

# HORAIRE DES COURS PRÉ ET POSNATAUX

## 4 avril AU 22 juin 2020

**Membres :** Tous les cours suivants sont inclus gratuitement à tous les membres PRESTIGE, ULTIME et FIT annuels réguliers jusqu'à un maximum de 3 par session. Vous devez vous inscrire sur notre console d'inscription en ligne et votre facture apparaîtra à 0\$.

**Non-membres :** Les cours sont accessibles aux non-membres en s'inscrivant via notre site web. Veuillez consulter notre site web pour les tarifs et les dates de session.

### HORAIRE DES COURS PRÉNATAUX

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
				<b>Yoga prénatal</b> 12h00 à 13h00 Lysane
<b>Aquaforme prénatal</b> 18h à 18h50 Andréanne	<b>Yoga prénatal</b> 18h30 à 19h30 Andrée-Anne	<b>Circuit prénatal</b> 19h30 à 20h30 Christèle	<b>Aquaforme prénatal</b> 18h à 18h50 Jessie	

### HORAIRE DES COURS POSTNATAUX

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>Warm yoga postnatal</b> 9h00 à 10h00 Lysane	<b>Circuit Fit postnatal</b> 9h00 à 10h00 Nancy	<b>Pilates Postnatal</b> 9h30 à 10h30 Andrée-anne		
<b>Spin postnatal</b> 10h00 à 11h00 Nancy	<b>Circuit Fit postnatal</b> 10h30 à 11h30 Nancy	<b>Spin postnatal</b> 10h00 à 11h00 Dominique	<b>Circuit Fit postnatal</b> 10h30 à 11h30 Marie-France	<b>Circuit poussette à l'extérieur</b> 10h00 à 11h00 Andrée-anne
	<b>Aquaforme postnatal</b> 11h00 à 11h50 Méliah		<b>Aquaforme postnatal</b> 11h00 à 11h50 Kelly	

#### TARIFS:

	MEMBRES	NON-MEMBRES
1X SEMAINE:	125\$	135\$
2X SEMAINE:	211\$	228\$
3 X SEMAINE:	260\$	281\$