

# GROUP.X SCHEDULE

## MONTRÉAL

MAY 1<sup>ST</sup> TO JUNE 30<sup>TH</sup>

For any questions or comments please contact [ecabana@clubmansfield.ca](mailto:ecabana@clubmansfield.ca).

Classes are subject to cancellation based on attendance.

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

SATURDAY

SUNDAY

### AM

<b>SPINNING</b> 6H30 - 7H15 HUGHES		<b>SPINNING</b> 6H30 - 7H15 ROBERT		<b>SPINNING</b> 6H30 - 7H15 YANNICK		
<b>METCON</b> 7H - 8H FABRICE	<b>METCON</b> 7H - 7H45 TIFFANY	<b>METCON</b> 7H - 8H FABRICE	<b>TABATA</b> 7H - 8H LAURA	<b>METCON</b> 7H - 7H45 LAURA	<b>METCON</b> 10H - 11H YVETTE	
<b>YOGA VINYASA</b> 7H - 8H LUCIA	<b>YOGA VINYASA</b> 11H30 - 12H30 JEN	<b>YOGA VINYASA</b> 7H - 8H ELAINE	<b>YOGA VINYASA</b> 11H30 - 12H30 SOPHIE	<b>PIYO</b> ® 11H30 - 12H30 CHAYA	<b>YOGA ASHTANGA 2</b> 10H - 11H30 ARI	<b>SPINNING</b> 10H - 11H MYRIAM
<b>METCON</b> 11H30 - 12H15 TIFFANY	<b>HIIT</b> 11H30 - 12H15 MYMUNA	<b>METCON</b> 11H30 - 12H15 TIFFANY	<b>HIIT</b> 11H30 - 12H15 MYMUNA	<b>METCON</b> 11H30 - 12H15 ALBERT	<b>TABATA</b> 11H - 12H YVETTE	<b>TABATA</b> 11H - 12H YVETTE
<b>PIYO</b> ® 11H30 - 12H15 MARIE-ÈVE	<b>BOXE BOOTCAMP</b> 12H15 - 13H15 ALBERT	<b>PIYO</b> ® 11H30 - 12H15 MYMUNA	<b>ROCKIN' BOTTOM</b> 12H15 - 13H15 MYMUNA	<b>CLUB DE COURSE</b> 12H15 - 13H15 SOPHIE	<b>F.I.T.</b> 12H - 13H FABRICE	<b>YOGA VINYASA</b> 11H15 - 12H15 ALEX-SANDRINE
<b>SPINNING</b> 12H15 - 13H15 NICOLAS	<b>SPINNING</b> 12H15 - 13H15 STEVE	<b>SPINNING</b> 12H15 - 13H15 STEVE	<b>SPINNING</b> 12H15 - 13H15 KATHERINA	<b>SPINNING</b> 12H15 - 13H15 STEVE		
<b>INSANITY</b> ® 12H20 - 13H20 MARIE-ÈVE	<b>CLUB DE COURSE</b> 12H15 - 13H15 ANH-TUE	<b>BOOTCAMP EXTÉRIEUR</b> 12H15 - 13H15 FABRICE		<b>ZUMBA</b> ® 12H30 - 13H30 ANDREA		
<b>YOGA ASHTANGA</b> 12H30 - 13H30 ARI	<b>YOGA VINYASA</b> 12H35 - 13H35 ARI	<b>INSANITY</b> ® 12H20 - 13H20 CHANTALE	<b>ESSETRICS</b> 12H35 - 13H35 ALLISON	<b>YOGA ASHTANGA</b> 12H35 - 13H35 ARI		
		<b>HATHA YOGA FLOW</b> 12H35 - 13H35 SÉLÉNA				

## LEGEND

AIM STUDIO (SPINNING)

TRINITY STUDIO

AEROBIC STUDIO

OUTDOORS

CROSSFIT STUDIO

★ NEW CLASS



MANSFIELD  
CLUB ATHLÉTIQUE

POWERED BY  
**MYZONE**

Class times, formats and instructors are subject to change. Please visit [clubmansfield.ca/group-exercise](http://clubmansfield.ca/group-exercise) to consult the latest version of the schedule.

### PM

<b>YOGA ASHTANGA</b> 17H30 - 18H30 ARI	<b>PILATES</b> 17H30 - 18H30 MYMUNA	<b>HATHA YOGA</b> 17H30 - 18H30 BENI	<b>ABSOLUTION</b> 17H30 - 18H ANH-TUE	
<b>POWER SPIN</b> 17H30 - 18H15 MARA	<b>EPIC</b> 17H30 - 18H30 ANH-TUE	<b>POWER SPIN</b> 17H30 - 18H15 MARA	<b>YOGA DETOX</b> 17H30 - 18H30 ALEX-SANDRINE	<b>HATHA YOGA</b> 17H30 - 18H30 BENI
<b>BOOTY BOOTCAMP</b> 17H30 - 18H15 YVETTE	<b>SPINNING</b> 18H - 19H HUGHES	<b>METCON</b> 17H30 - 18H30 ALBERT	<b>SPINNING</b> 17H45 - 18H45 ROBERT	<b>TABATA</b> 17H30 - 18H30 YVETTE
<b>ZUMBA</b> ® 18H30 - 19H30 DIEGO	<b>INSANITY</b> ® 18H30 - 19H30 CHANTALE	<b>BOXE BOOTCAMP</b> 18H30 - 19H15 ALBERT	<b>BODY CHALLENGE</b> 18H - 18H45 ANH-TUE	
<b>ESSETRICS</b> 18H30 - 19H30 ALLISON	<b>PIYO</b> ® 18H30 - 19H30 MARIE-ÈVE	<b>PILATES</b> 18H30 - 19H30 ALEX-SANDRINE	<b>HATHA YOGA</b> 18H30 - 19H30 ALEX-SANDRINE	
<b>SPINNING</b> 18H30 - 19H30 MYRIAM	<b>INTRO TO CROSSFIT</b> 18H30 - 19H30	<b>SPINNING</b> 18H30 - 19H30 MYRIAM	<b>KICKBOXING</b> 18H45 - 19H30 ANH-TUE	