

# Carrefour du mouvement

Programme juin 2023

Du 1 au 9 juin

gratuit  
sans inscription

jeudi

01

18h30-19h30

**Zumba**

dimanche

04

11h-19h

**Grand parc à gonflables**

15h-16h

**Zumba parents enfants**

16h-19h

**Archery Tag**

lundi

05

18h30-19h30

**Cross-training** Prendre tapis ou linge

mardi

06

18h30-19h30

**Yoga** Prendre tapis ou linge

mercredi

07

18h30-19h30

**Salsa**

jeudi

08

18h30-19h30

**Street Workout** Prendre tapis ou linge

vendredi

09

9h30-10h30

**Gym douce sur banc actif – seniors**

# Carrefour du mouvement

## Programme juin 2023

Du 12 au 25 juin

**gratuit**  
sans inscription

lundi

**12**

18h30-19h30

**Pilates** Prendre tapis ou linge

mardi

**13**

18h30-19h30

**Cross-training** Prendre tapis ou linge

mercredi

**14**

18h30-19h30

**Street Workout – femme** Prendre tapis ou linge

jeudi

**15**

18h30-19h30

**Zumba**

lundi

**19**

18h30-19h30

**Cross-training** Prendre tapis ou linge

mardi

**20**

18h30-19h30

**Yoga** Prendre tapis ou linge

mercredi

**21**

18h30-19h30

**Salsa**

jeudi

**22**

18h30-19h30

**Street Workout** Prendre tapis ou linge

dimanche

**25**

16h-19h

**Archery Tag**

# Carrefour du mouvement

Programme juin 2023

Du 26 au 29 juin

gratuit  
sans inscription

lundi

26

18h30-19h30

**Pilates** Prendre tapis ou linge

mardi

27

18h30-19h30

**Cross-training** Prendre tapis ou linge

mercredi

28

18h30-19h30

**Cardio-boxing**

jeudi

29

18h30-19h30

**Zumba**