

# ENTRAÎNEMENTS DE GROUPE

31 AOÛT AU 23 OCTOBRE 2026

## LUNDI

9h15

**Actifs - Fondamental**  
avec Laurence

16h30

**Actifs - Progressif**  
avec Laurence / Vickie

17h30

**Actifs - Intensif**  
avec Laurence / Vickie

## MARDI

10h45

**Maman-Bébé & Bédaine**  
avec Vickie

12h05

**Actifs - Progressif  
et Intensif**  
avec Vickie

## MERCREDI

9h30

**Actifs - Progressif**  
avec Laurence

## JEUDI

16h30

**Mobilité Active**  
avec Laurence

17h30

**Actifs - Intensif**  
avec Laurence

## VENDREDI

9h30

**Actifs - Progressif**  
avec Laurence

10h45

**Maman - Bambin**  
avec Laurence



Membre de la Fédération des  
Kinésiologues du Qc

Détails et inscriptions: [www.clinique-vieactive.ca](http://www.clinique-vieactive.ca) / 819-217-9272