



Decembre Rec Fitness



Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
1. 	2 18h-19h Spin avec Mel	3 9-10h Spin avec Paula 18h-19h Fitness souterrain avec Tony	4 18h-19h Spin avec Jess	5 18h-19h Fitness souterrain avec Krista	6	7 9-10h Fitness souterrain avec Tony
8	9 18h-19h Spin avec Mel	10 9-10h Spin avec Paula 18h-19h Fitness souterrain avec Tony	11 18h-19h Spin avec Jess	12 18h-19h Fitness souterrain avec Krista	13	14 9-10h Fitness souterrain avec Tony
15	16 18h-19h Spin avec Mel	17 9-10h Spin avec Paula 18h-19h Fitness souterrain avec Tony	18	19 18h-19h Fitness souterrain avec Krista	20	21 9-10h Fitness souterrain avec Tony
22	23	24	25 <i>Joyeuses fêtes</i>	26	27	28
29	30	31				



**Cours
d'entraînement
pour adultes
Tarifs d'entrée :
Membre du CER :
8,05
Non-membre du
REC : 10,50
Taxes incluses**

**Les cours de
conditionnement
physique se
termineront pour
les fêtes le 21
décembre 2024 et
reprendront le 6
janvier 2025.**

