



COURSES DIRIGÉES

**Printemps
2023**

Du 1^{er} mai au 23 juin

COURS DIRIGÉS

Printemps 2023

8 semaines
du 1^{er} mai au 23 juin*

Capacité d'accueil

| | | | |
|----------|---------------------------------|---|----|
| L | 17 h à 18 h | PowerSpin <i>Jean-Gabriel</i> | 17 |
| M | 17 h à 18 h | Mobilité et étirements niveau intermédiaire <i>Nathalie</i> | 16 |
| M | 17 h à 18 h | Bootcamp <i>Élyse</i> | 25 |
| J | 12 h 05 à 12 h 50 | Hatha flow yoga intermédiaire <i>Sabrina</i> | 16 |
| V | 12 h 05 à 12 h 50 | Zumba <i>Andréanne</i> | 14 |

Cours de 45 minutes: 70 \$^{+tx}

Séance unique: 11 \$^{+tx}

Cours de 60 minutes: 80 \$^{+tx}

Séance unique: 13 \$^{+tx}

*Prendre note qu'il n'y aura pas de cours à la fête des Patriotes, le 22 mai.

COURS DIRIGÉS

Printemps 2023

**Prolongation
de 4 semaines**

Capacité d'accueil

L 12 h 05 à 12 h 50 **PowerSpin** *Martine* 17

M 12 h 05 à 12 h 50 **PowerSpin** *Martine* 17

J 16 h 15 à 17 h **Sling bungee
intermédiaire** *Martine* 7

**Cours de 45 minutes : 35 \$^{+tx}
pour la prolongation de 4 semaines**

Séance unique: 11 \$^{+tx}

*Remboursement en crédit utilisateur
seulement en cas d'annulation.*