

Horaire pour les cours de groupe Regain

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
En matinée				
			Chi Gong 9h30 à 10h30	
	Cardio-Muscu à votre rythme 11h00 à 12h00		Méditation 10h45 à 11h45	Cardio-Muscu à votre rythme 11h00 à 12h00
Le midi				
Tonus Total 12h00 à 12h45		Tonus Total 12h00 à 12h45	Abdo-tonus 12h15 à 12h45	
En soirée				
	Atelier du rire (1/2) 15h00 à 16h00			
Entraînement en circuit 17h30 à 18h30	Yoga doux 17h30 à 18h30		Yoga énergisant 17h30 à 18h30	
		Zumba 18h00 à 19h00		
	Yoga énergisant 18h45 à 19h45		Yoga doux 18h45 à 19h45	

Profitez gratuitement d'une semaine d'essais du 14 au 18 janvier 2019 !

Prix concurrentiels à partir de 8\$ la séance

Nos sessions de cours débuterons le 21 janvier 2019

Consultez notre site internet pour plus d'informations : www.cliniqueregain.com