

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE SUR MUSIQUE PRINTEMPS-ÉTÉ 2021



1^{ère} SESSION : 3 MAI AU 18 JUIN (L'intervenant peut changer sans préavis)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Zumba* 12h à 13h 00143 Marie-Hélène	HIIT Fit* 12h15 à 13h 00141 Gabrielle	Cardio militaire* 12h à 13h 00143 Gabrielle	Danse Fit* 12h à 13h 00141 Annie	Entraînement Tabata* 12h15 à 13h 00143 Véronique
Cardio Fit* 17h à 17h45 00143 Julien	Strong Nation* 17h à 18h 00143 Janie	Zumba* 17h à 18h 00143 Janie	Circuit Abdos* 17h à 18h 00143 Julien	
	Zumba** 19h à 20h 00143 Marie-Hélène			

* Plusieurs séances de ce cours seront aussi offertes en virtuel

** Cours sur inscription seulement, non accessible en formule à la pièce

2^e SESSION : Dates à déterminer

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	À confirmer		À confirmer	
À confirmer		À confirmer		

