COURS EN GROUPE · QUÉBEC ET LÉVIS

Horaire automne 2026

Du 8 septembre au 18 décembre (15 semaines)

GYM SYNAPSE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
11 h à 12 h **TRX** QUÉBEC	9 h 30 à 10 h 30 **Boxe** QUÉBEC	9 h 30 à 10 h 30 **Rame Fitness** QUÉBEC	9 h 30 à 10 h 30 **TRX** QUÉBEC	9 h 30 à 10 h 30 **Boxe** LÉVIS
13 h 15 à 14 h 15 **Cardio-Tonus** QUÉBEC	9 h 30 à 10 h 30 **Cardio-Tonus** LÉVIS	9 h 30 à 10 h 45 **Marche nordique*** PARC ETCHEMIN	10 h 45 à 11 h 45 **Cardio-Tonus** QUÉBEC	
	10 h 45 à 11 h 45 **Rame Fitness** QUÉBEC		13 h 15 à 14 h 15 **Boxe** QUÉBEC	

Gym Synapse, Québec
824, rue Paradis, porte 3, Québec G1V 2B7

Studio Boxe Unis
40, boul. Président-Kennedy, local 2, Lévis G6V 6C4

Parc de la Rivière Etchemin
2686, rue de l'Abbaye, Saint-Romuald G6W 7N1

*Session de 14 semaines

Essai gratuit, inscription en tout temps

418 842-7888 info@cliniquesynapse.ca cliniquesynapse.ca