

LOISIRS SAINTS-MARTYRS-CANADIENS

# SESSION PRINTEMPS 2022

**Ils restent quelques places dans les  
activités pour adultes suivantes :**

Yoga Multi-niveaux (5 cours , les lundis , 19h à 20h15, 45\$)

Yoga Débutant (7 cours ,les mercredis, 9h30 à 10h30 , 63\$)

Pilates(4 cours, les vendredis , 13h30 à 14h30, 40\$)

Cardio plus tonus en intervalles(13 cours , les lundi et mercredi, 19h00-20h00,60\$)

Abdos tonus et stretching(13 cours , les lundi et mercredi, 20h15-21h15,60\$)

Étirement pour aînés(6 cours, les lundis, 9h30 à 10h30 ,40\$)

Danse tonus pour aînés(6 cours, les jeudi , 9h30 à 10h30, 40\$)



**INSCRIPTION EN PERSONNE AU BUREAU  
10125 RUE PARTHENAIS, MONTRÉAL, H2B2L6**

**OU**

**INSCRIPTION PAR TÉLÉPHONE AU 514-872-5333**