

LE CENTRE DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET BIEN-ÊTRE CPLC J.J.P. LEGAULT

Horaire Pour la gymnase. Printemps 2026 (Cours de yoga à Canex)

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi et dimanche
MILITAIRES ACTIFS ET LEURS EPOUSE UNIQUEMENT (06h00-09h00)					Public
EP militaire 06h00-09h00	EP militaire 06h00-09h00	Militaire gymnase libre 06h00-09h00	EP militaire 06h00-09h00	EP militaire 06h00-09h00	
RÉSERVÉ POUR MILITAIRES ET LES MEMBRES (09h00-16h00)					gymnase libre 08h00-12h00
Militaire & Membre gymnase libre 10h15-11h45	Test de FORCE 09h00-10h00	EP Unité 0900-1100	Test de FORCE 09h00-10h00	Militaire & Membre gymnase libre 10h15-11h45	
	Militaire & Membre gymnase libre 10h15-11h45		Militaire & Membre gymnase libre 10h15-11h45		
Force et Conditionnement 12h00-12h45	"HIIT" 12h00-12h30	Yoga 12h00-12h45	"HIIT" 12h00-12h30	Prép. FORCE 12h00-12h45	
Militaire & Membre gymnase libre 13h00-14h00	Militaire & Membre gymnase libre 13h00-14h00	Militaire & Membre gymnase libre 11h45-14h00	Militaire & Membre gymnase libre 13h00-14h30	Militaire & Membre gymnase libre 13h00 to 16h00	
EP Militaire 14h30-15h30	EP Militaire 14h30-15h30	EP Militaire 14h30-15h45	EP Militaire 15h00-16h00		
MILITAIRES ACTIFS, MEMBRES ET LA PUBLIC (16h00-20h45)					*Fêtes/Réservations 12h30-15h30
Sports Militaire 16h00-17h45	Sport Militaire 15h45-17h15	gymnase libre 16h00-17h45	Sport Militaire 15h45-17h20	gymnase libre 18h00-20h45	
gymnase libre 18h00-20h45	Yoga: 17h30-18h30		Soirée racquette 18h00- 20h45		*Mur D'Escalade 13ans + 18h00-19h30
	*Mur d'Escalade 6ans à 12ans 18h00-19h30	gymnase libre 19h30-20h45			
	gymnase libre 19h30-20h45 (moitié)			*Escalade 13ans + 1930-2100	
FERMÉ 21h00					FERMÉ 18h00



**L'horaire peut être modifié sans préavis

* frais supplémentaires