



**Cours de Yoga et mise en forme en salle**

Été 2010 - 11 semaines

28 juin au 12 septembre 2010

450-585-1188


[info@cardiotonix.com](mailto:info@cardiotonix.com)

[www.cardiotonix.com](http://www.cardiotonix.com)

**Nouveaux cours cet été ! Yoga Plein Air dans les 4 parcs!**

*Nouveaux locaux plus grands et spacieux avec le même service personnalisé.*

*\*Cours non jumelables aux cours Cardio Plein Air ou de Marche Nordique \**

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
		9 h 15 à 10 h 30 Yoga Plein Air Parc Lebel Dyna			9 h à 10 h 15 Super Tonix 1 et 2 Salle Prana Nathalie	
		8 h 45 à 10 h Super Tonix 1 et 2 Salle Prana Nathalie		8 h 45 à 9 h 45  Nathalie		
10 h 15 à 11 h 15 Cardio maman bébé et femmes enceintes Magalie				9 h 45 à 11 h Yoga Multi-Niveaux Salle OM Marjolaine		9 h 30 à 10 h 45 Pilates Plein Air Parc Lebel Marie-Ève
18 h 30 à 19 h 45 Yoga 1 et 2 Salle OM Sylvie			18 h 30 à 19 h 45 Pilates 1 et 2 Salle Lotus Marie-Eve			
18 h 45 à 19 h 45 Body Shape Salle Prana Valérie						
			18 h 30 à 19 h 30 Body Shape Salle Prana Jessika			
20 h à 21 h Défi BootCamp Salle Prana Nathalie	19 h 45 à 21 h Super Tonix 1 et 2 Salle Prana Patricia	20 h à 21 h 15 Yoga Multi -Niveaux Salle Lotus Marjolaine	20 h à 21 h 15 Kick BootCamp Salle Prana Nathalie			

Cet horaire sera mis à jour et affiché sur le babillard en salle régulièrement Mis à jour le 16 - 06 -2010