



LE SUD-
OUEST

C'est fou
comme je t'aime!

TON CENTRE, TON QUARTIER

Le Centre Saint-Charles possède une piscine intérieure ouverte à l'année, un gymnase, deux salles de réunion et un aréna. Il accueille les sportifs et les amateurs de loisirs. Ouvert au grand public de même qu'aux organismes et aux entreprises, il est possible de réserver des plateaux sportifs pour des activités libres et événementielles.

Horaire bain libre

Dimanche : fermé

Lundi : (tous) 19 h 30 à 21 h
(adultes) 21 h à 21 h 30

Mardi : (tous) 14 h à 17 h et 19 h 30 à 20 h 30
(adultes) 20 h 30 à 21 h 30

Mercredi : (tous) 14 h à 17 h

Jeudi : (tous) 19 h 30 à 20 h 30
(adultes) 20 h 30 à 21 h 30

Vendredi : (tous) 14 h à 17 h et 19 h 30 à 21 h
(adultes) 21 h à 21 h 30

Samedi : (tous) 13 h 30 à 16 h
(adultes) 16 h à 16 h 30

Horaire patin libre

Lundi et mercredi : 12 h à 13 h

Lundi au vendredi : 16 h à 17 h

Dimanche : 13 h à 15 h



LE SUD-
OUEST

C'est fou comme je t'aime!

CENTRE SAINT-CHARLES TON CENTRE, TON QUARTIER !



COORDONNÉES

1055, rue Hibernia
Montréal, Québec H3K 2V3

✿ **INFORMATIONS**
514 872-3300

✿ **RÉSERVATIONS**
514 872-3831

HORAIRE

Lundi au vendredi 8 h 30 à 22 h 30

Samedi au dimanche 7 h à 22 h

Le Sud-Ouest
Montréal 

ACTIVITÉS JEUNESSE

JEUX LIBRES GRATUITS

Activités culturelles 6-12, mardi et mercredi 16 h	
Aide aux devoirs, mercredi ou vendredi 15 h 30.....	
Athlétisme 6-11, samedi 9 h 30	
Bougeotte, lundi, mardi, samedi ou dimanche 9 h	
Basketball 6-11 libre, jeudi 15 h 30	
Basketball 12-17 libre, jeudi 18 h	
Hockey cosom 6-11, mercredi 15 h 30	
Hockey cosom 12-17, mercredi 18 h	
Multisport 6-11, vendredi 15 h 30	
Multisport 12-17, vendredi 18 h	
Omnikin 6-11, lundi 15 h 30	
Soccer 6-11, mardi 15 h 30	
Soccer 12-17, mardi 18 h	

COURS DIRIGÉS

Basketball 6-8, samedi 13 h	40\$
Basketball 9-12, samedi 14 h	40\$
Badminton ados, samedi 15 h	40\$
Danse 6-8, mardi 17 h	40\$
Danse 9-12, mardi 18 h	40\$
Danse 13 ans et +, mardi 19 h	40\$
Dessin 6-8, lundi 16 h	40\$
Dessin 9-12, lundi 17 h	40\$
Langues 6-8, dimanche 10 h	40\$
Langues 9-12, dimanche 11 h	40\$
Science 6-8, samedi 10 h	70\$
Science 9-12, samedi 11 h	70\$
Soccer 6-7, samedi 12 h	40\$
Soccer 8-9, dimanche 12 h	40\$
Soccer 10-12, dimanche 13 h	40\$



ACTIVITÉS ADULTES-AÎNÉS

Aérobic, lundi 18 h	120\$
Badminton adulte, mercredi 19 h 30.....	70\$
Badminton aînés, mercredi 9 h	60\$
Badminton (libre), jeudi 9 h	60\$
Calligraphie chinoise, lundi 11 h ou jeudi 18 h	90\$
Cardio Kangoo jumps, mercredi 18 h	120\$
Club de marche (libre), lundi 9 h	60\$
Conditionnement physique, mardi 9 h	120\$
Danse, mardi 20 h	120\$
Dessin adulte, mardi 18 h	120\$
Étirement, jeudi 19 h	120\$
Peinture adulte, lundi ou mercredi 18 h	120\$
Qi gong , jeudi 10 h	90\$
Stretching, dimanche 10 h	90\$
Stretching étirements, lundi 10 h	90\$
Tai-chi, mercredi 10 h	90\$
Tonus-matin, samedi 10 h	90\$
Tricot aînés, mercredi 11 h	90\$
Tricot, lundi ou jeudi 20 h	90\$
Yoga Hatha, lundi ou mercredi 19 h	120\$
Yoga Power, lundi 19 h	120\$
Yoga, lundi ou mercredi 20 h	120\$
Zumba adulte, jeudi 18 h	70\$

ACTIVITÉS PARENT-ENFANT

Activités motrices, mercredi ou jeudi 9 h	40\$
Cours maman-bébé, lundi ou mercredi 11 h	90\$
Multisport libre, dimanche 10 h	10\$
Soccer en famille 6-7, dimanche 14 h	10\$
Yoga-Famille, dimanche 11 h	70\$
Zumba, samedi 11 h	70\$

DATES IMPORTANTES

Inscriptions

30 août au 9 septembre 2017

Début des activités

Samedi 16 septembre 2017

La session automne (12 semaines)

JOURNÉE PORTES OUVERTES

Samedi 9 septembre 2017

10 h à 13 h