

# HORAIRE COURS DE GROUPE BRONZE

Sainte-Marthe-sur-le-lac | Session ÉTÉ 2021

DIMANCHE

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

9H  
SPINNING  
BASSAM

9H  
TONUS 360  
ALEX

9H  
SWEATSHOP  
ALEX

9H15  
STRETCHING  
RESTAURATEUR  
MJ

9H  
BODY SHAPE  
BASSAM

9H  
KARATÉ  
FAMILLE  
\$

9H15  
YOGA DOUX  
MJ

10H  
55+  
JUDE

10H  
55+  
JUDE

9H45  
KARATÉ  
PARENTS-  
ENFANTS  
\$

10H  
SPINNING  
LATIFA

10H  
CORE  
MOBILITÉ  
BENOIT

10H30  
YOGA FLOW  
MJ

10H30  
STRETCHING  
RESTAURATEUR  
MJ

17H  
TABATA  
ALEX

\$ 18H  
KARATÉ  
4-12 ANS

17H30  
BOXE  
ALEX

18H  
FAT FIGHT  
BASSAM

\$ 18H  
KARATÉ  
6-12 ANS

18H  
ABDO/FESSE  
BASSAM

\$ 18H  
KARATÉ  
6-12 ANS

\$ 18H  
KARATÉ  
4-12 ANS

18H  
BOXE  
ALEX

\$ 18H30  
KARATÉ  
6-12 ANS

\$ 18H45  
KARATÉ  
ADOS &  
ADULTES

\$ 18H30  
KARATÉ  
6-12 ANS

\$ 18H45  
KARATÉ  
ADOS &  
ADULTES

\$ 19H15  
KARATÉ  
PARENTS-  
ENFANTS

19H  
SWEATSHOP  
ALEX

\$ 19H15  
KARATÉ  
PARENTS-  
ENFANTS

20H00  
SPINNING  
PATRICK

Karaté  
\$ Frais  
supplémentaires



Horaire sujet à changement sans préavis

Minimum de 3 participants pour les cours du matin et de 5 pour les cours du soir et de week-end requis.