



sportheque  
1981

# HORAIRE DES COURS DE SPIN

## PRINTEMPS 2024

1er avril au 23 juin

**Accès :** L'accès aux cours du Studio Spin est ouvert à tous les clients avec un abonnement PRESTIGE ou TOTAL, ou ayant une carte de cours. Vous devez réserver votre place 24h d'avance via notre console de réservation. Merci.

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Kelly SPIN 45 MINS 6h30 à 7h15		Amal SPIN 45 MINS 6h30 à 7h15		Amal SPIN 45 MINS 6h30 à 7h15		
			Nancy SPIN POSTNATAL 10h30 à 11h15		Selene / Jeohanie SPIN + BRAS ENDURANCE 9h15 à 10h15	Julie SPIN 60 MINUTES 10h00 à 11h00
Annie SPIN 45 MINS 12h00 à 12h45	Nancy SPIN 45 MINS 12h00 à 12h45	Susi* SPIN 45 MINS 12h00 à 12h45 <i>*Karine dès le 1<sup>er</sup> mai</i>	Mathieu SPIN 45 MINS 12h00 à 12h45	Nadia SPIN 45 MINS 12h00 à 12h45		
	Marielle* SPIN BEAT 17h00 à 17h45 <i>*partir du 30 avril</i>					
Stéphanie SPIN 60 MINS 17h30 à 18h30		Dominique SPIN 60 MINS 17h30 à 18h30	Thalie SPIN 60 MINS 17h30 à 18h30			
	Julie/Selene SPIN 45 MINS 18h00 à 18h45	Amal SPIN 45 MINS 18h45 à 19h30				