

HORAIRE COURS DE GROUPE – AUTOMNE 2021

SESSION DU 7 SEPTEMBRE AU 18 DÉCEMBRE 2021

Preuve de Passeport vaccinal au dossier OBLIGATOIRE pour faire une réservation



**RÉSERVATION EN LIGNE OBLIGATOIRE
DISPONIBLE 2H AVANT**

**SPORT-PLUS-ONLINE.COM
POUR AVOIR DE L'AIDE : 418-503-1400**



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	☒ Pas de cours de groupe : → <u>Lundi 11 octobre</u> (Action de Grâce) <i>Tous les cours</i> → <u>Lundi 8 novembre</u> <i>Spinning et MixTraining seulement</i> → <u>Vendredi 10 septembre</u> <i>Spinning</i> → <u>Vendredi 5 novembre</u> <i>Spinning</i> → <u>Vendredi 10 décembre</u> <i>Spinning</i> ⇨ Horaire sujet à changement jusqu'au 2 octobre 2021 ⇨ Une distanciation de 2 mètres doit être maintenue entre les participants.
BALLON TONIC 9H30 À 10H30 (9) CATHERINE	ÉTIREMENTS 9H00 À 9H30 (6) CATHERINE	ÉNERGIE VITALITÉ 9H00 À 10H00 (6) CATHERINE	ÉTIREMENTS 9H00 À 9H30 (6) CATHERINE		
SPINNING 11H45 À 12H15 (7) FABIO		CARDIO EXPRESS 11H45 À 12H15 (8) FABIO		SPINNING 11H45 À 12H15 (7) FABIO	
MIX TRAINING 18H00 À 18H45 (9) FABIO	YOGA VINYASA 18H30 À 19H30 (9) JUSTINE	SPINNING 18H00 À 18H30 (7) NICOLAS			
CARDIO DANSE 19H00 À 20H00 (9) RAPHAËLLE	POWER YOGA 19H30 À 20H15 (9) JUSTINE	 POUND 18H45 À 19H45 (9) NICOLAS			