

## CALENDRIER DES ACTIVITÉS | Mars 2024

### 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
- ~ Patinoire naturelle de 3 km
- ~ Prêt de patins, raquettes et bâtons de marche
- ~ Trotinettes des neiges
- ~ Hockey
- ~ Îlot sur glace
- ~ Billard
- ~ Ping-pong
- ~ Baby-foot
- ~ Enomatic
- ~ Internet haute vitesse
- ~ Enomatic

#### Description des activités

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

*Ce calendrier est sujet à changement.*

#### VENDREDI 15 MARS

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

#### SAMEDI 16 MARS

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

#### DIMANCHE 17 MARS

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

#### VENDREDI 22 MARS

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

#### SAMEDI 23 MARS

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

#### DIMANCHE 24 MARS

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

#### VENDREDI 29 MARS

**9h30 à 10h30**  
 Yoga adulte  
 avec Élie  
 RVD salle St-James

**20h**  
 Soirée astronomie  
 et conférence  
 RDV salle Légendaire

#### SAMEDI 30 MARS

**9h - 9h45**  
 Yoga parent-enfant  
 avec Élie  
 RDV salle St-James

**9h30 - 11h30**  
 Bricolage avec  
 Lili et Thérèse  
 RDV au Fun Club

**10h à 11h**  
 Yoga adulte avec Élie  
 RVD salle St-James

**13h30 à 14h et  
 14h30 à 15h**  
 Atelier de création  
 de biscuits de Pâques  
 avec Jézabel  
 RVD salle St-James

#### DIMANCHE 31 MARS

**8h à 9h**  
 Yoga adulte avec Élie  
 RVD salle St-James

**9h à 13h**  
 Maquillage, près du  
 restaurant L'îlot

**9h30 - 11h30**  
 Bricolage avec  
 Lili et Thérèse  
 RDV au Fun Club

**13h30 à 15h30**  
 Peinture d'œufs  
 de Pâques  
 avec Claudine  
 RVD salle St-James

#### LUNDI 1<sup>er</sup> AVRIL

**9h - 9h45**  
 Yoga parent-enfant  
 avec Élie  
 RDV salle St-James

**10h à 11h**  
 Yoga adulte  
 avec Élie  
 RVD salle St-James

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