

Horaires + tarifs  
**PRINTEMPS**  
 Inscription 11 mars

# Cardio



ACTIVITÉ	JOUR	HORAIRE	CODE	NB SEM	TARIF + TX	DATE DE DÉBUT	RELÂCHES ET REPORTS	NOTES
<b>NOUVEAU</b> Abdos Fessiers	Vendredi	18h00 à 18h55	746	1	10.35\$			Annulé
<b>NOUVEAU</b> Renforcement musculaire	Samedi	10h15 à 11h10	115	10	103,50 \$	29 mars	5 avril 19 avril - Cours reporté au 14 juin	
<b>NOUVEAU</b> Entraînement par Intervalles	Lundi	18h15 à 19h10	347	10	103,50 \$	31 mars	21 avril 12 et 19 mai-Cours annulé et remboursé	Cours d'essai gratuit le 24 mars !
Yoga Fit Énergétique	Mardi	18h45 à 19h55	449	10	162,50 \$	1 <sup>er</sup> avril		
Yoga Fusion	Mercredi	18h30 à 19h25	548	10	130,00 \$	2 avril		
PIYO - Pilates et Yoga	Jeudi	18h30 à 19h25	648	10	134,50 \$	3 avril		
<b>NOUVEAU</b> Entraînement HIIT	Jeudi	18h15 à 18h55	647	10	<del>77,75 \$</del> 61,75 \$	10 avril		Jeudi cardio à petit prix !
<b>NOUVEAU</b> Cardio-Boxe	Jeudi	19h00 à 19h55	652	10	<del>103,50 \$</del> 82,50 \$	10 avril		Jeudi cardio à petit prix.
<b>NOUVEAU</b> Zumba	Samedi	11h30 à 12h25	120	10	103,50 \$	29 mars	5 avril 19 avril - Cours reporté au 14 juin	

**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  
**PRINTEMPS**  
Inscription 11 mars

# Cardio



## Spinning

ACTIVITÉ	JOUR	HORAIRE	CODE	NB SEM	TARIF + TX	DATE DE DÉBUT	RELÂCHES ET REPORTS	NOTES
Spinning	Samedi	9h00 à 9h55	110	11	113,75 \$	29 mars		Donné par Isabelle Côté
Spinning	Lundi	18h15 à 19h10	347	9	93,25 \$	31 mars	21 avril et 19 mai	Donné par Isabelle Côté
Spinning	Mercredi	18h15 à 19h10	547	11	113,75 \$	2 avril		Donné par Isabelle Côté

### 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.