

Session de 4 semaines débutant le 21 Février 2019

Méditation ou Qi Gong

Donné par: Johanne Allary

Le: Jeudi de 9h30 à 12h30 & 10h45 à 11h45

60 minutes

60 minutes	\$ Séances	\$ session
Séance à la carte	17 \$	
Session de 8 semaines (1 cours)	15 \$	120 \$
Cours d'essai (avec session achetée)	10 \$	

**taxes en sus*

Session de 8 semaines débutant le 21 janvier 2019

Abdo-tonus

Donné par: Valérie Boulerice

Le: jeudi de 12h15 à 12h45

30 minutes

30 minutes	\$ Séances	\$ session
Séance à la carte	13 \$	
1 cours / semaine	8.50 \$	68 \$

**taxes en sus*

Tonus Total

Donné par: Saule Gascon

Le: Lundi et Mercredi de 12h00 à 12h45

45 minutes

45 minutes	\$ Séances	\$ session
Séance à la carte	13 \$	
1 cours / semaine	9 \$	72 \$
2 cours / semaine	8.50 \$	136 \$

** taxes en sus*

Yoga Doux

Donné par: Laurie Labbé, 60 minutes

Le: Mardi et Jeudi de 17h30 à 18h30

Yoga Énergisant

Donné par: Laurie Labbé, 60 minutes

Le: Mardi et Jeudi de 18h45 à 19h45

60 minutes	Tarif	Investissement à la séance
Cours à la Carte	17 \$	17 \$
5 cours	75 \$	15 \$
10 cours	140 \$	14 \$
20 cours	250 \$	12.50 \$
1 mois illimité	150 \$	9.38 \$
3 mois illimité	345 \$	7.19 \$

**taxes en sus*

Cardio-Muscu à votre rythme

Donné par: Saule Gascon

Le: Mardi et vendredi de 11h00 à 12h00

60 minutes

Entraînement en Circuit

Donné par: Saule Gascon

Le: Lundi de 17h30 à 18h30

60 minutes

Ne se donne qu'une seule fois par semaine

Zumba

Donné par: Valérie Boulerice

Le: Mercredi de 18h00 à 19h00

60 minutes

Ne se donne qu'une seule fois par semaine

60 minutes	\$ Séances	\$ session
Séance à la carte	13 \$	
1 cours / semaine	10 \$	80 \$
2 cours / semaine	9 \$	144 \$

**taxes en sus*