



CARDIO POUSSETTE

Jusqu'au 13 novembre 2008

Inscriptions en tout temps

MARDIS & JEUDIS à 10 h 30

Programme de mise en forme en plein air par le biais de la marche rapide et d'exercices musculaires diversifiés. Il y en a pour tous les niveaux. Au plaisir de vous rencontrer,

Hélène Laroche

Ed. Phys. et maman de Marie et Léa
819-568-2551
helene@coquelicot.ca

L'horaire...

MARDIS ET JEUDIS 10 h 30 à 11 h 30
Septembre : Centre communautaire Limbour
Octobre : Centre Asticou
Novembre : Lac Leamy

Frais d'inscription ...

À la carte :

- 11 à 22 cours : 9,50*/cours
- 1 à 10 cours : 11*/cours

*les taxes sont incluses

Méthodes de paiement...

- Intérac
- Visa
- Master Card
- Chèque
- Comptant

Les paiements peuvent s'effectuer par téléphone en appelant au centre Corps Esprit 819.775.ETRE

Équipements requis...

- Bouteille d'eau
- Tapis d'exercices ou grande couverture
- Poussette

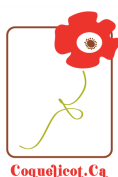
Allaitement et biberon...

Au besoin, vous pourrez nourrir votre bébé pendant le cours. Vous aurez l'occasion de rejoindre le groupe pour poursuivre le cours.

La météo est incertaine...

Je prendrai la décision 1 heure avant le cours pour la tenue ou l'annulation du cours. Téléphonez chez Corps Esprit au 819.775.ETRE ou sur mon cellulaire au 819-568-2551

Précieux Partenaires...



Coquelicot.Ca

Coquelicot.Ca

Boutique virtuelle

Des items uniques pour maman et bébé. Produits exclusifs ! Venez les voir au www.coquelicot.ca

Centre Corps.Esprit

121, Jean-Proulx, Gatineau
819-771-3873

- Yoga
- Pilates
- Massothérapie
- Ostéopathie
- Pré/postnatal

