

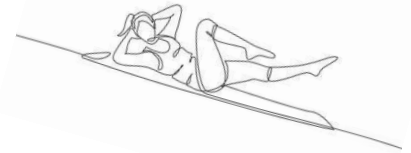
JOURNÉES PORTES OUVERTES



Samedis 7 et 21 février 2026

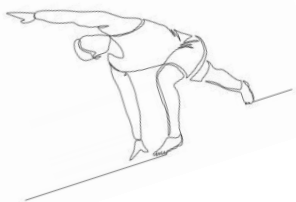
□ **De 10h30 à 11h30**


DÉCOUVERTE PILATES



Venez découvrir le **Pilates**, une méthode douce pour :

- ❖ renforcer les muscles profonds
- ❖ améliorer la posture
- ❖ gagner en souplesse et en bien-être



 **Ouvert à tous – Séance gratuite**



• **Dojo du Pôle Intercommunal
Pian-sur-Garonne (à côté du stade)**

☎ **Renseignements : 06 61 43 27 68 ou 06 77 75 73 17**