

PLANNING GAIA STUDIO PILATES 2025 - 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI/ DIMANCHE
7H30					TAPIS TN	
9H00	WALL UNIT I	SENIOR	REFORMER I	SENIOR		COURS DIFFERENTS CHAQUE SAMEDI ET DIMANCHE
10H00	REFORMER I		REFORMER D	SENIOR		Consultez xplor deciplus
10H00	YOGA HATHA				WALL UNIT I	
11H15	REFORMER D		REFORMER I			
11H15	TAPIS I		SENIOR	WALL UNIT I	REFORMER/TAPIS I	
12H30	TAPIS D					
12H30	REFORMER D	TAPIS A	REFORMER D	TAPIS A	TAPIS I	
12H30	WALL UNIT/TAPIS D	REFORMER I	TAPIS D	REFORMER I		
13H30	REFORMER I	REFORMER D	REFORMER D			
17H00	REFORMER D	REFORMER D	REFORMER/TAPIS I	REFORMER D		
18H00			REFORMER A			
18H15		TAPIS I		REFORMER D		
18H15	REFORMER I	REFORMER I				
18H15		WALL UNIT/TAPIS I		WALL UNIT/TAPIS I		
18H45	COURS EN LIGNE ZOOM					
19H00			REFORMER I			
19H00			TAPIS A			
19H30	REFORMER I/A	REFORMER D		REFORMER I		
19H30		WALL UNIT D		YOGA HATHA FLOW		
19H30		TAPIS A				
20H00			REFORMER D			

D : Débutant I : Intermédiaire A : Avancé TN : Tous niveaux

Sur le site gympilates-bordeaux.fr ou sur l'application XPLOR ACTIVE, vous pouvez annuler vos cours jusqu'à 24h.

Réservez en ligne votre 1er cours d'essai Tapis ou Reformer ou Wall unit.

Suivez les étapes dans l'ordre : gympilates-bordeaux.fr - Cliquer sur « Réserver » - Créer votre fiche - Acheter l'essai à 20€ -

Réserver un cours « tapis, reformer ou Wall unit » en niveau DEBUTANT.

Ou contactez-nous par mail ou par tél pour prendre RV. gympilatesbordeaux@gmail.com 06 78 78 68 59

GAIA est présent à Bordeaux depuis 2007.

Nous enseignons le Pilates dans le respect de la méthode en groupe de 7 personnes maximum. Cours d'1H.