

# CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET MIEUX-ÊTRE

Hiver 2012

En participant au cours « Automassage et relaxation » vous découvrirez différentes techniques vous permettant de soulager ces tensions musculaires si fréquentes en période de stress ou de fatigue. Chaque séance comprend aussi un moment de relaxation. Tous les outils de détente, simples et efficaces, pourront vous être utiles dans votre quotidien. Accordez vous ce petit répit, toutes vos cellules vous remercieront!

ACTIVITÉ	CODE LUDIK	GR	HORAIRE	LOCAL	DÉBUT-FIN/DURÉE	COÛT (\$) Taxes incluses			REMARQUES
						EM	M	NM	
Automassage et relaxation	09 160 11	01	Me 16h à 17h	0310	18 janv.-28 mars / 10 séances	55	65	92	1

1. Aucun cours pendant la semaine de lecture du 5 au 9 mars

**Responsable : Hélène Bouffard**

**Information : Nadine.Duperron@sas.ulaval.ca/418 656-2131 poste 6033**

**Inscriptions : 656-PEPS**

EM: Étudiant membre. Tous les étudiants inscrits à 12 crédits de cours à l'UL sont automatiquement membres du PEPS.

M: Membre du PEPS

NM: Non membre du PEPS

Saviez-vous que le PEPS vous offre le service de location de panier à vêtements à faible coût? Pour en savoir plus, consultez le [www.peps.ulaval.ca](http://www.peps.ulaval.ca)

Prolongez les heures gratuites de stationnement en vous procurant une vignette. Informez-vous au comptoir d'accueil ou au [www.peps.ulaval.ca](http://www.peps.ulaval.ca) pour en savoir plus.

## REMBOURSEMENT

Le remboursement d'un abonnement, d'un cours ou d'une activité est consenti seulement pour l'une des deux raisons suivantes :

- 1) un problème de santé validé avec un billet médical;
- 2) un conflit d'horaire académique ou un changement imprévu de la situation professionnelle, appuyés par des documents officiels, et ce, pendant la session en cours seulement.

Note : Des frais d'administration de 10 % seront retenus sur le montant remboursé jusqu'à concurrence de 20 \$. Le client devra aussi assumer le paiement du temps encouru à son abonnement ou à son cours.

## AVIS

### Changement de groupe

Après l'inscription, le changement permanent de groupe est possible sans pénalité, si l'autre groupe visé n'est pas complet ET s'il s'avère nécessaire à la suite d'un conflit d'horaire académique ou d'un changement imprévu de la situation professionnelle.

## REPRISES

Les cours annulés en raison d'événements incontrôlables (ex : tempête, panne électrique) NE SONT ni repris et ni remboursés. Informez-vous auprès de votre moniteur de cours. Il en est de même si le participant devait s'absenter pour un ou plusieurs cours.