonifiez son Corps
 - 3) Objectif calme intérieur avec la respiration
 - 4) Préférez une discipline, à une méthode express.
- Diminuez vos tensions, votre stress.
Gagnez en souplesse, tonicité.
Resculptez votre silhouette

Séance Coachée de 45 minutes

Séance Collective

(4 personnes maximum/séance)

- 1 séance : 22 €
- 10 séances : 190 €
- 20 séances : 360 €

Séance Individuelle

- 1 séance : 45 €
- 10 séances : 400 €
- 20 séances : 760 €