



HORAIRE DES COURS POUR LES 60+

Membres : Tous les cours pour aînés sont inclus avec les abonnements PRESTIGE, ULTIME et FIT annuels réguliers. Pour les cours d'aqua d'or ou d'aquaforme il y a un maximum de trois cours par session. Les cours avec étoiles sont gratuits et illimités.

Non-membres : Tous les cours d'aqua d'or et d'aquaforme sont offerts aux non-membres en s'inscrivant via notre site web. Veuillez consulter notre grille des tarifs et les dates de session. Les cours avec étoiles sont pour les membres seulement.

Veuillez noter que le Studio Yama offre aussi des cours de yoga, de pilates, d'essentrics, etc., accessibles à la clientèle 60ans et + avec un abonnement ULTIME ou FIT.

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	Aqua d'or 9h à 9h50		Aqua d'or 9h à 9h50			
Aqua d'or 10h à 10h50	Aqua d'or 10h à 10h50	Aqua d'or 10h à 10h50	Aqua d'or 10h à 10h50	Aqua d'or 10h à 10h50		
*Cardio Light intervalles 10h30 à 11h25 Denis	*Cardio dance 10h30 à 11h25 Kelly	*Musculation 10h30 à 11h25 Delphine	*Stabilité-équil. 10h30 à 11h25 Martha	*Cardio Light Tonus 10h30 à 11h25 Denis		
Aqua d'or 11h à 11h50		Aqua d'or 11h à 11h50		Aqua d'or 11h à 11h50		
Aqua d'or 16h à 16h50		Aqua d'or 16h à 16h50				

COURS DE GROUPE
COURS EN PISCINE

	MEMBRES 60 ans et plus	NON-MEMBRES 60 ans et plus
1X SEMAINE:	106\$	116\$
2X SEMAINE:	184\$	196\$
3 X SEMAINE:	220\$	241\$