

**GYM PILATES**

**INFORMATIONS**

**Saison 2025/2026**

***Document à conserver***

**SÉANCES** (sous réserve d’un effectif suffisant)

**niveau 1 : débutant, pratique douce ; niveau 2 : déjà initié ; niveau 3 : avancé**

**Lundi** **Mardi** (nouveauté) **Vendredi**

17 h -18 h débutant / niveau 1 9h-10h sénior 17 h – 18 h niveau 2 et 3

18 h -19 h niveau 1 et 2 10h-11h débutant / niveau 1 18 h – 19 h niveau 1 et 2

19 h -20 h niveau 2 et 3

 1 cours d’essai possible
**Attention** : une fois l’inscription confirmée, aucun remboursement durant la saison ne sera possible, quel que soit le motif avancé car seules ces ressources permettent de rémunérer notre professeur de Pilate

**PROFESSEUR** : Guillaume LOUET, professeur détenteur d’un brevet d’Etat des Métiers de la Forme, formé au Pilates tous niveaux

Reprise des cours : le lundi 8 septembre, mardi 9 septembre, vendredi 12 septembre 2025

Les cours ont lieu 1 fois par semaine, toute l’année de septembre à juin soit un total de 38 séances + 4 semaines de congés à déterminer, réparties sur l’année scolaire.

**TARIF ET MODE DE RÉGLEMENT**

Montant annuel de la cotisation 225 € soit 5,9 euros la séance

Chèque (1 fois 225 € ou 3 fois 75 €, dates d’encaissement : les 27 septembre + 13 décembre + 14 février)

Coupons sport

 Chèques vacances

(sont acceptés les chèques vacances l’ANCV et les tickets CAF 41, 45)

**LIEU :** Maison des Associations (face à la Médiathèque) de Beaugency : Rez-de-chaussée – Salle de gauche

**MATERIEL :** apportez un tapis de sol, une grande serviette, et éventuellement un petit coussin

**TENUE :** une tenue permettant de faire d'amples mouvements type leggings, pantalon de survêtement large, t-shirt et chaussettes (éventuellement des chaussures de sport propres pour l'intérieur en fonction du cours et du matériel utilisé).

**CONTACT** **gym-pilates@etoile-balgentienne.fr**