

Janvior 2023

Horaire des activités au pavillon Gilles-Giroux

dim.	lun.	mar.	mer.	jeu.	ven.	sam.
1	2	3 <i>Zumba 19 h 15 à 20 h</i>	4	5 <i>Zumba 19 h 15 à 20 h</i>	6	7
8	9	10 <i>Tai-chi 13 h 30 à 15 h</i> <i>Zumba 19 h 15 à 20 h</i>	11 <i>Yoga 17 h à 18 h</i> <i>Tai-chi 19 h à 20 h 30</i>	12 <i>Zumba 19 h 15 à 20 h</i>	13	14
15	16	17 <i>Tai-chi 13 h 30 à 15 h</i> <i>Zumba 19 h 15 à 20 h</i>	18 <i>Yoga 17 h à 18 h</i> <i>Tai-chi 19 h à 20 h 30</i>	19 <i>Zumba 19 h 15 à 20 h</i>	20	21
22	23	24 <i>Tai-chi 13 h 30 à 15 h</i> <i>Zumba 19 h 15 à 20 h</i>	25 <i>Yoga 17 h à 18 h</i> <i>Tai-chi 19 h à 20 h 30</i>	26 <i>Zumba 19 h 15 à 20 h</i>	27	28
29	30	31 <i>Tai-chi 13 h 30 à 15 h</i> <i>Zumba 19 h 15 à 20 h</i>				

Yoga :Pour informations, Chantal Arsenault, 438-522-3269, chantalayoga@gmail.com - minimum de 4 participants requis - les mercredis du 11 janvier au 22 mars 2023.

Tai-chi :Pour informations, Guy Côté, 450-378-8977, taivelo@live.ca - les mardis du 10 janvier au 28 mars et les mercredis du 11 janvier au 29 mars 2023.

Zumba :Pour informations, Tina Van-Tilborgh, tina_van_tilborgh@hotmail.com - les mardis et jeudis du 3 janvier au 26 janvier et du 21 février au 30 mars 2023.