



CONDITIONNEMENT PHYSIQUE SUR MUSIQUE – AUTOMNE 2018

➔ Il est possible de vous inscrire pour la session ou de payer à la séance (sauf exceptions-voir la légende)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI
A.M.	Zumba 55 ans 10h30 à 11h30 Maria-Gabrielle					Circuit Abdos 10h à 11h15 00875 - Annie
P.M.	Zumba 12h à 13h 00143 – Ana Paula	Duo step intervalles 12h à 13h 00141 - Annie	Zumba 12h à 13h 00143 – Maris-Gabrielle	Entraînement Tabata 12h à 13h 00141 - Camille	Circuit Abdos 12h à 13h 00143 - Jessie	
	Piyo 16h30 à 17h25 00875 - Josianne		Strong by Zumba 16h40 à 17h40 00141 - Janie		Circuit Militaire 16h45 à 17h45 00141 - Mihai	
	Duo step & musculation 16h45 à 17h45 00141 - Cécilia	Circuit Militaire 16h45 à 17h45 00141 - Annie	Cardio Fit 17h30 à 18h15 00143 - Annie	Duo step intervalles 16h40 à 17h40 00141 - Julien		
	Entraînement Tabata 17h15 à 18h15 00143 - _____	Zumba 17h à 18h 00143 - Janie		Djamboola Fitness 17h à 18h 00143 - Tatiana		
S O I R É E	Cardio Fit 18h à 18h45 00141 - Josianne		Circuit Abdos 17h50 à 18h50 00141 - Julien	Entraînement Tabata 17h50 à 18h50 00141 - Julien		
			Zumba 19h à 20h 00875 - Josianne			

Veillez consulter le site WEB du PEPS afin de connaître les dates de début et de fin ainsi que les remarques associées pour chacune des activités.

Tarifs à la pièce : ÉM et M 5.75 \$; NM 10.75 \$ S
 Carte de 10 séances ÉM et M 43 \$; NM 90 \$ / Carte de 30 séances à 105 \$
 Billets disponibles à la réception du PEPS jusqu'à 1 semaine avant le cours

Légende

Offert avec inscription obligatoire