

FORFAIT ILLIMITÉ- A2021

Du 13 septembre au 4 décembre (12 semaines)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
	Yoga intermédiaire Mireille Lapointe 10 h à 11 h 15 Virtuel	Yoga intermédiaire Mireille Lapointe 10 h à 11 h 15 Virtuel		Yoga intermédiaire Mireille Lapointe 10 h à 11 h 15 Virtuel
Centre de cond. Physique 11 h 45 à 13 h 15	Centre de cond. Physique 11 h 45 à 13 h 15	Centre de cond. Physique 11 h 45 à 13 h 15	Centre de cond. Physique 11 h 45 à 13 h 15	Centre de cond. Physique 11 h 45 à 13 h 15
Cardio-Vélo 12 h à 12 h 45 Cégep	Cardio-musculation 12 h à 12 h 45 Cégep	Cardio-Tonus 12 h à 12 h 45 Virtuel	Cardio-Vélo 12 h à 12 h 45 Cégep	Cardio-musculation 12 h à 12 h 45 Cégep
PiYo 12 h à 12 h 45 Cégep	Yoga pour tous Camille Proulx 12 h à 12 h 45 Virtuel	Yoga 12 h à 12 h 45 Cégep	Danse « fitness » Djamboola 12 h à 12 h 45 Cégep	
Centre de cond. Physique 16 h 30 à 18 h 00		Centre de cond. Physique 16 h 30 à 18 h 00		
Tonus et souplesse* 17 h 15 à 18 h 10 Patricia Cégep	Cardio Drum* 17 h 15 à 18 h 10 Manon Cégep	Essentrics* 17 h 15 à 18 h 10 Myriam Cégep	Tabata* 17 h 15 à 18 h 10 Diane Cégep	
	Essentrics Manon Durand 17h30 à 18 h30 Virtuel		Yoga pour tous Camille Proulx 17h00 à 18h00 Virtuel	
	Zumba®* 18 h 45 à 19 h45 Manon Bouvrette	Cardio Tae Boxe* 18 h 45 à 19 h45 Manon Bouvrette		
		Yoga Inter / avancé 18 h 45 à 20 h Mireille Virtuel		

Tarif : 145\$ (membre) 290 \$ (non membre)
Présentiel et virtuel