

Programmation Vie Active 55 ans et +

Automne 2020



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Zumba (1) Marie-Hélène 10h30 à 11h30 - 0349		Cardio Fusion Anne-Marie 10h30 à 11h30 - 0349	Combo cardio-muscu-stretch Philippe 10h30 à 11h45 - 00142	
	Cond. Phys. en gymnase (3-4) Cléo 13h10 à 14h20 - 00143		Cond. Phys. en gymnase (2) Cléo 13h10 à 14h20 - 00143	

1. Séance annulée le 12 octobre (Action de Grâce).
2. Séance annulée le 26 novembre (local non-disponible).
3. Séance au local 00106: 24 novembre et 8 décembre
4. Séance au local 00141: 20 octobre, 3-10-17 novembre et 1er décembre

|

|