

23
-
24

XTEND BARRE JAZZ BARRE

CÉCILE DEBRAY- TIOLIERE
CERTIFIÉE SWISSBODY-GENÈVE
FORMATION POLESTAR PARIS
DE JAZZ

XTEND BARRE

Alliant Pilates et cardio, Xtend Barre se pratique en musique à la barre de danse classique.

LUNDI	12H30-13H30
MARDI	12H30-13H30

JAZZ BARRE

Dans son aspect complet, il intègre renforcement musculaire, cardio, harmonie sensorielle et fun. Un mix de technique de barre au sol, Pilates et danse, avec une approche pédagogique centrée sur le ressenti intérieur.

JEUDI	12H30-13H45
--------------	--------------------

TARIFS

1^{ER} TRIMESTRE 4 SEPTEMBRE AU 23 DÉCEMBRE
SOIT 14 SEMAINES : 266€

2^{ÈME} TRIMESTRE 8 JANVIER AU 13 AVRIL
SOIT 12 SEMAINES : 247€
(-10% pour un réengagement)

3^{ÈME} TRIMESTRE 29 AVRIL AU 30 JUIN
SOIT 9 SEMAINES : 171€
(-20% pour un réengagement)

AUTRES FORMULES ET COURS
(PILATES AU SOL ET SUR MACHINES)
AU STUDIO ESPRIT PILATES
55 AVENUE DE LA MAVÉRIA
74 000 ANNECY

RÉSERVATION ET RENSEIGNEMENTS

www.espritpilates.com
06.19.49.18.03



CENTREARTYS
1, passage de Vignières
74000 ANNECY
04 50 23 06 52
info@centreartys.com
www.centreartys.com