



NEW!



Cours de Pilates !

2 séances « pilotes-essais » les mardi 11 et

18 septembre

Culture physique douce

Développement musculaire profond

Amélioration de la posture

Équilibrage musculaire

le mardi de 12h15 à 13 h, Salle des Vestiges de la DREAL !

Seule condition, être à jour de sa cotisation ASCE !



En cas de succès et de maintien de l'activité, l'inscription sera de l'ordre de 100 € pour les actifs et leurs ayants droit et de 150 € pour les extérieurs (pour un groupe de 12 personnes).

L'activité ne sera mise en place qu'avec l'inscription minimum de 9 personnes ! Prix susceptibles d'évoluer en fonction du nombre d'inscrit

Les participants seront à jour de leur cotisation 2018 puis 2019.

**Bulletin d'inscription « *PILATES 2018 / 2019* »
à retourner à Mickaël Courrèges avant le 20 septembre 2018**

ASCE 86 / DREAL NA – 15, rue Arthur Ranc – 86 000 Poitiers

Nom : **actif / ayant droit (100 €)**

Prénom :

Adhérent n° : **extérieur (150 €)**

Joindre : chèque de 100 € ou 150 € à l'ordre de l'ASCE 86