

Session virtuelle et extérieure !

Inscription par téléphone au 450-349-6611



Information utile:

Où:

Séances virtuelles via l'application Zoom

Club de marche extérieur :
Pavillon jeunesse Yvan-Viens

Stick Stretching extérieur :
Parc des Poètes

Quand:

Session de 10 semaines débutant le 12 avril 2021

Coûts:

Pour 1 cours: 120\$
Pour 2 cours au choix: 220\$
Pour 3 cours au choix: 300\$
Pour 4 cours au choix: 360\$
pour la session
ou
14\$ par cours

Équipement:

Tapis ou serviette
Ceinture (de robe de chambre)
Boîte de mouchoir
Débarbouillette
Balle de tennis
Chaise
Eau
Élastique
Manche à balai
Bâton de 6 pieds*

Autre:

*Location : 12 \$ pour la session (avec prise d'un dépôt qui vous sera remis au retour du bâton)

**Les cours se donneront avec un minimum de 3 inscriptions



Les cours**:

Club de marche : lundi 10h15 et/ou vendredi 13h00 (45 min)

Pilates : mardi 17h00 (60 min)

Stick Stretching : jeudi 14h00 (60 min)