



# SEMAINE D'ESSAIS GRATUITS

## 5 au 10 juin 2017

**OBLIGATOIRE**

Tenue de sport, serviette et gourde d'eau.

**CONCOURS**

Participez à notre semaine d'essais gratuits et courez la chance de gagner un certificat-cadeau de 50\$ pour la session ÉTÉ 2017!

Pour vous donner un avant-goût de notre programmation d'été, le Patro Le Prevost vous invite à essayer **GRATUITEMENT** plusieurs de ses cours!

<b>Lundi 5 juin</b>			
9h30	Tai-chi inspiré Qi-Gong	18 ans et +	Poly 1
10h45	Super workout	18 ans et +	Poly 1
11h45	Yoga	18 ans et +	Poly 1
17h30	Power yoga	18 ans et +	Poly 1
17h30	Karaté	5-17 ans	Ange-Aimé
19h00	Aïkido	18 ans et +	Ange-Aimé
20h00	Tai-chi inspiré Qi-Gong	18 ans et +	Poly 1
<b>Mardi 6 juin</b>			
17h15	Pilates	18 ans et +	Poly 1
17h30	Zumba	18 ans et +	Ange-Aimé
18h30	Pilates	18 ans et +	Poly 1
19h45	Hatha yoga	18 ans et +	Poly 1
<b>Mercredi 7 juin</b>			
10h45	Super workout et stretching	18 ans et +	Poly 1
17h30	Cirque famille	3-5 ans	Ange-Aimé
18h45	Essentrics	18 ans et +	Ange-Aimé
18h45	Capoeira	8-12 ans	Poly 1
20h00	Capoeira	18 ans et +	Poly 1
<b>Jeudi 8 juin</b>			
9h30	Mise en forme modérée	18 ans et +	Poly 1
17h30	Athlétisme	6-12 ans	Gymnase
18h30	Zumba	18 ans et +	Ange-Aimé
19h45	Yoga-pilates	18 ans et +	Poly 1
<b>Samedi 10 juin</b>			
9h00	Zumba famille	5 ans et +	Salle Ange-Aimé
10h00	Karaté	8 ans et +	Poly 1
11h00	Bootcamp en famille	1-9 ans	Gymnase
11h15	Bollywood fitness	18 ans et +	Salle Ange-Aimé
11h15	Karaté famille (enfant seul ou accompagné des parents)	5 ans et +	Poly 1
13h00	Parkour	7-11 ans	Gymnase
14h00	Basketball en famille	4 ans et +	Gymnase