



PRINTEMPS 2025-CENTRE REST'ACTIF

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

Début : Le 22 avril 2025 Durée : **6 semaines**

*** Les cours du lundi débutent le 28 avril en raison du congé de Pâques**

► Les cours de yoga débutent le 5 mai

★ Les cours de Pilates ont une durée de 5 semaines (24 avril au 22 mai)

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		10h30 – 11h30 Cond. Physique
13h00 – 14h00 Cond. Physique	13h00 – 14h00 Combo Step	13h15 – 14h15 Entraînement Taoïste	13h00 – 14h00 Gym Douce (aucun exercice au sol)	13h00 – 14h00 Danse en ligne Révision Débutant 1 & 2
		14h15 – 15h15 Stretching douceur (aucun exercice au sol)		
17h00-18h00 Mise en forme Annulé		17h15-18h15 Cond. Physique Annulé		
	18h45-20h00 ► Yoga pour tous			

HORAIRE Salle 2

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
			★ 9h15 – 10h15 Pilates pour tous	
10h45-12h00 ► Yoga pour tous			★ 10h30-11h30 Pilates pour tous	
13h00-14h15 ► Yoga avec chaise	13h15 – 14h15 Stretching & Tonus			

Entraînement Plein Air Différents parc Lévis	Jeudi 13h00 à 14h00
---	---------------------

TARIF

(Incluant les taxes)

Cours réguliers : Conditionnement physique, Stretching et tonus, stretching douceur, Gym douce, Zumba® Gold, Danse en ligne, Combo Step, Entraînement plein-air, Pilates(5 semaines)	1 fois /semaine	85,00 \$
	2 fois /semaine	160,00 \$
	3 fois /semaine	235,00 \$
Cours Spécialisés (1hre) Entraînement taoïste	1 fois /semaine	105,00 \$
Yoga (durée 1 heure 15 min) Yoga pour tous, yoga avec chaise	1 fois /semaine	130,00\$
	2 fois /semaine	245,00\$

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