

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.e entraîneur.e
- ~ Salle d'entraînement multifonctionnelle
- ~ Feux extérieurs
- ~ Jacuzzi extérieur (ouvert de 7h à 23h)
- ~ Vélos fatbikes – prêt à la réception sous la formule premier arrivé, premier servi
- ~ Patinoire naturelle de 3 km
- ~ Raquettes à neige, trottinettes des neiges, bâtons de hockey et rondelles disponibles à la cabane près du lac, sous la formule premier arrivé, premier servi
- ~ Centre de ski de fond, fatbike et sentiers de raquettes à 4 km de l'hôtel** sentiersdumoulin.com
- ~ Centre de ski alpin Le Relais à 1 km de l'hôtel** – skirelais.com
- ~ Billard
- ~ Internet haute vitesse
- ~ Enomatic (\$)

Description des activités

Pour les activités, **RÉSERVEZ** votre place avant 21 h le soir précédent sur l'application LoungeUp.

** Informez-vous à la réception de l'hôtel.

Ce calendrier est sujet à changement.

VENDREDI 10 JANVIER

8h à 9h

Yoga avec Véronique
RDV au gym

SAMEDI 11 JANVIER

9h30 à 10h30

Yoga avec Mélanie
RDV au gym

DIMANCHE 12 JANVIER

9h30 à 10h30

Yoga avec Véronique
RDV au gym

VENDREDI 17 JANVIER

8h à 9h

Yoga avec Élie
RDV au gym

SAMEDI 18 JANVIER

8h30 à 9h15

HIIT avec Élie
RDV au gym

9h30 à 10h30

Yoga avec Élie
RDV au gym

DIMANCHE 19 JANVIER

9h30 à 10h30

Yoga avec Véronique
RDV au gym

VENDREDI 24 JANVIER

8h à 9h

Yoga avec Véronique
RDV au gym

SAMEDI 25 JANVIER

9h30 à 10h30

Initiation à la méditation
avec Édith MÉDITH
RDV au gym

DIMANCHE 26 JANVIER

9h30 à 10h30

Initiation à la méditation
avec Édith MÉDITH
RDV au gym

VENDREDI 31 JANVIER

8h à 9h

Yoga avec Élie
RDV au gym

SAMEDI 1^{er} FÉVRIER

8h30 à 9h15

HIIT avec Élie
RDV au gym

9h30 à 10h30

Yoga avec Élie
RDV au gym

DIMANCHE 2 FÉVRIER

9h30 à 10h30

Yoga avec Véronique
RDV au gym

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