



CÉGEP DE SAINTE-FOY  
Service des activités sportives

## Horaire des activités de détente Session hiver 2024

Du 29 janvier au 4 mai (13 semaines). Les activités sont annulées du 11 au 16 mars ainsi que le 29, 30 mars et le 1er avril 2024.

\*Les activités du lundi, du vendredi et du samedi se termineront le 6, 10 et 11 mai 2024.

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	<b>12 h</b> <b>Yin yoga</b> Véronique Houde (J-034)	<b>12 h</b> <b>Essentrics</b> Joëlle Turcotte (J-034)  <b>16 h 30</b> <b>Yoga Aérien</b> Dominique Pelletier (B-210)	<b>12 h</b> <b>Hatha Flow</b> Jo-Ann Rousseau (J-034)	<b>12 h</b> <b>Hathayoga</b> Jo-Ann Rousseau (J-034)	<b>10 h</b> <b>Yoga Aérien</b> Dominique Pelletier (B-210)