


HORAIRE SESSION PRINTEMPS 2026 • DÉBUT DES COURS LA SEMAINE DU 13 avril 2026

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
JOUR	POSTURE, SOUPLESSE ET TONUS, NIVEAU 2 12h15 à 13h00 13 avril au 8 juin 2026 (sauf le 18 mai 2026) Prof.: Catherine Turgeon	YOGA LATES 11h15 à 12h00 14 avril au 2 juin 2026 Prof.: Janani Burkinshaw		YOGA LATES 12h15 à 13h00 16 avril au 4 juin 2026 Prof.: Janani Burkinshaw	YOGA SUR CHAISE 10h15 à 11h15 17 avril au 5 juin 2026 Prof.: Janani Burkinshaw
		CARDIO LATES 12h15 à 13h00 14 avril au 2 juin 2026 Prof.: Janani Burkinshaw			POSTURE, SOUPLESSE ET TONUS, NIVEAU 1 12h15 à 13h00 17 avril au 5 juin 2026 Prof.: Catherine Turgeon
SOIR	CARDIO-HIIT 18h00 à 19h00 13 avril au 8 juin 2026 (sauf le 18 mai 2026) Prof.: Samuel Banville				
			10% DE RABAIS Date limite 26 mars 2026	50% DE RABAIS sur le 2 ^e cours	 Action Pro • Santé PHYSIOTHÉRAPIE