

HIVER 2023

Heures de bureau : lundi au vendredi 8h à 20h / samedi 8h à 12h

E

 OBLIGATOIRE : dépôt puce 20$ et frais annuel 25$

NTRAINEMENT EN SALLE **OUVERT 24H/7J**

Adulte: 43$/mois ou 110$ /3 mois

Etudiant/sénior : 33$/mois ou 85$/3 mois

**Prix ANNUEL ADULTE : ,99/JOUR**

**NOUVEAUTÉ : ZONE LIBRE (entraînement fonctionnel)**

 **Entraînement libre ou semi-privé**

**Session de 20 semaines : 16 janvier au 2 juin 2023**

**C**

**OURS DE GROUPE**

**ACCÈS ILLIMITÉ A TOUS LES COURS 450$**

**TABATA 4x 12h** lundi-mardi-jeudi-vendredi 415$

**INTERVALLES 17h** lundi-mercredi 280$

**VIRAGE 180(m-cours) 9h** lundi-mercredi (1h+1/2h yoga) 340$

**DANSE FITNESS 18h** lundi-mercredi 280$

**CROSS TRAINING 17h** mardi-jeudi 280$

**HIIT FITNESS 19h** lundi-mercredi 280$

**YOGA (virage 180) 17h m**ardi (14 semaines) début : 10 janvier 280$ **PRO-PERFORMANCE ENFANT 9H** samedi 180$

**ZUMBA 19H** lundi-mercredi (14 semaines) 240$

**C**

**LUBS**

**BOXE 18h30** mardi-jeudi 280$

**KARATÉ 18h-19h** mardi-jeudi (inscription par le club)

**JUDO 17h-18h-20h** lundi-mercredi-vendredi (inscription par le club)

Salle d’entraînement gratuit avec abonnement à une session de groupe

Informations : 418-697-5112 / message FB

Prix : tx incluses