



# REC Fitness de Octobre 2024



Dimanche

Lundi

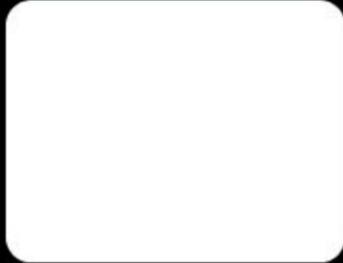
Mardi

Mecredi

Jeudi

Vendredi

Samedi



1 Spin avec Paula  
09h-10h Fitness  
souterrain avec  
Tony 18h-19h

2  
18-19h Spin  
avec Jess

3  
12-13h Yoga avec  
Shayna  
18-19h fitness  
souterrain avec Krista



5  
9-10h Fitness  
souterrain  
avec Tony

6

7  
18-19h Spin  
avec Melanie

8  
18h-19h Fitness  
souterrain avec  
Tony

9  
18-19h Spin  
avec Jess

10  
12-13h Yoga avec  
Shayna  
18-19h fitness  
souterrain avec Krista



12  
9-10h Fitness  
souterrain  
avec Tony

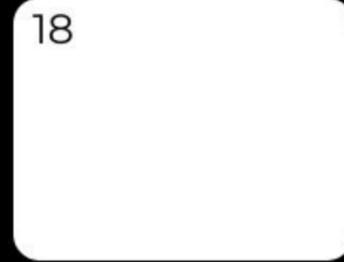
13



15  
18h-19h Fitness  
souterrain avec  
Tony

16  
18-19h Spin  
avec Jess

12-13h Yoga avec  
Shayna  
18-19h fitness  
souterrain avec Krista



19  
9-10h Fitness  
souterrain  
avec Tony

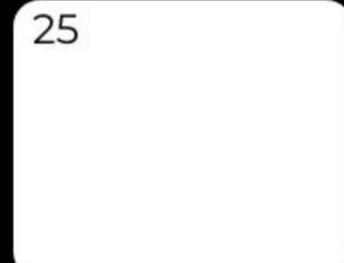
20

21  
18-19h Spin  
avec Melanie

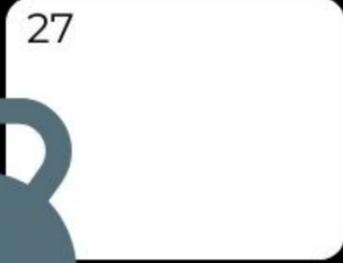
22  
18h-19h Fitness  
souterrain avec  
Tony

23  
18-19h Spin  
avec Jess

24  
12-13h Yoga avec  
Shayna  
18h-19h Fitness  
souterrain avec Krista



26  
9-10h Fitness  
souterrain  
avec Tony

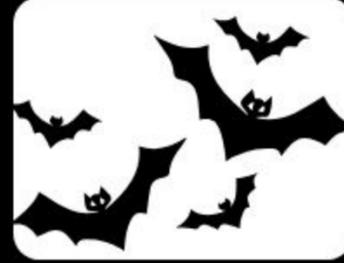


28  
18-19h Spin  
avec Melanie

29  
18h-19h Fitness  
souterrain avec  
Tony

30  
18-19h Spin  
avec Jess

31  
12-13h Yoga avec  
Shayna  
18h-19h Fitness  
souterrain avec Krista



**Cours  
d'entraînement pour  
adultes**

**Tarifs d'entrée :  
Membre du CER :  
8,05**

**Non-membre du  
REC : 10,50  
Taxes incluses**

**Vous cherchez un  
abonnement à un  
cours de fitness ou  
une carte perforée ?  
Rendez-vous au  
bureau du CER  
pendant les heures  
d'ouverture.**

