



## Cours collectifs SAISON 2025/26

08 septembre 2025 – 03 juillet 2026

Jour	Horaires	Cours	Niveau	Location
Mardi	09h30-10h25	Postural Ball/Pilates avec SwissBall 🇫🇷	F/IM	En présentiel : K-Dance, Léguevin
	10h30-11h25	Pilates – Cours collectif (Convient pour les débutants) 🇫🇷	F-F/IM	En présentiel : K-Dance, Léguevin
	19h30-20h30	Pilates for biking 🇬🇧	Tous	Hybride : Lévigac / enligne
Mercredi	09h00 – 10h00	Pilates for raquet sports 🇬🇧	IM	Hybride : Lévigac / enligne
	10h30 – 11h30	Pilates – Cours collectif (suitable for runners) 🇬🇧	IM	En présentiel : K-Dance, Léguevin
	19h30 – 20h30	Pilates for swimming 🇬🇧	Tous	Hybride : Lévigac / enligne
Jeudi	09h30-10h30	Pilates – Cours collectif (Convient pour les sportifs) 🇫🇷	IM/Adv.	En présentiel : K-Dance, Léguevin
	10h30-11h25	Pilates - Cours collectif (Convient pour les débutants expérimentés et aux niveaux intermédiaires) 🇫🇷	F/IM	En présentiel : K-Dance - Léguevin
	19h30-20h30	Pilates for running 🇬🇧	Tous	Hybride : Lévigac / enligne
Vendredi	18h00-19h00	Pilates for your Health: Flow Class 🇬🇧 (« Feel strong »)	IM/Adv.	Hybride : Lévigac / enligne
Samedi	09h00 – 10h00	Pilates for your Health: Flow Class 🇬🇧 (« Feel good »)	F / Beginner	Hybride : Lévigac / enligne
	10h30-11h30	Pilates for your Health: Pilates für Dich 🇩🇪 ("Feel healthy")	F/Anfänger	Hybride : Levignac / online

*Pas de cours pendant les vacances françaises et les jours fériés français (pas de cours les 11 nov. 2025 ;06 avr., 01, 08, 14 & 25 mai 2026)*

*F : fondamental – IM : intermédiaire – Adv. : avancé*