

Session Automne 2026 : 14 septembre au 20 décembre 2026						CENTRE PILATES QUÉBEC		
	Fermé lundi 12 octobre (Action de Grâce)					Mise à jour : 13 août 2026 - Horaire sujet à modifications		
			PILATES AU SOL - LÉVIS					
		9h15						
L U N		Débutant 1						
		Caroline						
	8H45	9H45			17H	18H		
M A R	Avancé 2	Inter-Av. 1			Avancé 3	Avancé 1		
	Huguette	Huguette			Huguette	Huguette		
	8h30	9H30			17H	18H	19H	
M E R	Avancé 1	Débutant 3/Inter 1			Débutant 3	Inter 3	Débutant 1	
	Caroline	Caroline			Dorothée	Dorothée	Dorothée	
J E U					Expérience requise pour chaque niveau Débutant 1 : Aucun pré-requis Débutant 2 et 3 : une ou deux sessions de pratique Intermédiaire 1-2-3 : 1 an ou plus d'expérience Inter-Avancé 1-2-3 : 2 ans ou plus d'expérience Avancé 1-2-3 : 4 ans ou plus d'expérience			
V E N								
S A M								