



## Horaire a partir du 10 juin

(Cet horaire peut changer en tout temps)

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Avant-midi</b>	<b>Group power</b> Mario 9h00	<b>Zumba</b> Marie-Hélène 8h30	<b>Step</b> Marie-Hélène 9h00	<b>zumba</b> Marie-Hélène 9h00	<b>Group power</b> Mario/Hélène 8h30	<b>Cardio intervalles</b> Alyson 9h00	<b>STRONG</b> Marie-Hélène 9h00
	<b>Group core</b> Mario 10h00	<b>Cardio FIT</b> Marie-Hélène 9h30	<b>Centergy</b> Mario 10h00	<b>Group core</b> Marie-Hélène 10h00	<b>Cardio FIT</b> Marie-Hélène 9h30	<b>Group core</b> Alyson 9h30	<b>zumba</b> Marie-Hélène 10h05
	<b>centergy</b> Mario 10h30	<b>yoga détente</b> Marie-Hélène 10h35		<b>Centergy</b> Marie-Hélène 10h35	<b>yoga détente</b> Marie-Hélène 10h35	<b>Zumba</b> Hélène/Alyson 10h05	<b>Centergy</b> Marie-Hélène 11h05
						<b>group power</b> Rotation d'instructeur 11h05	
<b>Midi</b>			<b>Group power</b> Mario 12h00				
<b>Soir</b>	<b>group power</b> Manon 16h30	<b>Group core</b> Nadine 16h30					
	<b>cardio intervalles</b> Manon 17h30	<b>tae-boxe 3.0</b> Nadine 17h00		<b>Tae-boxe 3.0</b> Nadine 17h15			
	<b>group core</b> Manon 18h00	<b>group power</b> 17h30 Nadine	<b>POUND</b> Laurence 17h30	<b>group core</b> Nadine 17h45			
	<b>Goup power</b> Helene 18h30	<b>STRONG</b> Marie-Hélène 18h30	<b>Group power</b> Hélène				
		<b>Centergy</b> Marie-Hélène 19h30					



## horaire à partir du 10 juin

(Cet horaire peut changer en tout temps)

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>Avant-midi</b>			<b>Vélo tout terrain</b> Mario 9h00			<b>Vélo intervalles</b> <b>(jusqu'au 29 juin)</b> Hélène /Nadine 9h00	
					<b>Vélo</b> Mario/Hélène 9h35		<b>Vélo intervalles</b> Eric 9h30
<b>Midi</b>	<b>Vélo tout terrain</b> Mario 12h		<b>Vélo intervalles</b> Genevieve 12h				
<b>Soir</b>	<b>Vélo intervalles</b> Geneviève 17h15		<b>Vélo intervalles</b> Genevieve 17h15		<b>Vélo intervalles</b> Nadine 17h15		