

### 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 et sauna extérieurs (ouverts de 7 h à 23 h)
- ~ Vélos à roues surdimensionnées (fatbikes) ou hybrides
- ~ Billard
- ~ Ping-pong
- ~ Baby-foot
- ~ Jeux de société disponibles à la réception
- ~ Enomatic pour le vin (\$), carte disponible à la réception
- ~ Internet haute vitesse

*Ce calendrier est sujet à changement.*

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

#### VENDREDI 1<sup>er</sup> MAI

**8 h à 9 h**

Yoga matinal avec Élie  
 RDV au gym

#### SAMEDI 2 MAI

**9 h à 9 h 45**

Atelier de méditation avec Edith mEDITHe  
 RDV au gym

#### DIMANCHE 3 MAI

**9 h 30 à 10 h 30**

Yoga matinal avec Sabrina  
 RDV au gym

#### VENDREDI 8 MAI

**8 h à 9 h**

Yoga matinal avec Élie  
 RDV au gym

#### SAMEDI 9 MAI

**9 h à 10 h**

Yoga matinal avec Élie  
 RDV au gym

#### DIMANCHE 10 MAI

**9 h 30 à 10 h 30**

Yoga matinal avec Véro  
 RDV au gym

*Bonne fête des Mères!*

#### VENDREDI 15 MAI

**8 h à 9 h**

Yoga matinal avec Mélanie  
 RDV au gym

#### SAMEDI 16 MAI

**9 h à 10 h**

Yoga matinal avec Mélanie  
 RDV au gym

#### DIMANCHE 17 MAI

**9 h 30 à 10 h 30**

Yoga matinal avec Véro  
 RDV au gym

#### VENDREDI 22 MAI

**8 h à 9 h**

Yoga matinal avec Élie  
 RDV au gym

#### SAMEDI 23 MAI

**9 h à 10 h**

Yoga matinal avec Élie  
 RDV au gym

#### DIMANCHE 24 MAI

**9 h 30 à 10 h 30**

Yoga matinal avec Véro  
 RDV au gym

#### VENDREDI 29 MAI

**8 h à 9 h**

Yoga matinal avec Élie  
 RDV au gym

#### SAMEDI 30 MAI

**9 h à 10 h**

Yoga matinal avec Élie  
 RDV au gym

#### DIMANCHE 31 MAI

