



Session Hiver 2010 - 3 parcs
11 janvier au 21 mars

450 676-1022
chambly.sthubert@cardiopleinair.com

Siège social
Montréal et Rive-Sud :
450 646-3699

Extérieur : 1 877 327-5530

CHAMBLY - FORT CHAMBLY - stationnement n°5, à l'intersection de la rue Caron et l'avenue Bourgogne

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9 h à 10 h 15 Cardio-Musculation Myriam	8 h 30 à 9 h 45 Cardio-Vitalité Dominique	9 h à 10 h 15 Cardio-Musculation Myriam		8 h 30 à 9 h 45 Cardio-Vitalité Laurence	8 h 15 à 9 h 30 Cardio-BootCamp Marc-André	
10 h 30 à 11 h 45 Cardio-Traîneau Julie	10 h à 11 h 15 Cardio-Traîneau Dominique	10 h 30 à 11 h 45 Cardio-Traîneau Julie	10 h à 11 h 15 Cardio-Traîneau Dominique		9 h 45 à 11 h Cardio-Musculation Marc-André	
17 h 30 à 18 h 45 Cardio-Musculation Vanessa		17 h 30 à 18 h 45 Cardio-Musculation Myriam				
	19 h à 20 h 15 Cardio-Musculation Myriam		19 h à 20 h 15 Cardio-Musculation Julie			

ST-HUBERT (Cardio-Poussette) - LA ROUTE VERTE - stationnement à l'intersection du boul. Kimber et de la rue Houde

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Aucune activité pour ce parc pour la session d'hiver						

ST-HUBERT - PARC DE LA CITÉ - stationnement au bout de la rue Gabrielle-Roy

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	8 h 45 à 10 h Cardio-Musculation Julie		8 h 45 à 10 h Cardio-Musculation Julie		10 h à 11 h 15 Cardio-Musculation Julie	
	10 h 15 à 11 h 30 Cardio-Traîneau Julie			10 h 15 à 11 h 30 Cardio-Traîneau Laurence		
	18 h 30 à 19 h 45 Cardio-Musculation Isabelle					
19 h 15 à 20 h 30 Cardio-Musculation Vanessa		19 h 15 à 20 h 30 Cardio-Musculation Sophie				

ST-BRUNO - PARC DU MONT-ST-BRUNO - stationnement P3, à gauche du poste de perception

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
8 h 45 à 10 h Cardio-Musculation Laurence		8 h 45 à 10 h Cardio-Musculation Laurence			8 h 15 à 9 h 30 Cardio-Musculation Julie	
10 h 15 à 11 h 30 Cardio-Traîneau Laurence		10 h 15 à 11 h 30 Cardio-Traîneau Laurence				
	13 h 15 à 14 h 30 Cardio-Traîneau Julie		13 h 15 à 14 h 30 Cardio-Traîneau Julie			