

HORAIRE DES COURS

LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WED.	JEUDI THURS.	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SAT.	DIM. SUNDAY
9H00 Zumba® 1hr Martine	8h15 Yoga Matinal 1hr Megane					
		9h15 *Trampoline Fit 1hr Wilbert	9h15 Zumba® 1hr Marie-Eve	9h15 Kick Tonus 1hr Wesner	Nous vous invitons à <u>consulter régulièrement notre page Facebook Gym St Sauveur</u> afin de vous tenir informé des modifications que nous pourrions apporter à l'horaire. Merci. Nous vous souhaitons une excellente session.	
			10h30 Stretching 1hr Wesner	10h30 Force et résistance 1hr Wesner		
17h30 HIIT Virginie		17H30 Crossforme 1hr Wilbert		17H30 Zumba® 1hr Virginie		

Suite aux exigences sanitaires, nous sommes dans l'obligation de réduire le nombre de personnes permises dans la salle d'aérobic à **Maximum 16** par cour au même moment.

Nous demandons votre collaboration S.V.P, veuillez réserver seulement 1 cours par jour afin de donner la chance à d'autres membres sauf si un place se libère.

Vos séances de cours devront être réservées cinq (5) jours à l'avance sur le site web. www.gymsts.com
 Cliquez l'onglet : **Réservez votre accès.**

LES COURS SERONT ANNULÉS S'IL Y A 6 PERSONNES OU MOINS

Tous vos accessoires (sacs et effets personnels) doivent être laissés dans les cassiers.

Membre: *Trampoline Fitness 12 cours 60\$ +taxes à partir du 1 septembre,2021.

Non Membre: *Trampoline Fitness 12 cours 99\$ + taxes à partir du 1 septembre,2021.

Merci . Gym Saint Sauveur