



Hiver 2025-CENTRE REST'ACTIF

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

Début : Semaine du 13 Janvier 2025 Durée : Session de 13 semaines

***Sujet à changements**

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 Combo Step nouveau !	13h15 – 14h15 Entraînement Taoïste	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 2
17h15-18h15 Stretching & tonus *		17h15-18h15 Cond. Physique		
	18h45-20h00 Yoga pour tous			

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 Raquettes débutant 10 semaines	Mardi 13h30 à 14h30
Entraînement Plein Air différents parcs Raquettes initiées 10 semaines	Jeudi 13h00 à 14h30

TARIF (taxes incluses)

Cours réguliers : Conditionnement physique, Stretching et tonus, stretching douceur, Gym douce, Zumba® Gold, Danse en ligne, Combo Step	1 fois /semaine	180,00 \$
	2 fois /semaine	340,00 \$
	3 fois /semaine	495,00 \$
	4 fois /semaine	645,00 \$
Cours Spécialisés (1hre) Pilates, Entraînement taoïste	1 fois /semaine	225,00 \$
	2 fois /semaine	425,00 \$
Entraînement Raquettes débutant (10 semaines)	1 fois /semaine	140,00 \$
Entraînement Raquettes initiées (10 semaines)	1 fois /semaine	200,00 \$
Yoga (durée 1 heure 15 min) Yoga pour tous, yoga avec chaise	1 fois /semaine	280,00\$
	2 fois /semaine	535,00\$

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 2025

- 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