

# 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

### JEUDI 1<sup>ER</sup> SEPTEMBRE

**9h - 10h**  
Yoga\* avec Élie  
RDV au terrain gazonné près du spa

**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 2 SEPTEMBRE

**9h - 10h**  
Yoga\* avec Élie  
RDV au terrain gazonné près du spa

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

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

### SAMEDI 3 SEPTEMBRE

**9h - 10h**  
Yoga\* avec Élie  
RDV au terrain gazonné près du spa

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

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

**13h30 - 14h30**  
Atelier de peinture – RDV à la plage

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

### DIMANCHE 4 SEPTEMBRE

**9h - 10h**  
Yoga\* avec Véronique  
RDV au terrain gazonné près du spa

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

**13h30 - 14h30**  
Atelier de peinture  
RDV à la plage

### LUNDI 5 SEPT.

**9h - 10h**  
Yoga\* avec Véronique  
RDV au terrain gazonné près du spa

**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 6 SEPT.

### MERCREDI 7 SEPT.

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

### JEUDI 8 SEPT.

**7h - 8h**  
Yoga\* avec Élie  
RDV au gym

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

### VENDREDI 9 SEPT.

**8h - 9h**  
Yoga\* avec Élie  
RDV au gym

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

### SAMEDI 10 SEPT.

**9h - 10h**  
Yoga\* avec Élie  
RDV au gym

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

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

**15h - 16h**  
Atelier de peinture  
RDV à la plage

### DIMANCHE 11 SEPT.

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

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

### LUNDI 12 SEPT.

### MARDI 13 SEPT.

### MERCREDI 14 SEPT.

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

### JEUDI 15 SEPT.

**7h - 8h**  
Yoga\* avec Élie  
RDV au gym

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

### VENDREDI 16 SEPT.

**8h - 9h**  
Yoga\* avec Élie  
RDV au gym

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

### SAMEDI 17 SEPT.

**9h - 10h**  
Yoga\* avec Élie  
RDV au gym

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

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

**15h - 16h**  
Atelier de peinture  
RDV à la plage

### DIMANCHE 18 SEPT.

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

**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.
- \*\*\* En cas de pluie, rendez-vous aux salles banquets pour les activités.

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

Ce calendrier est sujet à changement.

# CALENDRIER DES ACTIVITÉS

Été 2022



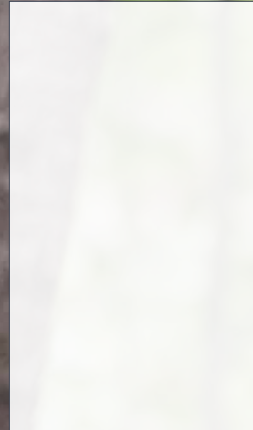
RESORT  
ENTOURAGE  
SUR-LE-LAC

## GUIDE DE L'EXPÉRIENCE WELLNESS

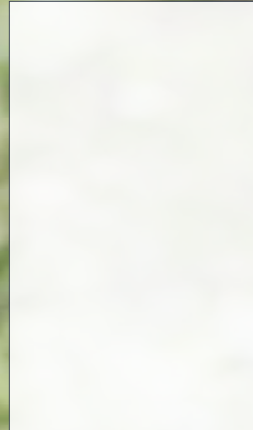
Entourage sur-le-Lac vous propose de nombreuses activités et une expérience complète axée sur le bien-être et l'art de vivre. Tout au long de votre séjour, vous pourrez bénéficier de commodités et d'activités qui sont rendues possibles grâce aux frais communs de séjour. À vous de profiter de notre grand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

- ~ Activités sportives animées par un entraîneur
- ~ Salle d'entraînement multifonctionnelle
- ~ Feux extérieurs
- ~ Piscine ouverte de 8 h à 22 h (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 19 SEPT.



MARDI 20 SEPT.



MERCREDI 21 SEPT.



JEUDI 22 SEPT.



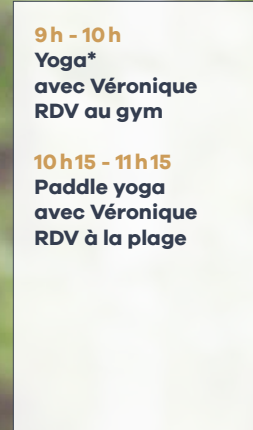
VENDREDI 23 SEPT.



SAMEDI 24 SEPT.



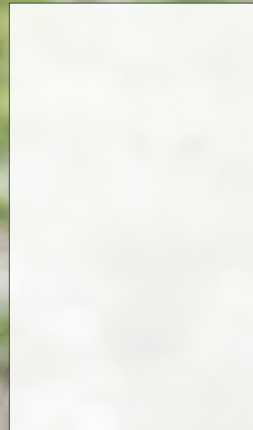
DIMANCHE 25 SEPT.



LUNDI 26 SEPT.



MARDI 27 SEPT.



MERCREDI 28 SEPT.



JEUDI 29 SEPT.



VENDREDI 30 SEPT.



SAMEDI 1<sup>ER</sup> OCTOBRE



DIMANCHE 2 OCTOBRE



### 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.
- \*\*\* En cas de pluie, rendez-vous aux salles banquets pour les activités.

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

*Ce calendrier est sujet à changement.*