

ACTIVITÉS OFFERTES PAR NOS CLUBS AQUATIQUES

Initiation à la nage synchronisée

Les frais sont fixés par le Club Aquana, responsable de l'activité.

Vendredi, 19 h à 20 h

Début : 2 mai

Samedi, 9 h à 10 h

Début : 26 avril

Initiation au plongeon

Les frais sont fixés par le Club de plongeon de Montréal-Nord, responsable de l'activité.

Dimanche, 11 h à 12 h

Début : 27 avril

CLUBS AQUATIQUES :

Maîtres-nageurs (18 ans et plus) – Natation (C.N.M.N.) – Plongeon (C.P.M.N.)
514 328-4000, poste 4167

Nage synchronisée, Club Aquana
514 328-4000, poste 4173

RENSEIGNEMENTS

ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX :

COMPÉTITIONS À LA PISCINE HENRI-BOURASSA :

29 et 30 mars Compétition de natation provinciale
31 mai Compétition de natation des maîtres-nageurs
7 juin Finale de sélection des Jeux du Québec
21 juin Gala de nage synchronisée
27 au 29 juin Championnat de natation P1 avec finales

SESSION ÉTÉ 2014 :

Cette session de 6 semaines débutera le lundi 23 juin.
INSCRIPTIONS en semaine entre 18 h et 21 h, dès le lundi 9 juin pour les résidents de l'arrondissement de Montréal-Nord et pour les résidents des autres arrondissements, à partir du 11 juin.
Le calendrier des activités sera à votre disposition à compter de mai.

NOTE :

Une preuve de résidence est **OBLIGATOIRE** lors de l'inscription.
Une preuve d'âge peut être exigée par le préposé à l'accueil.
Le calendrier des activités peut être modifié sans préavis.

PISCINE CALIXA-LAVALLÉE

PROGRAMMATION PRINTEMPS 2014



PISCINE CALIXA-LAVALLÉE
11345, avenue Pelletier

Jocelyne Dumais, animatrice sports/loisirs
514 328-4170

PISCINE HENRI-BOURASSA
12005, avenue Laurier

Simon Ostiguy, animateur sports/loisirs
514 328-4171

www.ville.montreal.qc.ca/mtlnord

Montréal-Nord
Montréal 

HORAIRE DE LA NAGE LIBRE

ENTRÉE GRATUITE

DATE	JOUR	HEURE	CLIENTÈLE
Du 5 au 25 avril	Lundi et mercredi	19 h à 20 h 30	Familiale
	Mardi et jeudi	19 h à 20 h 30	Parents/Enf*
	Lundi au jeudi	20 h 30 à 22 h 30	Adulte
	Vendredi	21 h à 22 h 30	Adulte
	Samedi et dimanche	13 h à 16 h	Familiale
Du 26 avril au 30 mai	Lundi au vendredi (sauf jeudi)	21 h à 22 h 30	Adulte
	Jeudi	20 h à 22 h	Adulte
	Samedi	14 h 30 à 16 h 30	Familiale
	Dimanche	14 h à 16 h	Familiale
19 mai (congé férié)	Lundi	13 h à 16 h	Familiale
Du 31 mai au 20 juin	Lundi au vendredi	19 h à 20 h 30	Familiale
	Mardi et jeudi	19 h à 20 h 30	Parents/Enf*
	Lundi au jeudi	20 h 30 à 22 h 30	Adulte
	Vendredi	21 h à 22 h 30	Adulte
	Samedi et dimanche	13 h à 16 h	Familiale
Du 16 au 20 juin	Lundi au vendredi	13 h à 16 h	Familiale

*Parents/enfants : L'activité est réservée uniquement aux enfants de 12 ans et moins accompagnés d'un parent ou d'un gardien

La nage libre pour adultes est réservée aux 18 ans et plus.

INTERRUPTION : La piscine sera fermée du 18 au 21 avril (congé de Pâques).
Lundi 19 mai, Journée nationale des patriotes, nage libre en après-midi.

Apportez un cadenas pour verrouiller votre case. Durant la nage libre familiale, un **adulte doit accompagner et surveiller tout enfant dont** la taille est inférieure à 48 pouces (1,22 m), qui souffre d'un handicap ou qui ne sait pas nager. Le port du casque de bain est facultatif, mais les cheveux longs devront être attachés.

CALENDRIER DES ACTIVITÉS AQUATIQUES

LA DURÉE DE LA SESSION EST DU SAMEDI 26 AVRIL AU VENDREDI 30 MAI 2014
Inscriptions en tout temps, à la piscine, du lundi au vendredi, de 18 h à 21 h.

COURS	JOUR	HEURE	DÉBUT
Enfant (2 à 17 ans)		Frais : 20 \$ pour 12 cours de 45 minutes	
Tortue et Dauphin (2 à 4 ans) L'enfant est accompagné d'un adulte.	Mardi	18 h	29 avril
	Jeudi	18 h	1 ^{er} mai
	Samedi	10 h 30 ou 12 h 30	26 avril
	Dimanche	11 h	27 avril
Grenouille et Baleine (5 et 6 ans) L'enfant est seul.	Mardi	18 h	29 avril
	Jeudi	18 h	1 ^{er} mai
	Samedi	10 h 30, 12 h 30 ou 13 h 30	26 avril
	Dimanche	11 h ou 12 h	27 avril
Natation 1, 2, 3 (7 à 15 ans) *Natation 1 et 2 seulement	Mercredi	18 h	30 avril
	Samedi	11 h 30 ou 13 h 30*	26 avril
	Dimanche	9 h, 10 h ou 12 h*	27 avril
Natation 4	Lundi	18 h	28 avril
	Dimanche	13 h	27 avril
Natation 5, 6, 7	Dimanche	13 h	27 avril
Adultes (18 à 59 ans)		Frais : 40 \$ pour 12 cours de 45 minutes	
Aînés (60 ans et plus)		Frais : 20 \$ pour 12 cours de 45 minutes	
Natation 1, 2, 3, 4	Mercredi	19 h	30 avril
Natation 1	Mercredi	20 h	30 avril
Aquamaman (prénatal)	Lundi	19 h	28 avril
Aquagym (impact doux)	Mardi	19 h	29 avril
	Jeudi	19 h	1 ^{er} mai
Aquaforme Plus	Lundi	20 h*	28 avril
	Mardi	20 h*	29 avril
Aquajogging , En partie profonde; la ceinture de flottabilité est fournie gratuitement.	Lundi	20 h*	28 avril
	Jeudi	19 h	1 ^{er} mai
AquaXtrême (intense) Être à l'aise en partie profonde.	Mercredi	20 h *	30 avril

* Short, t-shirt et espadrilles requis pour la partie au sol à 19 h 30 (durée 30 minutes)

Les frais indiqués dans ce dépliant ne sont valables que pour les résidents de la Ville de Montréal. Les taxes (TPS/TVQ) sont incluses dans les prix.
La priorité sera d'abord accordée aux gens déjà inscrits à la session d'HIVER 2014.