

Centre Père-Marquette Horaire Des Cours D'Approches Alternatives Mode virtuel - ZOOM

12 octobre 2020

Cours	Journée	Heure	Responsable	Lien ZOOM
Qi Gong	Lundi	11h-12h30	Johanne	Cours - ZOOM
Qi Gong	Lundi	18h30-20h	Johanne	Cours - ZOOM
Qi Gong	Mercredi	11h-12h30	Johanne	Cours - ZOOM
Yoga/Méditation Débutant	Mercredi	18h30-19h45	Mélanie	Cours - ZOOM
Yoga/Méditation Intermédiaire	Mercredi	20h-21h25	Mélanie	Cours - ZOOM

Horaire Des Cours De Conditionnement Physique Mode virtuel - ZOOM

12 octobre 2020

Cours	Journée	Heure	Responsable	Lien ZOOM
Pilates Posture et dos	Lundi	9h30-10h20	Mathieu	Cours - ZOOM
Yoga-Abdos	Lundi	18h05-18h55	Ariana	Novembre seulement
Cardio-Dance	Lundi	19h05-19h55	Ariana	Novembre seulement
Aérobic tonus	Lundi	18h05-18h55	Isabelle	Novembre seulement
Bootcamp	Lundi	19h05-19h55	Isabelle	Novembre seulement
Stretching	Mardi	17h05-17h55	Mathieu	Cours - ZOOM
Tabata	Mardi	19h05-19h55	Ariana	Novembre seulement
HIIT	Mardi	18h05-18h55	Mathieu	Cours - ZOOM
Zumba	Mardi	19h05-19h55	Charlotte	Cours - ZOOM
Yoga	Mercredi	8h15-9h05	Céline	Novembre seulement
Yoga/Méditation Débutant	Mercredi	18h30-19h45	Mélanie	Cours - ZOOM
Yoga/Méditation Intermédiaire	Mercredi	20h-21h25	Mélanie	Cours - ZOOM
Abdos-fessiers	Mercredi	18h05-18h55	Mathieu	Cours - ZOOM
Pilates	Mercredi	19h05-19h55	Mathieu	Cours - ZOOM
Aérobic tonus	Mercredi	18h05-18h55	Émilie	Cours - ZOOM
Bootcamp	Mercredi	19h05-19h55	Émilie	Cours - ZOOM
Pilates	Jeudi	9h-9h50	Johanne	Cours - ZOOM
Yoga Maman-Bébé	Jeudi	10h-10h50	Véronique	Cours - ZOOM
Essentrics	Jeudi	18h05-18h55	Vicky	Novembre seulement
Fitness boxe	Jeudi	18h05-18h55	Julie	Novembre seulement
Yoga flexibilité	Jeudi	19h05-19h55	Mélanie	Cours - ZOOM
Zumba	Jeudi	18h05-18h55	Julie	Cours - ZOOM
Strong Nation	Jeudi	19h05-19h55	Yan	Cours - ZOOM
Yoga Hatha Flow	Vendredi	9h-9h50	Véronique	Cours - ZOOM
Pilates	Vendredi	17h05-17h55	Mathieu	Cours - ZOOM
Yoga doux & Yin	Vendredi	18h05-18h55	Cristina	Cours - ZOOM
Cross-Training	Vendredi	18h05-18h55	Mathieu	Cours - ZOOM
Zumba kids	Samedi	9h-9h50	Charlotte	Cours - ZOOM
Zumbini	Samedi	10h-10h50	Charlotte	Cours - ZOOM

Horaire Des Cours De Langue Mode virtuel - ZOOM

12 octobre 2020

Cours	Journée	Heure	Responsable	Lien ZOOM
Espagnol Conversation Débutant 1-2	Lundi	19h-21h	Kamerina & Manuel	Cours - ZOOM
Espagnol Conversation Intermédiaire 1 & 2	Mardi	19h-21h	Kamerina & Manuel	Cours - ZOOM

Horaire Des Cours De Danse Adulte Mode virtuel - ZOOM

12 octobre 2020

Cours	Journée	Heure	Responsable	Lien ZOOM
Baladi débutant	Mercredi	18h30-19h30	Naïma	Cours - ZOOM
Baladi intermédiaire & avancé	Mercredi	19h30-20h30	Naïma	Cours - ZOOM
Danse Hawaïenne intermédiaire & avancé	Jeudi	18h30-19h30	Naïma	Cours - ZOOM
Danse Hawaïenne débutant	Jeudi	19h30-20h30	Naïma	Cours - ZOOM