CENTRE DES BOVERESSES

Cours · Par trimestre · Adulte

COURS DE PILATES POUR ELLES

Centre des Boveresses

Avenue des Boveresses 27 bis
1010 Lausanne

info@boveresses.ch

021 652 48 82

Chaque mardi de 16h30 à 17h30, Shirin vous proposera de trouver votre bien-être corporel en travaillant l'équilibre musculaire profond avec des exercices de respiration et une mise en mouvement douce et adaptée.
1er cours d'essai gratuit sur inscription, puis 10.-/cours payable par trimestre. Les dates des prochains cours, mardi 2 septembre, 9 septembre, 16 septembre, 30 septembre et 7 octobre 2025. Les cours ont lieu à la salle de rythmique de Praz-Séchaud. ATTENTION, places limitées.
Informations et inscriptions directement au Centre ou par courriel à info@boveresses.ch