

### 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 7h à 23h)
- ~ Vélos hybrides ou fatbikes
- ~ Billard
- ~ Ping-pong
- ~ Baby-foot
- ~ Enomatic
- ~ Internet haute vitesse
- ~ Enomatic
- ~ Accès à l'application Pressreader

#### Description des activités

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

*Ce calendrier est sujet à changement.*

#### VENDREDI 3 NOVEMBRE

**8h30 à 9h30**  
 Yoga avec Véronique  
 RVD au gym

#### SAMEDI 4 NOVEMBRE

**9h30 à 10h30**  
 Yoga avec Élie  
 RVD au gym

#### DIMANCHE 5 NOVEMBRE

**9h30 à 10h30**  
 Yoga avec Véronique  
 RVD au gym

#### VENDREDI 10 NOVEMBRE

**8h30 à 9h30**  
 Yoga avec Élie  
 RVD au gym

#### SAMEDI 11 NOVEMBRE

**9h30 à 10h30**  
 Yoga avec Élie  
 RVD au gym

#### DIMANCHE 12 NOVEMBRE

**8h à 9h**  
 Yoga avec Élie  
 RVD au gym

#### VENDREDI 17 NOVEMBRE

**8h30 à 9h30**  
 Yoga avec Élie  
 RVD au gym

#### SAMEDI 18 NOVEMBRE

**9h30 à 10h30**  
 Yoga avec Élie  
 RVD au gym

#### DIMANCHE 19 NOVEMBRE

**8h à 9h**  
 Yoga avec Véronique  
 RVD au gym

#### JEUDI 23 NOVEMBRE

**9h à 11h**  
 Bricolage avec  
 Thérèse et Monique  
 RVD au Fun Club

#### VENDREDI 24 NOVEMBRE

**8h30 à 9h30**  
 Yoga avec Véronique  
 RVD au gym

#### SAMEDI 25 NOVEMBRE

**9h30 à 10h30**  
 Yoga avec Élie  
 RVD au gym

#### DIMANCHE 26 NOVEMBRE

**9h30 à 10h30**  
 Yoga avec Véronique  
 RVD au gym

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



### 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 7h à 23h)
- ~ Vélos hybrides ou fatbikes
- ~ Billard
- ~ Ping-pong
- ~ Baby-foot
- ~ Enomatic
- ~ Internet haute vitesse
- ~ Enomatic
- ~ Accès à l'application Pressreader

#### Description des activités

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

*Ce calendrier est sujet à changement.*

#### VENDREDI 1<sup>er</sup> DÉCEMBRE

**8 h 30 à 9 h 30**  
 Yoga avec Élie  
 RVD au gym

#### SAMEDI 2 DÉCEMBRE

**9 h 30 à 10 h 30**  
 Yoga avec Véronique  
 RVD au gym

#### DIMANCHE 3 DÉCEMBRE

**9 h 30 à 10 h 30**  
 Yoga avec Véronique  
 RVD au gym

#### VENDREDI 8 DÉCEMBRE

**8 h 30 à 9 h 30**  
 Yoga avec Véronique  
 RVD au gym

#### SAMEDI 9 DÉCEMBRE

**9 h 30 à 10 h 30**  
 Yoga avec Élie  
 RVD au gym

#### DIMANCHE 10 DÉCEMBRE

**9 h 30 à 10 h 30**  
 Yoga avec Véronique  
 RVD au gym

#### VENDREDI 15 DÉCEMBRE

**8 h 30 à 9 h 30**  
 Yoga avec Élie  
 RVD au gym

#### SAMEDI 16 DÉCEMBRE

**9 h 30 à 10 h 30**  
 Yoga avec Élie  
 RVD au gym

#### DIMANCHE 17 DÉCEMBRE

**8 h à 9 h**  
 Yoga avec Élie  
 RVD au gym