



HORAIRE COURS de natation

Enfant - Nager pour la vie

Préscolaire 1 3 - 5 ans	Dimanche - 8 h à 8 h 30 + 9 h 10 à 9 h 40
Préscolaire 2 3 - 5 ans	Dimanche - 8 h 35 à 9 h 05 + 9 h 45 à 10 h 15
Préscolaire 3 3 - 5 ans	Dimanche - 10 h 30 à 11 h + 11 h 40 à 12 h 10
Préscolaire 4 3 - 5 ans	Dimanche - 11 h 05 à 11 h 35 + 12 h 15 à 12 h 45
Préscolaire 5 3 - 5 ans	Dimanche - 13 h à 13 h 30 + 14 h à 14 h 30

Nageur 1 5 - 12 ans	Mercredi - 17 h à 17 h 45
Nageur 2 5 - 12 ans	Mercredi - 17 h 50 à 18 h 35
Nageur 3 5 - 12 ans	Mardi - 17 h à 17 h 45
Nageur 4 5 - 12 ans	Mardi - 17 h 50 à 18 h 35
Nageur 5 5 - 12 ans	Mardi - 18 h 40 à 19 h 25
Nageur 6 5 - 12 ans	Mercredi - 18 h 40 à 19 h 25

Junior - Nager pour la vie

Initié 7 8 - 12 ans	Non disponible
-----------------------	----------------

HORAIRE Cours de natation

Sauvetage aquatique

Étoile de bronze | 12 ans & +

Non disponible

Médaille-croix de bronze | 13 ans & +

Samedi - 8 h à 16 h

Forme physique

Mise en forme | 16 ans & +

Lundi - 18 h 30 à 19 h 15

Aqua-cardio | 14 ans & +

Jeudi - 7 h 15 à 8 h

Aqua-prénatal | Femme enceinte

Jeudi - 6 h 30 à 7 h 10

Aqua-poussette | Parents - bébé 4 à 12 mois

Jeudi - 6 h 30 à 7 h 10

Session libre

Entraînement en couloir

Lundi - 19 h 30 à 21 h

Mardi - 19 h 40 à 21 h

Bain libre

Vendredi - 18 h 30 à 21 h

Dimanche - 14 h 45 à 16 h

Québec 

 **NAGER**
POUR LA VIE
SOCIÉTÉ DE SAUVETAGE

