

LOISIRS et CULTURE

Printemps-Été 2022

RECREATION and CULTURE

Spring-Summer 2022

VILLE DE 
PINCOURT

YOGA

Description	Positions et exercices respiratoires pour entretenir une bonne santé physique et améliorer la flexibilité (Hatha Yoga).			
Catégorie	Mixte	Mixte Débutant	Mixte Intermédiaire-avancé	Yoga sur chaise
Horaire	Lundi et mercredi 10 h 30 à 12 h	Jeudi 18 h à 19 h 15	Jeudi 19 h 30 à 21 h	Vendredi 10 h 30 à 12 h
Durée	Dès le 11 avril 8 semaines	Dès le 14 avril 8 semaines		29 avril 8 semaines
Coût	130 \$	65 \$	75 \$	65 \$
Lieu	Omni-Centre			
Inscription et information	Inscription: en ligne du 28 mars au 10 avril Information: 514 453-8981, poste 229			

YOGA

Description	Breathing techniques and postures to promote good health, good balance and flexibility (Hatha Yoga).			
Category	Mixed	Mixed Beginner	Mixed Intermediate/advanced	Yoga On chair
Schedule	Monday and Wednesday 10:30 a.m. to noon	Thursday 6 p.m. to 7:15 p.m.	Thursday 7:30 p.m. to 9 p.m.	Friday 10:30 a.m. to noon
Duration	Starts April 11 8 weeks	Starts April 14 8 weeks		Starts April 29 8 weeks
Cost	\$130	\$65	\$75	\$65
Location	Omni-Centre			
Registration and information	Registration: online March 28 to April 10 Information: 514 453-8981, ext. 229			