



Automne 2025-CENTRE REST'ACTIF

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

Début : Semaine du 8 septembre 2025 Durée : Session de 13 semaines

****La couleur bleu ciel identifie les cours sans exercice au sol****

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	9h00 – 10h00 Stretching & Tonus
10h30 – 11h30 Cond. Physique				10h15 – 11h15 Cond. Physique
	11h00 – 12h00 Cond. Physique	11h00 – 12h00 Stretching & Tonus	11h10 – 12h10 Zumba Gold	
				12h30-13h30 Danse en ligne Intermédiaire 1 ANNULÉ
		13h15 – 14h15 Entraînement Taoïste	13h00 – 14h00 Gym Douce	13h00-14h00 Danse en ligne Débutant 1
		14h15 – 15h15 Stretching douceur		
17h15-18h15 Stretching & tonus	17h15-18h15 Zumba pour tous nouveau !	17h15-18h15 Cond. Physique	17h15-18h15 Zumba pour tous ANNULÉ	
	18h45-20h00 Yoga pour tous			

HORAIRE Salle 2

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
			8h45 – 9h45 Pilates pour tous	11h00-12h15 Yoga-méditation nouveau !
10h45-12h00 Yoga pour tous			10h00-11h00 Pilates pour tous	
13h00-14h15 Yoga avec chaise			13h00 – 14h00 Combo Intervalles ANNULÉ	

HORAIRE Plein air/Lévis

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	13h30 à 14h30 Entraînement plein air Terrasse de Lévis 8 semaines			

TARIF (taxes incluses)

Cours réguliers : Conditionnement physique, Stretching et tonus, stretching douceur, Gym douce, Zumba® Gold, Zumba® pour tous, Danse en ligne, Combo Step, Combo Intervalles, Entraînement Plein-Air différents parcs	1 fois /semaine	185,00 \$
	2 fois /semaine	340,00 \$
	3 fois /semaine	500,00 \$
	4 fois /semaine	650,00 \$
Cours Spécialisés (1hre) Pilates, Entraînement taoïste	1 fois /semaine	230,00 \$
	2 fois /semaine	425,00 \$
Entraînement Plein-Air Terrasse de Lévis (8 semaines)	1 fois /semaine	100,00 \$
Yoga (durée 1 heure 15 min) Yoga pour tous, yoga avec chaise, yoga méditation	1 fois /semaine	280,00\$
	2 fois /semaine	515,00\$

Promotion pour les inscriptions en couple

Obtenez un rabais de 5% chacun lors de votre inscription en couple. *Ce rabais est valable pour la session d'automne et d'hiver seulement. **Veillez communiquer avec nous avant votre inscription pour vous prévaloir de la promotion.**

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