



SESSION AUTOMNE 2024

Durée: 13 semaines (9 septembre au 7 décembre)

*Cours adaptés pour tous les niveaux (débutant, intermédiaire et avancé)

AM
PM

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	SAMEDI
MONTMAGNY	ST-JEAN-PORT-JOLI	MONTMAGNY	ST-JEAN-PORT-JOLI	MONTMAGNY
Cardio POUSSETTE 9h-10h	Club de MARCHÉ 8h15-8h45	Cardio POUSSETTE 9h50-10h50	Club de MARCHÉ 8h15-8h45	Intermédiaire/Avancé Club CARDIO 8h-9h
Cardio OR 10h10-11h10	Cardio OR 9h-9h50	Cardio OR 11h-12h	Cardio OR 9h-9h50	Débutant Club CARDIO 9h10-10h
Cardio OR 10h-10h50	Cardio OR 10h-10h50	Cardio OR 11h-12h	Cardio POUSETTE 10h-11h	
BOOTCAMP Express 11h45-12h20	Cardio POUSSETTE 11h-12h	BERTHIER-SUR-MER	MONTMAGNY	
Club CARDIO 17h-18h	BERTHIER-SUR-MER	Cardio JEUNESSE 15h-16h30	BOOTCAMP Express 12h-12h40	
Cardio BOOTCAMP 18h15-19h15	Cardio BOOTCAMP 16h45-17h45		ST-FRANÇOIS	
	Cardio AIR FIT 17h45-18h45		Club CARDIO 16h45-17h45	
			Cardio BOOTCAMP 19h-20h	

INSCRIPTION



Mélissa Fournier
Entraîneur

