



## Conditionnement physique

---

### Club de conditionnement physique de 5 à 6 de Salaberry inc.

Une heure de cours répartie en 3 segments soit: réchauffement, marche ou course extérieure, musculation et étirement. Sous la supervision de professeurs qualifiés, ces cours sont les lundis, mercredis, jeudis de 17h à 18h



**Prix**



**Saisons**

Printemps, Automne, Hiver



**Public-cible**

Adultes

### Contact

Nom Guylaine Barabé

---

Téléphone 450 373-3187

---

Courriel marjo7@cgocable.ca

---

### Lieu de l'activité

Édifice Gaétan-Rousse  
110, rue Mathias  
Salaberry-de-Valleyfield  
J6T 3L6