

Programmes offerts	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Jog Tonus & Stretching			19h - Parc des 7 chutes 1 <sup>er</sup> Église Est (Pas cours le 29 juillet)	9h - Parc des 7 chutes		
ExtremFit						9h le 27 juin, 4 et 18 juillet, 8 - 22- 29 août
Boot Camp	18h30 - Parc des 7 chutes (Pas cours le 20 juillet)	9h - Parc Veilleux				
St-Côme	19h - Église					
Circuit poussette		10h - Parc Veilleux		10h - Parc des 7 chutes		
Yoga prénatal	11h - 895, 167e rue 1 <sup>er</sup> cours le 29 juin		11h - 895, 167e rue 1 <sup>er</sup> cours le 1 <sup>er</sup> juillet			
Aqua prénatal	15h ou 17h45 1 <sup>er</sup> cours le 29 juin		15h - 895, 167e rue 1 <sup>er</sup> cours le 1 <sup>er</sup> juillet			
St-Benoit			19h Boot Camp			
Cours en entreprise	Matin / Midi / Fin journée					