

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 et sauna (ouvert de 7h à 23h)
- ~ Vélos hybrides
- ~ Terrain de volleyball
- ~ Billard
- ~ Ping-pong
- ~ Baby-foot
- ~ 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

Ce calendrier est sujet à changement.

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

|

Octobre 2026

VENDREDI 2 OCTOBRE	SAMEDI 3 OCTOBRE	DIMANCHE 4 OCTOBRE	
8 h à 9 h Yoga matinal avec Élie RDV Salle Nautique	9 h à 10 h Yoga avec Élie RDV Salle Nautique	9 h à 10 h Yoga avec Véro RDV Salle Nautique	
VENDREDI 9 OCTOBRE	SAMEDI 10 OCTOBRE	DIMANCHE 11 OCTOBRE	LUNDI 12 OCTOBRE
8 h à 9 h Yoga matinal avec Élie RDV Salle Nautique	9 h à 10 h Yoga avec Mélanie RDV Salle Nautique 13 h à 15 h Bricolage d'Halloween avec Claudine RDV Salle Nautique	9 h à 10 h Pilates avec Véro RDV Salle Nautique 10 h15 à 11h15 Yoga avec Véro RDV Salle Nautique 13 h à 15 h Peinture de citrouilles avec Claudine RDV Salle Nautique	8 h30 à 9 h15 Méditation avec Edith mEDITHe RDV Salle Nautique
VENDREDI 16 OCTOBRE	SAMEDI 17 OCTOBRE	DIMANCHE 18 OCTOBRE	
8 h à 9 h Yoga matinal avec Mélanie RDV Salle Nautique	9 h30 à 10 h30 Yoga avec Mélanie RDV Salle Nautique	9 h à 10 h Yoga avec Sabrina RDV Salle Nautique DÉFI - TOUR DU LAC BEAUPORT Courir entre lac et montagnes tourdulacbeauport.com Inscription	
VENDREDI 23 OCTOBRE	SAMEDI 24 OCTOBRE	DIMANCHE 25 OCTOBRE	
8 h à 9 h Yoga matinal avec Élie RDV au gym	9 h à 10 h Yoga avec Élie RDV au gym	9 h à 9 h45 Méditation avec Edith mEDITHe RDV au gym	
VENDREDI 30 OCTOBRE	SAMEDI 31 OCTOBRE	DIMANCHE 1 ^{er} NOVEMBRE	
8 h à 9 h Yoga matinal avec Élie RDV au gym	SURPRISES À LA RÉCEPTION! 9 h à 10 h Yoga avec Élie RDV Salle St-James 13 h à 15 h Peinture de citrouilles RDV Salle St-James	9 h à 10 h Yoga avec Sabrina RDV Salle St-James 13 h à 15 h Peinture de citrouilles	

