



Veillez noter les remplacements suivants,

Please take note of the following replacement:

Date	Heure	Jour de la semaine	Cours	Instructeur absent	Instructeur remplaçant
22 juillet	8h30-9h30	jeudi	Body design	Magalie	Amber
24 juillet	9h30-11h	samedi	intervalles	Magalie	Élaine
26 juillet	16h30-17h50	lundi	intervalles	Magalie	Élaine
26 juillet	18h15-19h15	lundi	spinning	ANNULÉ	
27 juillet	16h30-17h50	mardi	intervalles	Magalie	Élaine
28 juillet	16h30-17h50	mercredi	intervalles	Magalie	Élaine
29 juillet	8h30-9h30	jeudi	Body design	Magalie	Amber
29 juillet	9h30-10h30	jeudi	zumba	Maryève	Caroline
31 juillet	9h30-11h	samedi	intervalles	Magalie	Élaine
23 aout	10h30-11h30	lundi	Zumba	Maryève	
2 aout	18h-19h	lundi	Bootcamp	ANNULÉ	
4 aout	18h-19h	mercredi	Bootcamp	ANNULÉ	

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
					8 h 30 - 9 h 30 SPINNING ÉLAINE	
9 h - 10 h 15 TABATA ÉLAINE	9 h 15 - 10 h 15 MUSCLE MANIA ÉLYSA M	8 h 45 - 9 h 45 TOTAL BODY CONDITIONNING ÉLAINE	8 h 30 - 9 h 30 BODY DESIGN MAGALIE		9 h 30 - 10 h 30 INTERVALLES MAGALIE	9 h 30 - 10 h 30 TABATA ÉLAINE
10 h - 10 h 15 ABDOS EXPRESS ÉLAINE	10 h - 11 h YOGA DOUX ÉLISA	9 h 45 - 10 h 45 ÉTIREMENTS ANDRÉ	9 h 30 - 10 h 30 EXENTRICS ANDRÉ	9 h 30 - 10 h 30 CARDIO DANSE AMBER	10 h 30 - 10 h 50 ABDOS FESSES CUISSSES MAGALIE	11 h - 12 h ZUMBA Fitness/Toning NATHALIE
10 h 30 - 11 h 30 ZUMBA MARYEVE	10 h 20 - 11 h 20 ZUMBA ÉLYSA M		10 h 30 - 11 h 30 ZUMBA MARYEVE	10 h 30 - 11 h 30 YOGA DÉTENTE AMBER	11 h - 12 h ZUMBA Fitness/Toning NATHALIE	

16 h 30 - 17 h 30 INTERVALLES MAGALIE	16 h 30 - 17 h ABDOS FESSES CUISSSES express MAGALIE	16 h 30 - 17 h 30 INTERVALLES MAGALIE
17 h 30 - 17 h 50 ABDOS FESSES CUISSSES express MAGALIE	17 h - 17 h 50 INTERVALLES MAGALIE	17 h 30 - 17 h 50 ABDOS FESSES CUISSSES express MAGALIE

18 h - 19 h BOOTCAMP CHRISTOPHER	18 h - 19 h STEP ÉLAINE	18 h - 19 h BOOTCAMP CHRISTOPHER	17 h 45 - 18 h 45 POWER CIRCUIT VASSO
18 h 15 - 19 h 15 SPINNING JOCELYN	19 h 15 - 20 h 15 ZUMBA Fitness/Toning NATHALIE	19 h 15 - 20 h - 30 YOGA STELLA	19 h - 20 h ZUMBA Fitness/Toning NATHALIE
18 h 30 - 19 h 30 HATHA YOGA ÉLISA			
19 h - 19 h 45 h TABATA VASSO			

Légende :

SALLE D'AÉROBIE	SALLE DE SPINNING	INSCRIPTIONS \$\$\$
-----------------	-------------------	---------------------