

COURS EN MODE VIRTUEL

VIRTUAL GROUP CLASSES

Le MAA à l'Omni est fermé jusqu'à nouvel ordre du gouvernement.
Tous les cours en personne sont suspendus pour le moment.
The MAA at the Omni is closed until further notice from the government.
All in-person classes are suspended for the time being.



CLUB SPORTIF

HORAIRE D'HIVER 2021 | 2021 WINTER SCHEDULE

Dès le 23 décembre 2021 | As of December 23, 2021

Lun/Mon	Mar/Tues	Mer/Wed	Jeu/Thurs	Ven/Fri	Sam/Sat	Dim/Sun
	7h30-8h15 Spinning Spin & Tone Francis	7h00-8h00 Bartendaz Dazl	7h30-8h15 Spinning Power Ride Fred	8h05-8h45 Athletic Workout Vanessa	9h30-10h30 Essentrics Lise-Anne	9h00-9h55 Flow Yoga Alejandro
					10h00-11h00 Spinning Athletic Ride Tony	10h00-10h45 Spinning Power Ride Dominic
	11h30-12h30 Cardio Danse Uriel	11h00-12h00 Essentrics Ellyn	11h00-12h00 Flow Yoga Emmanuelle		10h30-11h25 Latin Groove AnaMaria	10h00-10h55 Pilates Adrienne
12h10-12h55 Spinning Power Ride Nathalie	11h30-12h20 Force 50 Nathalie	12h10-12h55 Spinning Watts Ride Dominic	12h00-12h45 Bootcamp Vanessa	12h10-12h55 Spinning Power Ride Nathalie	11h30-12h30 Total BodyBar Tony	11h05-12h05 Bootcamp Vanessa
12h15-13h15 L1FT Yelitza		12h00-13h00 Total Sculpt Caroline	12h00-13h00 Pilates Adrienne	12h15-13h00 Total Sculpt Caroline	LÉGENDE LEGEND: Cours en personne In-person class Cours virtuel Virtual class Nouveau cours New class FC Cours donné dans le centre d'entraînement à l'Omni Class given in the fitness center of the Omni LL Cours donné dans le Studio LL au sous-sol de l'Omni Class given in the LL Studio in the lower lobby of the Omni Cours donné dans le Studio de Spinning à l'Omni Class given in the Spinning Studio at the Omni	
17h30-18h15 Athletic Workout Vanessa			17h30-18h30 Latin Groove AnaMaria	17h30-18h25 Cardio Danse Uriel		
17h30-18h25 Pilates Chantal	18h00-18h45 Spinning Fusion Ride Tony					
18h30-19h30 Cardio Danse Uriel			18h30-19h30 Sculpt & CoreXpress Tony			

FRAIS (taxes en sus) : ABONNEMENT MENSUEL À 99 \$

- Accès illimité à tous les cours en personne et en mode virtuel
- Accès au Club et à la piscine

FORAITS À LA CARTE (taxes en sus) :

- Cours en personne (comprends l'accès au Club et à la piscine) :
1 cours 25 \$ | 5 cours 100 \$ | 10 cours 150 \$
- Cours virtuel : 10 \$ par cours

INSCRIPTION ET ACCÈS AUX COURS :

Téléchargez l'application MAA (APP STORE | GOOGLE PLAY)
ou la version web sur notre site à www.clubsportifmaa.com

FEES (plus taxes): MONTHLY MEMBERSHIP AT \$99

- Unlimited access to all in-person and virtual classes
- Access to the Club and pool

À LA CARTE PACKAGES (plus taxes):

- In-person classes (includes access to the Club and pool):
1 class \$25 | 5 classes \$100 | 10 classes \$150
- Virtual classes : \$10 per class

REGISTRATION AND ACCESS TO CLASSES:

Download the MAA App (APP STORE | GOOGLE PLAY) or the web version
on our website at www.clubsportifmaa.com

MAA CLUB SPORTIF - HÔTEL OMNI

1050, rue Sherbrooke O., 3^e étage | Montréal, QC H3A 2R6 | (514) 845-2233, ext. 0 | www.clubsportifmaa.com