|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Heure** | **Lundi** | **Mardi** | **Mercredi** | **Jeudi** | **Vendredi** |
| **7h00-7h50** |  |  |  |  |  |
| **8h30-9h20** |  |  |  |  |  |
| **9h30-10h20** |  | **Pilates**  Johanne |  | **Essentrics** Johanne |  |
| **10h30-11h20** | **Essentrics** Johanne | **Essentrics** Johanne | **Flexibilité** Johanne |  |  |
| **11h00-11h30** |  | **Cardiovélo**  Richard |  | **Cardiovélo**  Richard |  |
| **11h30-12h20** |  | **Tai-Chi**  Carlos |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

**Tarif : 85$ (12 semaines) ( cardiovélo 60$)**

**Début : 12 septembre 2022**

**Fin : 5 décembre 2022**