

Votre calendrier de l'évasion sportive

Profitez de séances d'entraînement spécialement conçues pour vous dans ce décor de rêve!

Vendredi 1 ^{er} novembre	Samedi 2 novembre	Dimanche 3 novembre	Lundi 4 novembre	Mardi 5 novembre	Mercredi 6 novembre	Jeudi 7 novembre	Vendredi 8 novembre
Activités quotidiennes							
	<p>6h à 7h Accès privé au gym de l'hôtel</p> <p>7h15 à 8h Hatha Yoga (près du Blu Bar Restaurant)</p> <p>8h30 à 9h15 Camp d'entraînement (au terrain de soccer)</p>	<p>6h à 7h Accès privé au gym de l'hôtel</p> <p>7h15 à 8h Hatha Yoga (près du Blu Bar Restaurant)</p> <p>8h15 à 9h Entraînement fractionné de haute intensité (près du Blu Bar Restaurant)</p>	<p>6h à 7h Accès privé au gym de l'hôtel</p> <p>7h15 à 8h Hatha Yoga (près du Blu Bar Restaurant)</p> <p>8h15 à 9h Entraînement du corps complet (près du Blu Bar Restaurant)</p> <p>10h30 à 11h30 Rencontre avec l'entraîneuse autour d'un café (au Matum)</p>	<p>6h à 7h Accès privé au gym de l'hôtel</p> <p>7h15 à 8h Hatha Yoga (près du Blu Bar Restaurant)</p> <p>8h30 à 9h15 Camp d'entraînement (au terrain de soccer)</p>	<p>6h à 7h Accès privé au gym de l'hôtel</p> <p>7h15 à 8h Hatha Yoga (près du Blu Bar Restaurant)</p> <p>8h15 à 9h Entraînement du bas du corps MAXOUT (près du Blu Bar Restaurant)</p>	<p>6h à 7h Accès privé au gym de l'hôtel</p> <p>7h15 à 8h Hatha Yoga (près du Blu Bar Restaurant)</p> <p>11h à 11h45 Camp d'entraînement (au terrain de soccer)</p>	<p>6h à 7h Accès privé au gym de l'hôtel</p> <p>7h à 7h30 Entraînement fractionné de haute intensité (près du Blu Bar Restaurant)</p> <p>7h30 à 8h Hatha Yoga (près du Blu Bar Restaurant)</p>
<p>Arrivée à l'aéroport de Punta Cana Transfert en autobus jusqu'à l'hôtel Enregistrement</p> <p>18h30 Cocktail de bienvenue avec hors d'oeuvre (zone de la baignoire à remous)</p>	<p>Passez le reste de la journée à profiter de tout ce que le Bahia Principe Luxury Esmeralda a à offrir</p>					<p>19h30 Souper de clôture au Blu Bar Restaurant</p>	<p>Transfert en autobus jusqu'à l'aéroport</p> <p>Départ de l'autobus depuis le hall du Bahia Principe Fantasia Punta Cana</p>

Quoi apporter?

• Chaussures de sport, bouteille d'eau, serviette, crème solaire, chapeau et vêtements de sport

• Les tapis de yoga et les bandes élastiques seront fournis



VACANCES AIR CANADA

Faites voyager
vos rêves^{MD}