

Cours au SOL

L U N	9h00	10h00	11h00	12h00	13h30	14h30	15h30	17h00	18h00	19h00	20h00
	SOL Débutant 3-4 Grégory C.C.	SOL Avancé 1 Grégory C.C.	SOL Intermédiaire 5 Grégory C.C.	SOL Avancé 2 Grégory C.C.	SOL Débutant 1 Karine A.	SOL Yin-Yoga Line B.	SOL Intermédiaire 1 Roxane I.F.	SOL Débutant 4 Roxane I.F.	SOL Intermédiaire 4 Roxane I.F.	SOL Débutant 2 Geneviève B.	SOL Intermédiaire 2 Geneviève B.
M A R	9h00	10h00	11h00	12h00	13h00	14h00	15h00	17h00	18h00	19h00	20h00
	SOL Débutant 1 Karine A.	SOL Yoga-Pilates Line B.	SOL Débutant 2 Roxane I.F.	SOL Pilates Ski Brigitte B.	SOL Débutant 5/Inter Brigitte B.	SOL Pré/Post natal - Maman/BB Karine A.	SOL Débutant 1 Karine A.	SOL Inter-Avancé Nathalie C.	SOL Intermédiaire Multi-Niveaux Nathalie C.	SOL Avancé Nathalie C.	SOL Intermédiaire Multi-Niveaux Nathalie C.
M E R	9h00	10h00	11h00	12h00	13h30	14h30		17h00	18h00	19h00	20h00
	SOL Inter-Avancé Amanda C.	SOL Intermédiaire 1 Amanda C.	SOL Intermédiaire 3 Brigitte B.	SOL Intermédiaire 3 Roxane I.F.	SOL Débutant 4 Brigitte B.	SOL Débutant 1 Brigitte B.		SOL Débutant 1-2 Émilie S.	SOL Débutant 4 Émilie S.	SOL Intermédiaire 4-5 Grégory C.C	SOL Débutant 2-3 Grégory C.C
J E U	9h00	10h00	11h00	12h00	13h00	14h00		17h00	18h00	19h00	20h00
	SOL Intermédiaire 2 Roxane I.F.	SOL Débutant 1-2 Roxane I.F.	SOL Intermédiaire 2 Roxane I.F.	SOL Débutant 4 Roxane I.F.	SOL Pré/Post natal - Maman/BB Caroline R.	SOL Intermédiaire 3 Caroline R.		SOL Intermédiaire 2 Émilie S.	SOL Intermédiaire 3 Roxane I.F	SOL Débutant 3-4 Roxane I.F	SOL Intermédiaire 1 Roxane I.F.
V E N	8h30	10H00	11h00	12h00	13h00						
	SOL Intermédiaire 1 Brigitte B.	SOL Avancé 3 Grégory C.C.	SOL Débutant 1-2 Grégory C.C.	SOL Intermédiaire IRDPO Grégory C.C.	SOL Débutant 1 Karine A.						
S A M	8h30	9h30	10h30	11h30	12h30	13h30					
	SOL Débutant 2 Marie-Josée P.	SOL Intermédiaire 4 Marie-Josée P.	SOL Débutant 4 Marie-Josée P.	SOL Débutant 1-2 ?	SOL Débutant 4 Roxane I.F.	SOL Débutant 1 ?					

QUÉBEC
 Cours sur APPAREIL

L U N	9h30	10h30		12h30	13h30	14h30		17h00	18h00	19h00	20h00	
	APPAREILS Avancé C Huguette C.	APPAREILS Avancé B Huguette C.		Initiation Sol- Appareils Karine A.	APPAREILS Ostéoporose Inter C Huguette C.	APPAREILS Ostéoporose Inter B Huguette C.		APPAREILS Intermédiaire A Grégory C.C.	APPAREILS Débutant B Grégory C.C.	APPAREILS Avancé Grégory C.C.	APPAREILS Débutant A Roxane I.F.	
M A R	8h30	9h30	10h30	11h30	12h30	13h30	14h30	15h30*	17h00**	18h00	19h00	20h00
	APPAREILS Intermédiaire A Brigitte B.	APPAREILS Intermédiaire B Brigitte B.	APPAREILS Ostéoporose Inter B Brigitte B.	Initiation Sol- Appareils Karine A.	APPAREILS Intermédiaire A Roxane I.F.	APPAREILS Débutant Roxane I.F.	APPAREILS Débutant B Brigitte B.	APPAREILS Pilates- Étirements Brigitte B.	SOL (salle app.) Intermédiaire 2 Roxane I.F.	APPAREILS Avancé Roxane I.F.	APPAREILS Intermédiaire A Roxane I.F.	APPAREILS Débutant Roxane I.F.
M E R	9h30	10h30		12h00	13h00			17h00	18h00	19h00	20h00	
	APPAREILS Débutant A/B Grégory C.C.	APPAREILS Avancé A Grégory C.C.		APPAREILS Intermédiaire IRDPQ Grégory C.C.	APPAREILS Débutant Roxane I.F.			APPAREILS Intermédiaire A Grégory C.C.	APPAREILS Intermédiaire B Grégory C.C.	APPAREILS Débutant B/C Marie-Josée P.	APPAREILS Coureurs- Marcheurs Marie-Josée P	
J E U	8h30	9h30	10h30	11h30	12h30	13h30		17h00	18h00	19h00	20h00	
	APPAREILS Intermédiaire A Brigitte B.	APPAREILS Intermédiaire Brigitte B.	APPAREILS Inter-Avancé Brigitte B.	APPAREILS Avancé Brigitte B.	APPAREILS Ostéoporose Débutant/A Brigitte B.	APPAREILS APA 2 Brigitte B.		APPAREILS Débutant Grégory C.C.	APPAREILS Pilates Intervalles- Avancé Grégory C.C.	APPAREILS Débutant Grégory C.C.	APPAREILS Débutant A/B Grégory C.C.	
V E N		9h30	10h30	12h00	13h00	14h00	15h00					
		APPAREILS Inter- Avancé/Avancé Guylaine T.	APPAREILS Intermédiaire A Brigitte B.	Initiation Sol-Appareils Brigitte B.	APPAREILS Intermédiaire B Brigitte B.	APPAREILS Débutant Brigitte B.	APPAREILS Ostéoporose Débutant A/B Brigitte B.					
S A M		9h30	10h30	11h30	12h30							
		APPAREILS Avancé Roxane I.F.	APPAREILS Intermédiaire Roxane I.F.	APPAREILS Inter-Avancé Roxane I.F.	APPAREILS Débutant ???							

**Sol dans la Salle appareils

*Pilates-Étirements - Durée 1h30 – 215\$ + Taxes

Tarifs :

Session 7 semaines	SOL	APPAREILS	Combinaisons	Initiation Sol + Appareils	Appareils-Étirements 1h30
1 cours/semaine	115\$ + Taxes (132,22\$)	145\$ + Taxes (166,71\$)	-	125\$ + Taxes (143,72\$)	215\$ + Taxes (247,20\$)
2 cours/semaine	210\$ + Taxes (241,45)	270\$ + Taxes (310,43\$)	-	-	-
3 cours/semaine	305\$ + Taxes (350,67\$)	395\$ + Taxes (454,15\$)	-	-	-
1 sol + 1 appareil / semaine	-	-	240\$ + taxes (275,94\$)	-	-
1 sol + 2 appareils / semaine	-	-	365\$ + Taxes (419,66\$)	-	-
2 sols + 1 appareil / semaine	-	-	335\$ + Taxes (385,17\$)	-	-