

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 7h à 23h)
- ~ Activités nautiques : planche à pagaie (SUP) kayak et canot (disponibles de 8h à 20h)
- ~ 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

En cas de pluie : les activités auront lieu à la salle Saint-James

* 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.

** Maximum de 8 personnes pour le paddle yoga.

Ce calendrier est sujet à changement.

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

|

Septembre 2026



SAMEDI 5 SEPTEMBRE	DIMANCHE 6 SEPTEMBRE	LUNDI 7 SEPTEMBRE
8 h 45 à 9 h 45 Yoga matinal avec Mélanie RDV à gauche de la plage 10 h à 11 h Paddle yoga avec Mélanie RDV à gauche de la plage 13 h à 15 h Atelier de peinture avec Claudine RDV à la terrasse-banquet	8 h 45 à 9 h 15 Méditation guidée avec Edith mEDITHe RDV à gauche de la plage 10 h à 12 h Bricolage avec Claudine RDV à la terrasse-banquet	8 h 45 à 9 h 45 Yoga matinal avec Sabrina RDV à gauche de la plage 10 h à 10 h 45 Yoga parent-enfant avec Sabrina RDV à gauche de la plage
VENDREDI 11 SEPTEMBRE	SAMEDI 12 SEPTEMBRE	DIMANCHE 13 SEPTEMBRE
8 h à 9 h Yoga matinal avec Élie RDV à la plage	8 h 45 à 9 h 45 Yoga matinal avec Élie RDV à gauche de la plage 10 h à 11 h Paddle yoga avec Élie RDV à gauche de la plage	8 h 45 à 9 h 45 Yoga matinal avec Véro RDV à gauche de la plage 10 h à 11 h Pilates avec Véro RDV à gauche de la plage
VENDREDI 18 SEPTEMBRE	SAMEDI 19 SEPTEMBRE	DIMANCHE 20 SEPTEMBRE
8 h à 9 h Yoga matinal avec Élie RDV à la plage	8 h 45 à 9 h 45 Yoga matinal avec Élie RDV à gauche de la plage 10 h à 11 h Paddle yoga avec Élie RDV à gauche de la plage	8 h 45 à 9 h 45 Yoga matinal avec Véro RDV à gauche de la plage 10 h à 11 h Pilates avec Véro RDV à gauche de la plage
VENDREDI 25 SEPTEMBRE	SAMEDI 26 SEPTEMBRE	DIMANCHE 27 SEPTEMBRE
8 h à 9 h Yoga matinal avec Élie RDV à la plage	8 h 45 à 9 h 45 Yoga matinal avec Élie RDV à gauche de la plage 10 h à 11 h Paddle yoga avec Élie RDV à gauche de la plage	8 h 45 à 9 h 45 Yoga matinal avec Véro RDV à gauche de la plage 10 h à 11 h Pilates avec Véro RDV à gauche de la plage