

Club  
de Conditionnement  
Physique  
de St-Laurent  
**ÉTÉ , 2026**  
Accès libre  
a tous les cours

**ÉTÉ , 2026**  
**Du:6 juillet**  
**Au: 22 aout**  
**(7 semaines)**

Tous les cours auront lieu au  
CDL:Centre des loisirs  
1375 rue Grenet,  
St-Laurent

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
CDL 18h30- 19h15 Pilates Local #225 Tania 19h30- 20h00 Yoga Stretch & Relax	CDL 18h30- 19h30 YOGA Local #225 Nadine	CDL 18h30- 19h30 ESSENT RICS #225 Francine	CDL 18h30- 19h30 Pilates Local #225 Nadine	CDL 18h30- 19h30 YOGA Local #225 Tania	CDL Zumba Cardio 10h00- 11h00 #138 Laurie
CDL 18h30- 19h15 Cardio Mix #138 Steven	CDL 18h30- 19h30 Zumba #138 Laurie	CDL 18h30- 19h15 Cardio Mix #138 Steven	CDL 18h30- 19h30 Zumba #138 Laurie		CDL 11h10- 12h10 YOGA Local #138 Nadine
CDL 19h15 20h00 Tonus HIIT		CDL 19h15- 20h00 Tonus HIIT			

**Inscriptions: (au comptoir d'accueil)**  
**Centre des loisirs (1375 rue Grenet)**  
**Lundi au vendredi**  
**9h00 à 12h00 et de 13h00 à 16h00**

**Paiement : par chèque seulement au**  
**comptoir.**  
**A l'ordre du: Club de Cond.Phys. de St-**  
**Laurent**  
**Pour les Paiements comptant veuillez**  
**contacter le Club par courriel**

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Nom \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Ville \_\_\_\_\_

Code Postal \_\_\_\_\_

Téléphone \_\_\_\_\_

Courriel \_\_\_\_\_

Montant \$ \_\_\_\_\_ Cheque # \_\_\_\_\_

**CONDITIONS**

-L'administration et/ou le prof se réserve le droit de refuser et d'annuler l'inscription si la personne est considérée incapable ou a risque pour elle-même ou pour les autres membres..

-Tous les changements seront annoncés par les instructeurs & communiqués par courriel aux membres.

- L'horaire des cours peut être modifié ou annulé sans préavis.

-Nous nous réservons le droit de changer les cours ou les remplacer selon les disponibilités des salles et des instructeurs

- Il n'y aura pas de cours les jours fériés officiels.

- Le manque de respect et de harcèlement ne sera pas toléré et entraînera l'expulsion du membre et a l'annulation de son inscription sans remboursement.

**TARIFF: \$145.00/ 7 semaines**

**Courriel: [cdcphvsl@gmail.com](mailto:cdcphvsl@gmail.com)**

**Site Web: [www.clubexercice.ca](http://www.clubexercice.ca)**