

Guest Enrichment Calendar

	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
8:30 a.m.	Power Walk	Power Walk	Power Walk	Power Walk	Power Walk	Power Walk	Power Walk
10:00 a.m.		Stretching			Stretching		
11:00 a.m.	Aqua Aerobics	Aqua Aerobics	Aqua Aerobics	Aqua Aerobics	Aqua Aerobics	Aqua Aerobics	Aqua Aerobics
11:00 a.m.	Massage Introduction	Reflexology Class		Champagne Tasting** 15 €			
2:00 p.m.	Discover St Martin			Discover St Martin			
3:00 p.m.	Latin/Caribbean Dance Class				African Dance Class		
4:00 p.m.	Discover Diving Introduction	French/English Class	Croquet	Discover Diving Introduction	Creole/French Cooking Class** 10 €	Volleyball Tournament	Organized Game
5:00 p.m.		Wine & Cheese Tasting** 10 €	Rum Tasting** 5 €				
5:30 p.m.	Mixology Class** 5 €						
7:00 p.m.		Dive-In Movie					

All Guest Enrichment activities meet at the Towel Hut with the exception of the Power Walk that meets at the Front Desk.

**Activities to be reserved a day in advance at the Towel Hut.

Reservations Recommended. Touch 8020

Class Descriptions

AQUA AEROBICS

Resistance training exercises in a low impact environment

CHAMPAGNE TASTING

Sip and enjoy some "chic" French bubbles

DANCE CLASSES

Latin, Caribbean and African dance

DISCOVER DIVING INTRODUCTION

Get acquainted with the incredible underwater world

DISCOVER ST. MARTIN

Local history, evolution and curiosities

DIVE-IN MOVIES

Enjoy a starlit sky, while watching a movie poolside

FRENCH / CREOLE COOKING CLASS

Learn and bring home your favorite recipe
Prepared by Executive Chef Bruno Brazier

FRENCH / ENGLISH CLASS

Basic and fun French to the English speaking and English to the French speaking

RUM TASTING

Taste the famous St Martin flavoured homemade rums

MASSAGE INTRODUCTION

Learn how to massage your partner

MIXOLOGY

Learn how to prepare Caribbean cocktails

POWER WALK

*Meet in the lobby at the front desk.
30-minute easy walk

REFLEXOLOGY CLASS

Discover the art of foot massage

STRETCHING

Easy all levels activity

WINE & CHEESE TASTING

Discover the diversity of French wine and cheese

FREE ORGANIZED GAMES:

CROQUET GAME

VOLLEYBALL TOURNAMENT

SURPRISE GAME

Also available at the TOWEL HUT:

BOARD GAMES: backgammon, cards, chess, dominoes, Monopoly and Scrabble

INTERNATIONAL BOOKS: Fiction and non-fiction

SPORTS EQUIPMENT: badminton, bocce, croquet, football /soccer balls, Frisbee and volleyball

Programme D'Animations

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
8h30	Marche Energetique	Marche Energetique	Marche Energetique	Marche Energetique	Marche Energetique	Marche Energetique	Marche Energetique
10h00		Stretching			Stretching		
11h00	Aqua Gym	Aqua Gym	Aqua Gym	Aqua Gym	Aqua Gym	Aqua Gym	Aqua Gym
11h00	Cours de Massage	Cours de Reflexologie		Degustation de Champagne** 15 €			
14h00	Decouverte de St Martin			Decouverte de St Martin			
15h00	Cours de Danse Latines / Antillaises				Cours de Danse Africaine		
16h00	Decouverte de la Plongée	Cours d' Anglais	Croquet	Decouverte de la Plongée	Cours de Cuisine Français / Créole** 10 €	Tournois de Volleyball	Jeux Surprise
17h00		Degustation de Vins et Fromages** 10 €	Degustation de Rhums** 5 €				
17h30	Mixologie** 5 €						
19h00		Film en Plein Air					

Pour toutes les activités RDV à la Cabane Piscine, sauf pour la Marche Energétique, RDV à la Réception.

**Ces activités doivent être réservés la veille à la Cabane Piscine - Numéro 8020

Descriptions des Cours

AQUA GYM

Exercices pour la résistance à faible impact

COURS d' ANGLAIS

Apprenez les bases de l'anglais en vous amusant

COURS de CUISINE FRANCAISE / CREOLE

Apprenez et emportez les recettes originales préparées par Le Chef Exécutif Bruno Brazier

COURS de DANSE

Danse Latine, Antillaise et Africaine

COURS de MASSAGE

Apprenez à masser votre partenaire

COURS de REFLEXOLOGIE

Découvrez l'art du massage des pieds

DECOUVERTE de la PLONGEE

Découvrez l'incroyable monde marin, tous niveaux

DECOUVERTE de ST MARTIN

Histoire locale, évolution et curiosités

DEGUSTATION de CHAMPAGNE

Des bulles, des bulles et la petite histoire...

DEGUSTATION de VINS et FROMAGES

Dégustation des vins et fromages français et internationaux

DEGUSTATION de RHUMS

Découvrez les fameux rhums arrangés

FILM EN PLEIN AIR

Profitez du ciel étoilé, tout en regardant un film au bord de la piscine

MARCHE ENERGETIQUE

Rendez-vous à la réception
30 minutes de marche facile

MIXOLOGIE

Apprenez à préparer vos cocktails Antillais

STRETCHING

Activité tous niveaux

JEUX ORGANISES :

JEUX DE CROQUET

TOURNOIS DE VOLLEYBALL

JEUX SURPRISE

Aussi disponible à la Cabane Piscine :
JEUX DE SOCIETES : backgammon, cartes, dominos, échecs, Monopoly, Scrabble...

LIVRES INTERNATIONAUX

EQUIPEMENTS SPORTIFS : badminton, ballons de foot et volley, frisbee, pétanque...