



## Cours collectifs SAISON 2026/27

08 septembre 2026 – 26 juin 2027

| Jour     | Horaires      | Cours                                                                                                     | Niveau  | Location                               |
|----------|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------|
| Mardi    | 09h30-10h25   | Postural Ball/Pilates avec SwissBall<br>(8 participants max.) 🇫🇷<br>Convient à tous                       | tous    | K-Dance, Légevin                       |
|          | 10h30-11h25   | Pilates – Cours collectif<br>(8 participants max.) 🇫🇷 🇬🇧<br>Convient aux débutants sportif & aux coureurs | F/IM    | K-Dance, Légevin                       |
| Mercredi | 11h00 – 11h55 | Pilates on the reformer - petite group<br>(6 participants max.) 🇬🇧 🇩🇪 🇫🇷<br>Convient aux tous             | Tous    | Casana Studio Pilates,<br>Cornebarrieu |
| Jeudi    | 09h30-10h30   | Pilates – Cours collectif<br>(10 participants max.) 🇫🇷<br>Convient aux sportifs                           | IM/Adv. | En présentiel : K-Dance, Légevin       |
|          | 10h30-11h25   | Pilates - Cours collectif<br>(10 participants max.) 🇫🇷 🇬🇧<br>Convient aux débutants                       | F       | En présentiel : K-Dance - Légevin      |

*Pas de cours pendant les vacances françaises et les jours fériés français (pas de cours les 11 nov. 2026 ; 06 mai. 2027)*

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