

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

Été 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
- ~ Piscine ouverte de 8h à 22h (après 20h : adultes seulement) – Jacuzzi extérieur (ouvert de 7h à 23h)
- ~ Activités nautiques telles que Planche à pagaie (SUP), Kayak et Canot (disponibles de 8h à 20h)
- ~ Vélos hybrides
- ~ Terrain de volleyball
- ~ Billard
- ~ Ping-pong
- ~ Baby-foot
- ~ Internet haute vitesse
- ~ Enomatic
- ~ Accès à l'application Pressreader
- ~ Départ privilégié au Golf La Tempête

LUNDI 20 JUIN

7h - 8h
Yoga*
avec Andréanne
RDV au gym

MARDI 21 JUIN

7h - 8h
Yoga*
avec Andréanne
RDV au gym

MERCREDI 22 JUIN

7h - 8h
Yoga*
avec Andréanne
RDV au gym

JEUDI 23 JUIN

7h - 8h
Yoga* avec Andréanne
RDV au gym

7h30 - 8h30
Marche-jog*
avec Julie
RDV à la réception

VENDREDI 24 JUIN

9h - 10h
Yoga* avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga avec Élie
RDV à la plage

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

SAMEDI 25 JUIN

9h - 10h
Yoga* avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Bateau-dragon
RDV sur le quai

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

DIMANCHE 26 JUIN

9h - 10h
Yoga*
avec Véronique
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga
avec Véronique
RDV à la plage

LUNDI 27 JUIN

9h - 10h
Yoga*
avec Véronique
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga
avec Véronique
RDV à la plage

MARDI 28 JUIN

9h - 10h
Yoga*
avec Josiane
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Fityoga
avec Josiane
RDV à la plage

MERCREDI 29 JUIN

9h - 10h
Yoga*
avec Josiane
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Fityoga
avec Josiane
RDV à la plage

JEUDI 30 JUIN

9h - 10h
Yoga* avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga avec Élie
RDV à la plage

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

VENDREDI 1^{ER} JUILLET

9h - 10h
Yoga* avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga avec Élie
RDV à la plage

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

SAMEDI 2 JUILLET

9h - 10h
Yoga* avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Bateau-dragon
RDV sur le quai

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

DIMANCHE 3 JUILLET

9h - 10h
Yoga*
avec Véronique
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga
avec Véronique
RDV à la plage

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.

Ce calendrier est sujet à changement.

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

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

Été 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
- ~ Piscine ouverte de 8h à 22h (après 20h : adultes seulement) – Jacuzzi extérieur (ouvert de 7h à 23h)
- ~ Activités nautiques telles que Planche à pagaie (SUP), Kayak et Canot (disponibles de 8h à 20h)
- ~ Vélos hybrides
- ~ Terrain de volleyball
- ~ Billard
- ~ Ping-pong
- ~ Baby-foot
- ~ Internet haute vitesse
- ~ Enomatic
- ~ Accès à l'application Pressreader
- ~ Départ privilégié au Golf La Tempête

LUNDI 4 JUILLET

9h - 10h
Yoga*
avec Véronique
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga
avec Véronique
RDV à la plage

13h - 14h
Atelier de peinture
RDV à la plage

14h30 - 15h30
Atelier de peinture
RDV à la plage

MARDI 5 JUILLET

9h - 10h
Yoga*
avec Josiane
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Fityoga
avec Josiane
RDV à la plage

13h - 14h
Atelier de peinture
RDV à la plage

14h30 - 15h30
Atelier de peinture
RDV à la plage

MERCREDI 6 JUILLET

9h - 10h
Yoga*
avec Josiane
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Fityoga
avec Josiane
RDV à la plage

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

JEUDI 7 JUILLET

9h - 10h
Yoga* avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga avec Élie
RDV à la plage

13h - 14h
Atelier de peinture
RDV à la plage

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

14h30 - 15h30
Atelier de peinture
RDV à la plage

VENDREDI 8 JUILLET

9h - 10h
Yoga* avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga avec Élie
RDV à la plage

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

SAMEDI 9 JUILLET

9h - 10h
Yoga* avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Bateau-dragon
RDV sur le quai

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

DIMANCHE 10 JUILLET

9h - 10h
Yoga*
avec Véronique
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga
avec Véronique
RDV à la plage

LUNDI 11 JUILLET

9h - 10h
Yoga*
avec Véronique
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga
avec Véronique
RDV à la plage

13h - 14h
Atelier de peinture
RDV à la plage

14h30 - 15h30
Atelier de peinture
RDV à la plage

MARDI 12 JUILLET

9h - 10h
Yoga*
avec Josiane
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Fityoga
avec Josiane
RDV à la plage

13h - 14h
Atelier de peinture
RDV à la plage

14h30 - 15h30
Atelier de peinture
RDV à la plage

MERCREDI 13 JUILLET

9h - 10h
Yoga*
avec Josiane
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Fityoga
avec Josiane
RDV à la plage

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

JEUDI 14 JUILLET

9h - 10h
Yoga* avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga avec Élie
RDV à la plage

13h - 14h
Atelier de peinture
RDV à la plage

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

14h30 - 15h30
Atelier de peinture
RDV à la plage

VENDREDI 15 JUILLET

9h - 10h
Yoga* avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga avec Élie
RDV à la plage

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

SAMEDI 16 JUILLET

9h - 10h
Yoga* avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Bateau-dragon
RDV sur le quai

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

DIMANCHE 17 JUILLET

9h - 10h
Yoga*
avec Véronique
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga
avec Véronique
RDV à la plage

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.

Ce calendrier est sujet à changement.

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

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

Été 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
- ~ Piscine ouverte de 8h à 22h (après 20h : adultes seulement) – Jacuzzi extérieur (ouvert de 7h à 23h)
- ~ Activités nautiques telles que Planche à pagaie (SUP), Kayak et Canot (disponibles de 8h à 20h)
- ~ Vélos hybrides
- ~ Terrain de volleyball
- ~ Billard
- ~ Ping-pong
- ~ Baby-foot
- ~ Internet haute vitesse
- ~ Enomatic
- ~ Accès à l'application Pressreader
- ~ Départ privilégié au Golf La Tempête

LUNDI 18 JUILLET

9h - 10h
Yoga*
avec Véronique
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga
avec Véronique
RDV à la plage

13h - 14h
Atelier de peinture
RDV à la plage

14h30 - 15h30
Atelier de peinture
RDV à la plage

MARDI 19 JUILLET

9h - 10h
Yoga*
avec Josiane
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Fityoga
avec Josiane
RDV à la plage

13h - 14h
Atelier de peinture
RDV à la plage

14h30 - 15h30
Atelier de peinture
RDV à la plage

MERCREDI 20 JUILLET

9h - 10h
Yoga*
avec Josiane
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Fityoga
avec Josiane
RDV à la plage

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

JEUDI 21 JUILLET

9h - 10h
Yoga* avec Véronique
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga
avec Véronique
RDV à la plage

13h - 14h
Atelier de peinture
RDV à la plage

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

14h30 - 15h30
Atelier de peinture
RDV à la plage

VENREDI 22 JUILLET

9h - 10h
Yoga* avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga
avec Élie
RDV à la plage

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

SAMEDI 23 JUILLET

9h - 10h
Yoga* avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Bateau-dragon
RDV sur le quai

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

DIMANCHE 24 JUILLET

LUNDI 25 JUILLET

9h - 10h
Yoga*
avec Josiane
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Fityoga
avec Josiane
RDV à la plage

13h - 14h
Atelier de peinture
RDV à la plage

14h30 - 15h30
Atelier de peinture
RDV à la plage

MARDI 26 JUILLET

9h - 10h
Yoga*
avec Josiane
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Fityoga
avec Josiane
RDV à la plage

13h - 14h
Atelier de peinture
RDV à la plage

14h30 - 15h30
Atelier de peinture
RDV à la plage

MERCREDI 27 JUILLET

9h - 10h
Yoga*
avec Josiane
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Fityoga
avec Josiane
RDV à la plage

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

JEUDI 28 JUILLET

9h - 10h
Yoga* avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga avec Élie
RDV à la plage

13h - 14h
Atelier de peinture
RDV à la plage

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

14h30 - 15h30
Atelier de peinture
RDV à la plage

VENREDI 29 JUILLET

9h - 10h
Yoga* avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga avec Élie
RDV à la plage

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

SAMEDI 30 JUILLET

9h - 10h
Yoga* avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Paddle yoga avec Élie
RDV à la plage

10h15 - 11h15
Bateau-dragon
RDV sur le quai

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

DIMANCHE 31 JUILLET

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.

Ce calendrier est sujet à changement.

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