

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
PM		2 PLACES BANDS 12h15 à 13h 12 décembre au 28 novembre Prof : Julie Leclair		COMPLET BUTI YOGA 12h15 à 13h 14 septembre au 30 novembre Prof : Julie Leclair	1 PLACE POSTURE SOUPLESE ET TONUS 12h15 à 13h00 22 septembre au 8 décembre Prof : Catherine Turgeon
SOIRÉE	1 PLACE TRX 18h00 à 19h00 11 septembre au 4 décembre Prof : Samuel Banville	COMPLET CARDIO-MUSCU HIIT 18h10 à 19h10 12 septembre au 28 novembre Prof : Samuel Banville			
	1 PLACE CARDIO-MUSCU HIIT 19h15 à 20h15 11 septembre ou 4 décembre Prof : Samuel Banville				