

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) et 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 30 MAI

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

MARDI 31 MAI

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

MERCREDI 1^{ER} JUIN

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

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

JEUDI 2 JUIN

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

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

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

VENDREDI 3 JUIN

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

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

SAMEDI 4 JUIN

9h - 10h
Yoga*
avec Élie
RDV au gym

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

DIMANCHE 5 JUIN

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

LUNDI 6 JUIN

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

MARDI 7 JUIN

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

MERCREDI 8 JUIN

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

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

JEUDI 9 JUIN

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

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

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

VENDREDI 10 JUIN

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

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

SAMEDI 11 JUIN

9h - 10h
Yoga*
avec Élie
RDV au gym

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

DIMANCHE 12 JUIN

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.

Ce calendrier est sujet à changement.

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

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

Été 2022



RESORT
ENTOURAGE
SUR-LE-LAC

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) et 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 13 JUIN

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

MARDI 14 JUIN

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

MERCREDI 15 JUIN

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

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

JEUDI 16 JUIN

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

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

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

VENDREDI 17 JUIN

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

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

SAMEDI 18 JUIN

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

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

DIMANCHE 19 JUIN

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

Gaijuse
Fête des
Pères!

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

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

JEUDI 23 JUIN

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

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

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

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.**