

Horaires + tarifs  
**PRINTEMPS**  
 Inscription 12 mars

# Détente

| ACTIVITÉ                                     | JOUR     | HORAIRE       | CODE | NB SEM | TARIF + TX | DATE DE DÉBUT         | RELÂCHES ET REPORTS               | NOTES                           |
|--|----------|---------------|------|--------|------------|-----------------------|-----------------------------------|---------------------------------|
| <b>NOUVEAU</b><br>Initiation à la méditation | Jeudi    | 19h30 à 20h25 | 652  | 10     | 125,00 \$  | 4 avril               | Cours du 2 mai reporté le 13 juin | Donné par Marie-Aimée Guilbault |
| Hatha Yoga - Étirements                      | Lundi    | 18h30 à 19h25 | 348  | 9      | 112,50 \$  | 1 <sup>er</sup> avril |                                   | Donné par Denis Sansregret      |
| Hatha Yoga - Étirements                      | Mercredi | 20h00 à 20h55 | 554  | 9      | 112,50 \$  | 3 avril               |                                   | Donné par Denis Sansregret      |
| Hatha Yoga multi-niveaux                     | Mardi    | 20h00 À 20h55 |      | 9      | 112,50 \$  |                       |                                   | Annulé                          |
| Hatha Yoga et Restaurateur                   | Jeudi    | 19h30 à 20h25 | 652  | 9      | 112,50 \$  | 4 avril               |                                   | Donné par Denis Sansregret      |
| Yoga Flow Débutant                           | Lundi    | 19h30 à 20h25 | 352  | 9      | 112,50 \$  | 1 <sup>er</sup> avril |                                   | Donné par Denis Sansregret      |
| Yoga Tous niveaux                            | Samedi   | 9h00 à 9h55   | 110  | 11     | 137,50 \$  | 30 mars               |                                   | Donné par Denis Sansregret      |
| Yoga Fit Tous niveaux                        | Mardi    | 19h00 à 19h55 | 450  | 9      | 112,50 \$  | 2 avril               |                                   | Donné par Denis Sansregret      |
| Yoga Fusion                                  | Mercredi | 19h00 à 19h55 | 550  | 9      | 112,50 \$  | 3 avril               |                                   | Donné par Denis Sansregret      |
| <b>NOUVEAU</b><br>Yoga et lithothérapie      | Mercredi | 20h30 à 21h25 |      | 10     | 125,00 \$  |                       |                                   | Annulé                          |
| Yin Yoga                                     | Jeudi    | 18h30 à 19h25 | 648  | 9      | 112,50 \$  | 11 avril              | Cours du 2 mai reporté le 13 juin | Donné par Marie-Aimée Guilbault |
| Pilates Niveau 2 (Intermédiaire)             | Lundi    | 19h00 à 20h10 | 350  | 10     | 172,00 \$  | 1 <sup>er</sup> avril |                                   | Donné par Lydia Mimeault        |
| Pilates Niveau 1 pour Tous                   | Lundi    | 20h15 à 21h10 | 355  | 10     | 137,50 \$  | 1 <sup>er</sup> avril |                                   | Donné par Lydia Mimeault        |
| Stretching                                   | Lundi    | 19h15 à 20h10 | 351  | 8      | 103,50 \$  | 1 <sup>er</sup> avril | Relâche 15 et 22 avril            | Donné par Helen Mokas           |

## 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.