

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

Saison hivernale 2022

GUIDE DE L'EXPÉRIENCE WELLNESS

Entourage sur-le-Lac vous propose de nombreuses activités et une expérience complète axée sur le bien-être et l'art de vivre. Tout au long de votre séjour, vous pourrez bénéficier de commodités et d'activités qui sont rendues possibles grâce aux frais communs de séjour. À vous de profiter de notre grand terrain de jeux bonifié!

- ~ Activités sportives animées par un entraîneur
- ~ Salle d'entraînement multifonctionnelle
- ~ Feux extérieurs
- ~ Jacuzzi extérieur, ouvert de 7 h à 22 h
- ~ Fatbikes
- ~ Billard
- ~ Ping-pong
- ~ Baby-foot
- ~ Internet haute vitesse
- ~ Enomatic
- ~ Accès à l'application Pressreader

JEUDI 17 MARS

7h30 - 8h15
Spinning
avec Julie
RDV au gym

13h30 - 15h30
Bain de forêt**
avec Sylvie, naturaliste
RDV à la réception

VENDREDI 18 MARS

8h - 9h
Yoga*
avec Andréanne
RDV au gym

13h30 - 15h30
Bain de forêt**
avec Sylvie, naturaliste
RDV à la réception

SAMEDI 19 MARS

9h30 - 10h30
Yoga*
avec Élie
RDV au gym

13h30 - 15h30
Bain de forêt**
avec Sylvie, naturaliste
RDV à la réception

DIMANCHE 20 MARS

JEUDI 24 MARS

7h30 - 8h15
Spinning
avec Julie
RDV au gym

13h30 - 15h30
Bain de forêt**
avec Sylvie, naturaliste
RDV à la réception

VENDREDI 25 MARS

8h - 9h
Yoga*
avec Andréanne
RDV au gym

13h30 - 15h30
Bain de forêt**
avec Sylvie, naturaliste
RDV à la réception

SAMEDI 26 MARS

9h30 - 10h30
Yoga*
avec Élie
RDV au gym

13h30 - 15h30
Bain de forêt**
avec Sylvie, naturaliste
RDV à la réception

DIMANCHE 27 MARS

9h30 - 10h30
Yoga*
avec Véronique
RDV au gym

Description des activités

* Pour les activités, **RÉSERVEZ** votre place avant 21h le soir précédent.

** Bain de forêt: Préparez-vous à marcher 5 km dans les bois. Procurez-vous une paire de raquettes à la réception.

Le **FUN CLUB** sera supervisé les vendredis de 17h à 20h, ainsi que les samedis entre 10h et 18h. Aucune supervision le dimanche.

Ce calendrier est sujet à changement.

**BIEN DORMIR.
BIEN BOUGER.
BIEN MANGER.
BIEN BOIRE.**