

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 7 FÉVRIER

8 h à 9 h

Yoga avec Élie
RDV au gym

SAMEDI 8 FÉVRIER

8 h 30 à 9 h 15

HIIT avec Élie
RDV au gym

9 h 30 à 10 h 30

Yoga avec Élie
RDV au gym

DIMANCHE 9 FÉVRIER

9 h 30 à 10 h 30

Yoga avec Véronique
RDV au gym

VENDREDI 14 FÉVRIER

8 h à 9 h

Yoga avec Élie
RDV au gym

SAMEDI 15 FÉVRIER

8 h 30 à 9 h 15

HIIT avec Élie
RDV au gym

9 h 30 à 10 h 30

Yoga avec Élie
RDV au gym

DIMANCHE 16 FÉVRIER

9 h 30 à 10 h 30

Yoga avec Véronique
RDV au gym

VENDREDI 21 FÉVRIER

8 h à 9 h

Yoga avec Élie
RDV au gym

SAMEDI 22 FÉVRIER

9 h 30 à 10 h 30

Méditation guidée
Pleine conscience
avec Edith mEDITHe
RDV à la salle Montagnarde

DIMANCHE 23 FÉVRIER

9 h 30 à 10 h 30

Méditation guidée
Pleine conscience
avec Edith mEDITHe
RDV à la salle Montagnarde

VENDREDI 28 FÉVRIER

8 h à 9 h

Yoga avec Élie
RDV au gym

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