

# Conditionnement physique sur musique

## Automne 2020



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>P M</b>	Zumba (1) Marie-Hélène 12h à 13h - 00143	HIIT Fit Gabrielle 12h15 à 13h - 00141	Strong Nation Janie 12h à 13h - 00143	DanseFit (2) Annie C-R 12h à 13h - 00141	Entraînement Tabata Gabrielle 12h à 13h - 00143
	Zumba (1) Janie 16h45 à 17h45 - 00143	Cadio Tonus Gabrielle 16h40 à 17h35 - 00143	Piyo Josianne 16h30 à 17h25 - 00875	Circuit Militaire (2) Julien 16h30 à 17h25 - 00143	
			Entraînement Tabata Julien 16h40 à 17h35 - 00143		
<b>S O I R É E</b>	Pound (1) Carole 17h à 17h55 - 00875	Circuit Militaire Nicolas 17h50 à 18h45 - 00143	Pound Carole 17h45 à 18h40 - 00875	Duo Step Intervalles (2) Julien 17h45 à 18h40 - 00143	
	Cardio Fit (1) Julien 18h à 18h45 - 00143	Zumba Marie-Hélène 19h à 20h - 00875	Circuit Abdos Julien 17h50 à 18h45 - 00143		

Séances annulées pendant la semaine de lecture du 26 octobre au 1er novembre.

Offert en cours seulement, inscription obligatoire.

1. Séance annulée le 12 octobre (Action de grâces).
2. Séance annulée le 26 novembre (local non-disponible).