

J'ANIME TA PLACE

GRATUIT ET OUVERT À TOUS !

MERCREDI

18 H 30-19 H 30

EXTÉRIEUR

Place Gennevilliers-Laliberté

Devant le CCSE Maisonneuve, 4375, rue Ontario Est

En cas de pluie, l'activité aura lieu à l'intérieur du CCSE Maisonneuve

DJAMBOOLA (DANSE FITNESS)

12 JUIN

YOGA

19 JUIN

ZUMBA

26 JUIN

HULA HOOP

3 JUIL

TAI-CHI

10 JUIL

MISE EN FORME EXTÉRIEURE

17 JUIL

FIL DE FER

24 JUIL

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

31 JUIL

POUND (CARDIO AVEC PERCUSSIONS)

7 AOÛT

ENTRAÎNEMENT HAUTE INTENSITÉ (HIIT)

14 AOÛT



Par le



En partenariat avec

SERVICE DES LOISIRS
St-Cle^{ment}



Mercier
Hochelaga-Maisonneuve
Montréal

www.ccse.ca

 [votrecce](https://www.facebook.com/votrecce)