

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
- ~ Piscine ouverte de 8 h à 22 h (après 20h : adultes seulement)
- ~ Jacuzzi extérieur et sauna (ouvert de 7 h à 23 h)
- ~ Activités nautiques : planche à pagaie (SUP) kayak et canot (disponibles de 8 h à 20 h)
- ~ Vélos hybrides
- ~ Terrain de volleyball
- ~ Billard
- ~ Ping-pong
- ~ Baby-foot
- ~ Départ privilégié au Golf La Tempête
- ~ Parcours d'énigmes Défi-Évasion® pour toute la famille - départ à la bibliothèque près de la réception
- ~ Jeux de société disponibles à la réception
- ~ Enomatic pour le vin (\$), carte disponible à la réception
- ~ Internet haute vitesse

* Nage en eau libre : distance 1500 à 2500 m par entraînement qui sera structuré sous forme d'intervalles et supervisé par des entraîneurs/sauveteurs. Bouée de nage obligatoire, prêt possible à la réception.

Ce calendrier est sujet à changement.

VENDREDI 5 JUIN

8 h à 9 h
 Yoga matinal
 avec Élie
 RDV au gym

SAMEDI 6 JUIN

9 h à 10 h
 Yoga matinal
 avec Élie
 RDV au gym

DIMANCHE 7 JUIN

9 h 30 à 10 h 30
 Yoga matinal
 avec Sabrina
 RDV au gym

VENDREDI 12 JUIN

8 h à 9 h
 Yoga matinal
 avec Élie
 RDV au gym

SAMEDI 13 JUIN

9 h à 10 h
 Yoga matinal
 avec Élie
 RDV au gym

DIMANCHE 14 JUIN

9 h 30 à 10 h 30
 Yoga matinal
 avec Véro
 RDV au gym

VENDREDI 19 JUIN

8 h à 9 h
 Yoga matinal
 avec Élie
 RDV au gym

SAMEDI 20 JUIN

9 h à 10 h
 Yoga matinal
 avec Élie
 RDV au gym

DIMANCHE 21 JUIN

9 h 30 à 10 h 30
 Yoga matinal
 avec Sabrina
 RDV au gym

*Bonne fête
 des Pères!*

NAGE EN EAU LIBRE* AVEC OPUS TRIATHLON



Les lundis soir	de 18 h à 19 h	à compter du 15 juin
Les mardis soir	de 18 h à 19 h	à compter du 2 juin
Les mercredis soir	de 18 h 30 à 19 h 30	à compter du 10 juin
Les samedis matin	de 7 h à 9 h	à compter du 6 juin

Rendez-vous à gauche de la plage.

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