

Club  
de Conditionnement  
Physique  
de St-Laurent  
**PRINTEMPS-1, 2024**  
Accès libre  
a tous les cours

**PRINTEMPS-1, 2024**  
Du 11 mars  
Au 4 mai  
Les cours auront lieu dans  
deux endroits différents

CDL: Centre des loisirs

CS: Complexe Sportif  
3eme etage Salle Multi

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM
<b>CDL</b> 18h30- 19h30 <b>Pilates</b> #138 Luna	<b>CDL</b> 18h30- 19h30 <b>YOGA</b> #225 Stef	<b>CDL</b> 18h00- 19h05 <b>ESSENT</b> <b>RICS</b> #137 Francine	<b>CDL</b> 18h00- 19h00 <b>Pilates</b> #225 Nadine	<b>CDL</b> 18h30- 19h30 <b>YOGA</b> #225 Stef	<b>CDL</b> <u>Zumba</u> <u>Cardio</u> 10h00- 11h00 #225 Laurie
<b>CS</b> 18h00- 19h00 <b>Aerobi</b>  Steven <b>Compl.</b> <b>Sport.</b>	<b>CDL</b> 18h30- 19h30 <u>Zumba</u> #138 Ruth	<b>CS</b> 18h00- 19h00 <b>Aerobi</b>  Steven <b>Compl.</b> <b>Sport.</b>	<b>CDL</b> 18h00- 19h00 <u>Zumba</u> #138 Laurie		<b>CDL</b> 10h00- 11h00 <u>YOGA</u> Local #228 Luna
<b>CS</b> 19h00- 20h00 <b>Tonus</b>  Steven		<b>CS</b> 19h00- 20h00 <b>TONUS</b>  Steven	<b>CDL</b> 19h00- 19h30 <u>Zumba</u> <b>Tonus</b> #138 Laurie		

**Soiree des inscriptions: Le 4 mars de 18h a 19h30**  
**Au CDL a l'entree. OU:-**  
**Inscriptions: Au Centre des loisirs & Complexe Sportif**  
**tous les jours. SVP vérifier les heures d'ouverture**  
**Ou envoyez nous un courriel pour un rendez vous.**

**PAIEMENT PAR CHEQUE OU COMPTANT**  
Émettre le chèque à l'ordre de:  
*Club de conditionnement physique St-Laurent*

FORMULAIRE D'INSCRIPTION

Nom \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Ville \_\_\_\_\_

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

Téléphone \_\_\_\_\_

Courriel \_\_\_\_\_

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

**Aucun remboursement ne sera accordé**

- 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 selon les disponibilités des salles et des instructeurs
- Il n'y aura pas de cours les jours fériés officiels

**TARIFF: \$160.00/ 8 semaines**  
**(taxes incluses)**

Pour plus d'informations envoyez nous un courriel SVP.

**Courriel: cdcphvsl@gmail.com**  
**Site Web: www.clubexercice.ca**