

PPMC

TARIFS DES SERVICES ET ACTIVITÉS 2018-2019

(Taxes incluses)

En vigueur du 1^{er} avril 2018 au 31 mars 2019

Des frais initiaux de 90\$ (non remboursables)
s'appliquent pour tout nouveau client.

	TARIFS
Programme de conditionnement physique régulier	265 \$ / 12 sem. 300 \$ / 16 sem. 410 \$ / 24 sem. 615 \$ / Annuel
Programme de réadaptation cardiopulmonaire	335 \$: 12 sem. 3 fois / sem. 335 \$: 16 sem. 2 fois / sem.
Gestion du poids AMIGO	1570 \$
Gestion du stress et de l'anxiété	145 \$
Cours de nutrition	
Bien manger, un incontournable dans la gestion de votre diabète	80 \$ / 2 cours
Diète méditerranéenne	80 \$ / 2 cours
L'écoute des signaux corporels de la faim et de la satiété	80 \$ / 2 cours
Lecture des étiquettes	40 \$ / 1 cours
Rehausser les saveurs	40 \$ / 1 cours
Et pour les membres :	
Cours de spinning	72 \$ / 12 cours
Cours de yoga sur chaise	63 \$ / 7 cours

Les tarifs comprennent l'ensemble des services suivants :

- Une consultation avec une infirmière en vue d'évaluer les besoins de santé
- Un programme d'exercices adapté et encadré par des kinésiothérapeutes
- Une consultation avec une nutritionniste en vue d'évaluer les habitudes alimentaires
- L'accès à des séances de conditionnement physique en groupe, à des ateliers de relaxation/respiration et aux conférences PPMC

Remarques : Certains services peuvent être couverts par vos assurances.
Les tarifs et l'horaire peuvent changer sans préavis.

Des **frais d'administration** seront retenus pour toute demande d'annulation ou de report d'abonnement selon la politique en vigueur.

STATIONNEMENT :

La carte magnétique donne accès à une plage de stationnement de **4 heures consécutives par jour**.

ACCÈS AU STATIONNEMENT :

4 heures maximum entre
5 h 30 et 22 h du lundi au vendredi
et samedi entre 8 h et 13 h 30

TARIFS SELON LA DURÉE DE L'ABONNEMENT :

12 semaines: **34,20 \$**
16 semaines: **45,60 \$**
24 semaines: **68,40 \$**
48 semaines: **138,80 \$**

Les frais d'utilisation des espaces de stationnement doivent être acquittés lors de l'inscription aux activités.

Un dépôt de **20 \$** est exigé pour l'obtention de la carte magnétique.

HEURES D'OUVERTURE DU GYMNASÉ :

Régulier

Lundi au vendredi: 6 h à 21 h
Samedi: 8 h 30 à 12 h 30

Été (3 juillet au 24 août 2018)

Lundi au vendredi: 6 h à 20 h

HEURES D'OUVERTURE DE LA RÉCEPTION :

Lundi au jeudi: 7 h 15 à 18 h
Vendredi: 7 h 15 à 12 h et 13 h à 16 h
(Heures réduites durant la période estivale)

CONGÉS :

Période estivale :

6 août au 19 août 2018 inclusivement

Période des Fêtes :

23 décembre 2018 au 2 janvier 2019 inclusivement

Ainsi que les congés fériés annuels

Pavillon de prévention des maladies
cardiaques de l'Institut universitaire
de cardiologie et de pneumologie de Québec

2725, chemin Sainte-Foy
Québec (Québec) G1V 4G5

Tél. : 418 656-4594

www.iucpq.qc.ca/ppmc



PPMC
INSTITUT UNIVERSITAIRE
DE CARDIOLOGIE
ET DE PNEUMOLOGIE
DE QUÉBEC