



**PROGRAMMES
SPORTIFS ET
AQUATIQUES**

DÈS LE 9 SEPTEMBRE
COMPLEXE SPORTIF CHANDLER

Horaire des activités / **LIBRES**

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
19h00 à 20h30 Futsal libre (soccer)			20h15 à 21h15 Volley-Balle libre		19h00 à 20h30 Badminton libre	

Horaire des activités / **DANSE**

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
16h00 à 17h00 Danse groupe 6 (16ans)		16h00 à 17h00 Danse groupe 6 (16 ans)	17h00 à 18h00 Danse groupe 1 (4-6 ans)		09h à 10h00 Danse groupe 1 (4-6 ans)	
17h00 à 18h00 Danse groupe 2 (7-9 ans)		17h00 à 18h00 Danse groupe 3 (10-11ans)	19h30 à 20h30 Danse groupe 5 (14-15 ans)		10h00 à 11h00 Danse groupe 2 (7-9 ans)	
18h00 à 19h00 Danse adulte		18h00 à 19h00 Danse groupe 4 (12-13 ans)			11h00 à 12h00 Danse groupe 3 (10-11 ans)	
19h00 à 20h00 Danse groupe 5 (14-15 ans)		19h00 à 20h00 Danse adulte			12h00 à 13h00 Danse groupe 4 (12-13 ans)	

Horaire des activités / **YOGA**

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
17h00 à 18h15 YOGA – Multi niveaux 18h45 à 20h YOGA – Tout en lenteur			18h00 à 19h30 YOGA – Multi niveaux			

Horaire des activités / **PLAN MISE EN FORME**

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
17H30 À 18H30 Plan mise en forme		17h30 à 18h30 Plan mise en forme				

Horaire des activités / **ZUMBA**

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	18h30 à 19h30 ZUMBA		18h30 à 19h30 ZUMBA			

Horaire des activités / **FORFAIT BONNE FÊTE**

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
					13h00 À 16h00 17h00 À 20h00	09h00 à 12h00 13h00 à 16h00

Horaire des activités / PISCINE

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	15h00 à 16h00 Bain libre aînés Groupe les grenouilles		15h00 à 16h00 Bain libre aînés Groupe les grenouilles		8h30 à 9h30 Bain libre en longueur	8h30 à 9h30 Bain libre en longueur
16h00 à 17h30 Médaille de bronze	16h30 à 17h30 Aquaforme (Dès le 24 sept.)	16h30 à 17h30 Aquaforme (Dès le 11 sept.)	16h00 à 17h00 Étoile de bronze	16h30 à 17h15 Nageurs 1, groupe A	9h30 à 10h15 Parents-enfants 1	9h45 à 10h45 Bain libre familiale
17h30 à 18h30 Jeunes sauveteurs initiés	17h30 à 18h30 Nageurs 3 et 4	17h30 à 18h30 18h30 Étoile de bronze	17h30 à 18h30 Nageurs 3 et 4	17h15 à 18h00 Nageurs 1, groupe B	10h15 à 11h00 Parents-enfants 2	11h00 à 12h00 Bain libre familiale
18h30 à 19h30 Jeunes sauveteurs avertis	18h30 à 19h30 Nageurs 5 et 6	18h30 à 19h30 Jeunes sauveteurs initiés	18h30 à 19h30 Nageurs 5 et 6	18h00 à 18h45 Nageurs 2, groupe A	11h00 à 11h45 Parents-enfants 3	12h30 à 13h30 Maitres-nageurs
19h30 à 20h30 Initiation sauvetage sportif	19h30 à 20h30 Maitres-nageurs	19h30 à 20h30 Jeunes sauveteurs avertis	19h30 à 20h30 Médaille de bronze	18h45 à 19h30 Nageurs 2, groupe B	12h00 à 12h45 Préscolaire 1 et 2	
				19h30 à 20h30 Bain libre en longueur	12h45 à 13h30 Préscolaire 3 et 4	
					13h30 à 14h15 Préscolaire 5	