

Session Automne 2026 : 14 septembre au 20 décembre 2026										CENTRE PILATES QUÉBEC					
	Fermé lundi 12 octobre (Action de Grâce)										Mise à jour : 14 août 2026 - Horaire sujet à modifications				
							PILATES SUR REFORMER - LEBOURGNEUF								
				9H	10H	11H	12H	13H	14H	15H	16H	17H	18H	19H	20H
L U N				Inter A	Inter A-B-C	Débutant A	Inter A-B	Ostéoporose Débutant A	Inter B	Débutant C	Débutant A	Inter A	Inter-Av. A	Inter A-B	Débutant A-B
				Grégory	Grégory	À déterminer	Maxime	Maxime	Maxime	Maxime	À déterminer	Nathalie	Nathalie	Nathalie	Nathalie
				9H	10H	11H	12H	13H	14H			17H	18H	19H	20H
M A R				Débutant B	Inter A	Débutant A	Inter A	Débutant A	Débutant A			Débutant A	Inter A	Inter A	Débutant A-B
				Marie-Ève	Marie-Ève	Marie-Ève	Marie-Ève	Simon	Simon			Daphné	Daphné	Janis	Janis
	6H30			9H	10H	11H	12H	13H	14H	15H	16H	17H	18H	19H	20H
M E R	Inter A			Débutant A	Débutant A	Débutant C	Inter A	Ostéoporose Débutant A	Inter A	Inter C	Débutant A	Inter B	Inter B	Inter B	Débutant A-B
	Geneviève			Maïla	Maïla	Lucie	Lucie	Lucie	Huguette	Huguette	À déterminer	Maxime	Maxime	Maxime	Maxime
				9H	10H	11H	12H	13H				17H	18H	19H	
J E U				Débutant A	Inter A	Débutant A	Inter B	Débutant A				Débutant C/Inter A	Inter A	Inter A	
				Sophie	Sophie	Sophie	Jessica * cours en anglais	Jessica * cours en anglais				Dorothée	Dorothée	Dorothée	
	6H30				10H	11H	12H								
V E N	Inter A				Débutant A	Inter B	Débutant B					Expérience requise pour chaque niveau			
	Claude				Véronique	Véronique	Véronique								
S A M															
				9H	10H	11H									
D I M				Inter A	Débutant C/Inter A	Débutant A-B									
				Daphné	Daphné	Daphné									