



## INFORMATIONS COURS PILATES SAISON 2024 / 2025

**SÉANCES** (sous réserve d'un effectif suffisant et du maintien de la mise à disposition de la salle par la ville de Beaugency) :

**Cours relais : reprise d'activité - niveau 1 : débutant, pratique douce - niveau 2 : déjà initié - niveau 3 : avancé**

### Lundi

16 h – 17 h cours relais CPTS  
17 h – 18 h débutant / niveau 1  
18 h – 19 h niveau 1 et 2  
19 h – 20 h niveau 2 et 3

### Vendredi

16 h – 17 h cours relais CPTS  
17 h – 18 h débutant / niveau  
18 h – 19 h niveau 2 et 3  
19 h – 20 h niveau 1 et 2

1 cours d'essai possible avant toute inscription définitive.

**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 Pilates.

**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 9 septembre et le vendredi 13 septembre 2024

Les cours ont lieu 1 fois par semaine, toute l'année de septembre à fin juin, soit un total de 38 semaines de cours et 4 semaines de congés réparties sur la saison et précisées ultérieurement.

### TARIF ET MODE DE RÉGLEMENT

Montant annuel de la cotisation 225 € soit 5,92 euros la séance

Chèque à l'ordre de « étoile balgentienne section pilâtes » (Si règlement en plusieurs fois par chèques: faire 3 chèques de 75 € ; dates d'encaissement : les 27 septembre + 20 décembre + 28 mars)

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 chaussettes anti-dérapantes).

**CONTACT** [gym-pilates@etoile-balgentienne.fr](mailto:gym-pilates@etoile-balgentienne.fr)