

Horaires + tarifs  
**HIVER**  
 Inscription 3 déc. 18h

# Cardio

ACTIVITÉ	JOUR	HORAIRE	CODE	NB SEM	TARIF + TX	DATE DE DÉBUT	RELÂCHES ET REPORTS	NOTES
Boot camp - Circuit ent. fonct.	Lundi	18h15 à 19h10	347	10	134,50 \$	13 janvier		
<b>NOUVEAU</b> Abdo-Fessiers	Samedi	11h30 à 12h25	120	10	103,50 \$	11 janvier	1 <sup>er</sup> février – Cours reporté au 22 mars.	
<b>NOUVEAU</b> Renforcement musculaire	Samedi	10h15 à 11h10	115	10	103,50 \$	11 janvier	1 <sup>er</sup> février – Cours reporté au 22 mars.	
Entrainement HIIT	Jeudi	18h15 à 19h00	647	10	<del>77,75 \$</del> 61,75 \$	16 janvier	13 février – Cours reporté au 27 mars.	Jeudi cardio à petit prix !
Cardio Boxe	Jeudi	19h00 à 19h55	650	10	<del>103,50 \$</del> 82,50 \$	16 janvier	13 février – Cours reporté au 27 mars.	Jeudi cardio à petit prix !
<b>NOUVEAU</b> Yoga Fit Énergétique	Mardi	18h45 à 19h55	449	10	162,50 \$	14 janvier		
Yoga Fusion tous niveaux	Mercredi	18h30 à 19h25	548	10	130,00 \$	15 janvier		
<b>NOUVEAU</b> PIYO – Pilates et Yoga	Jeudi	18h30 à 19h25	648	10	134,50 \$	16 janvier	13 février – Cours reporté au 27 mars.	

## STATIONNEMENT

**P** Vignette requise

Le stationnement du Collège Lionel-Groulx est réservé aux détenteurs de vignette, du lundi au vendredi, de 7h à 17h. En dehors de ces heures, ainsi qu'en tout temps les samedis et dimanches, aucune vignette n'est requise. Si vous êtes inscrits à une activité qui a lieu durant la journée la semaine et que vous désirez utiliser le stationnement du Collège, des vignettes sont disponibles au coût de 15\$, pour une durée de 5 mois, valide de septembre à janvier ou de février à juin. Adressez-vous au bureau d'accueil durant nos heures d'ouverture pour plus d'information.

## REPRISE DE COURS

Il est impossible de reprendre un cours auquel un participant s'absente, peu importe le motif.

Horaires + tarifs  
**HIVER**  
Inscription 3 déc. 18h

# Cardio

## Spinning

ACTIVITÉ	JOUR	HORAIRE	CODE	NB SEM	TARIF + TX	DATE DE DÉBUT	RELÂCHES ET REPORTS	NOTES
Spinning	Samedi	9h00 à 9h55	110	10	103,50 \$	11 janvier	Une date de relâche à confirmer	Donné par Isabelle Côté
<b>NOUVEAU</b> Spinning	Samedi	13h00 à 13h55		10	103,50 \$			Annulé
Spinning	Lundi	18h15 à 19h10	347	10	103,50 \$	13 janvier	Une date de relâche à confirmer	Donné par Isabelle Côté
Spinning	Mercredi	18h15 à 19h10	547	10	103,50 \$	15 janvier	Une date de relâche à confirmer	Donné par Isabelle Côté
Spinning	Vendredi	18h15 à 19h10		10	103,50 \$			Annulé

### STATIONNEMENT

**P** Vignette requise

Le stationnement du Collège Lionel-Groulx est réservé aux détenteurs de vignette, du lundi au vendredi, de 7h à 17h. En dehors de ces heures, ainsi qu'en tout temps les samedis et dimanches, aucune vignette n'est requise. Si vous êtes inscrits à une activité qui a lieu durant la journée la semaine et que vous désirez utiliser le stationnement du Collège, des vignettes sont disponibles au coût de 15\$, pour une durée de 5 mois, valide de septembre à janvier ou de février à juin. Adressez-vous au bureau d'accueil durant nos heures d'ouverture pour plus d'information.

**REPRISE DE COURS** | Il est impossible de reprendre un cours auquel un participant s'absente, peu importe le motif.