HORAIRE COURS DE VÉLO CARDIO

Session d'automne 2026

■ Succursale : BELVÉDÈRE

Jour	Heure	Cours	Entraîneur / Notes
Lundi	12h00 - 12h45	**VÉLO CARDIO EXPRESS**	Karine *(12 oct. au 14 déc.)*
	17h30	**VÉLO CARDIO ABDOMINAUX**	Christine *(Dès le 14 sept.)*
Mardi	17h15	**VÉLO CARDIO ABDOMINAUX**	Alexandra *(Hiver 2027)*
Jeudi	17h30 - 18h15	**VÉLO CARDIO**	Émile *(Du 26/9 au 12/11)*
Vendredi	17h15	**VÉLO CARDIO ABDOMINAUX**	Christine *(Dès le 25 sept.)*

■ Succursale : ROCK-FOREST

Jour	Heure	Cours	Entraîneur / Notes
Lundi	8h30 - 10h00	**VÉLO CARDIO BOOTCAMP**	Alexandre *(Automne 2026)*
	17h00 - 17h50	**VÉLO CARDIO**	Élise *(Dès le 25 sept. - NOUVEAU!)*
Mercredi	8h30 - 10h00	**VÉLO CARDIO BOOTCAMP**	Daniel *(Dès le 28 sept.)*
Vendredi	8h30 - 10h00	**VÉLO CARDIO BOOTCAMP**	Daniel *(Dès le 25 sept.)*
Samedi	8h00 - 8h50	**VÉLO CARDIO**	Élise *(Dès le 26 sept. - NOUVEAU!)*

**Horaire sujet à changement sans délai ou préavis.*