

Horaire des activités

Hiver 2024

Lundi

Gymnastique sensorielle et Méditation pleine présence (Virtuel)

13 h 30 à 15 h 00

Du 15 janv. au 25 mars

Yoga oncologie (Virtuel)

18 h 00 à 19 h 00

Du 15 janv. au 25 mars

Mardi

Kinésiologie (Présentiel*)

11 h 00 à 12 h 00

Du 16 janv. au 26 mars

Sophrologie (Présentiel*)

13 h 30 à 15 h 00

Du 16 janv. au 26 mars

Mercredi

Kinésiologie (Virtuel)

17 h 00 à 18 h 00

Du 17 janv. au 27 mars

Sophrologie (Virtuel)

18 h 30 à 20 h 00

Du 17 janv. au 27 mars

Jeudi

ANNULÉ

Tai Chi (Présentiel)

13 h 30 à 15 h 00

Du 18 janv. au 28 mars

Vendredi

Yoga oncologie (Virtuel)

10 h 00 à 11 h 00

Du 19 janv. au 29 mars

**Pour inscription, information ou
pour prendre rendez-vous :**

info@oqpac.com

418 529-1425

www.oqpac.com

* Le présentiel est conditionnel à un nombre minimal d'inscriptions.

** Tarifs réduits pour les membres de l'OQPAC.

Notez qu'il y aura une semaine de relâche entre le 4 et le 10 mars 2024. Aucune activité ne sera offerte durant cette période.