

## COURS collectifs de PILATES, YOGA-PILATES, PILATES/DE GASQUET ou YOGA

LUNDI à LLN	MARDI à Braine 'Alleud	MERCREDI à LLN	JEUDI à LLN	ATELIERS
« Hepsilone » 2 rue des poètes Quartier Bruyères	Espace Ici et maintenant 187-189 rue J Volders	Crèche Les Coccinelles 21 Place du Plat Pays Quartier Bruyères	« Hepsilone » 2 rue des poètes Quartier Bruyères	<b>YOGA-RANDO-RELAXATION DU DIMANCHE</b> 17/11/24 et 15/12/24 de 10h à 13h En Brabant Wallon
	<b>PILATES</b> <b>intermédiaire</b> 18h/19h	<b>YOGA-PILATES</b> <b>Débutants 2</b> 18h/19h <b>Nouveau !</b>		<b>ATELIER YOGA THERAPIE</b> <i>Spécial bas du dos</i> Di 13/10 17h/ 18h30
<b>PILATES</b> <b>Open level</b> 18h30/19h30	<b>PILATES</b> <b>De GASQUET</b> 19h/20h	<b>YOGA</b> 19h15/20h30 <b>Nouveau !</b>	<b>PILATES-De</b> <b>GASQUET</b> <b>débutants 1</b> 18h30/19h30 <b>Nouveau !</b>	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p><b>INFOS ET INSCRIPTIONS</b></p> <p><b>Nathalie Zabus</b> <b>0479 23 36 23</b> <a href="mailto:zabus.nathalie@gmail.com">zabus.nathalie@gmail.com</a> <a href="http://www.nathaliezabus.be">www.nathaliezabus.be</a></p> </div>
<b>YOGA</b> 19h45/21h <b>Nouveau !</b>	<b>PILATES avancé</b> 20h/21h Braine-l'Alleud			