



Automne 2024-CENTRE REST'ACTIF

14, route du Président-Kennedy, Lévis, G6V 6C2

Début : Semaine du 9 Septembre 2024 Durée : Session de 13 semaines

Congé férié le lundi 14 octobre 2024

HORAIRE Salle 1

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	8h30 – 9h30 Stretching & tonus	8h30 – 9h30 Stretching & Tonus	8h30 – 9h30 Cond. Physique	
9h15 – 10h15 Stretching & tonus	9h45 – 10h45 Stretching & tonus	9h45 – 10h45 Cond. Physique	9h45 – 10h45 Stretching & tonus	9h15 – 10h15 Stretching & Tonus
10h30 – 11h30 Cond. Physique	11h00 – 12h00 Cond. Physique	11h00 – 12h00 Stretching & Tonus	11h10 – 12h10 Zumba Gold	10h30 – 11h30 Cond. Physique
13h00 – 14h00 Cond. Physique	13h00 – 14h00 Yoga Balles	13h00 – 14h00 Qi-Gong Santé	13h00 – 14h00 Gym Douce (aucun exercice au sol)	12h30 – 13h30 Danse en ligne Intermédiaire 1
	14h15 – 15h15 Stretching & Tonus	14h15 – 15h15 Stretching douceur (aucun exercice au sol)		13h45 – 14h45 Danse en ligne Débutant 1
	15h30 – 16h30 Gym Douce (aucun exercice au sol)			
17h15-18h15 Stretching & tonus		17h15-18h15 Cond. Physique		
18h30-19h30 Entraînement en circuit		18h45-20h00 Yoga pour tous	18h00 – 19h00 Zumba Gold	

HORAIRE Salle 2

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
			8h45 – 9h45 Pilates pour tous	
10h45-12h00 Yoga pour tous			10h00-11h00 Pilates pour tous	
13h00-14h15 Yoga avec chaise				

Entraînement Plein Air différents parcs
13 semaines

Jeudi 13h00 à 14h00

TARIF (taxes incluses)

Cours réguliers : Conditionnement physique, Stretching et tonus, stretching douceur, Gym douce, Zumba® Gold, Danse en ligne Entraînement en plein air, entraînement en circuit	1 fois /semaine	180,00 \$
	2 fois /semaine	340,00 \$
	3 fois /semaine	495,00 \$
	4 fois /semaine	645,00 \$
Cours Spécialisés (1hre) Pilates, Yoga Balles, Qi Gong Santé	1 fois /semaine	225,00 \$
	2 fois /semaine	425,00 \$
Yoga (durée 1 heure 15 min) Yoga pour tous, yoga avec chaise	1 fois /semaine	280,00\$
	2 fois /semaine	535,00\$
	3 fois /semaine	780,00\$

PROMOTION

Promotion pour les inscriptions en couple

Obtenez un rabais de 10,00\$ chacun lors de votre inscription en couple. Privilégiez l'inscription en ligne et communiquez avec nous par courriel pour vous prévaloir du rabais. Valable pour la session d'automne et d'hiver seulement.

Politique de remboursement 2024

- Dans le cas d'une annulation par REST'ACTIF, les personnes inscrites seront remboursées en totalité.
- Avant le début des cours, toute annulation par le client sera remboursée en totalité.
- Après le début des cours, **aucun remboursement ne sera accordé** à l'exception d'une raison liée à votre état de santé et ce, à compter de la date où vous nous informez de votre arrêt et sur **présentation d'un billet médical**. Le remboursement sera effectué sur la partie des cours restants, moins des frais de 10% de ce montant.
- Les frais d'administration ne sont pas remboursables.
- Aucun crédit ne sera reporté à une session ultérieure.
- Aucun tarif spécial ne sera accordé pour des raisons de voyage.
- Aucun changement de choix de cours ne sera accepté.
- Chèques sans provision : des frais de 25\$ seront exigés.

Rest'Actif 418 834-7312