

HORAIRE DE LA NAGE LIBRE

ENTRÉE GRATUITE

| DATE | JOUR | HEURE | CLIENTÈLE |
|------------------------------------|--------------------|-------------------------------|---------------------|
| Du 31 mai au 15 juin | 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 16 au 20 juin | Lundi au jeudi | 13 h à 16 h | Familiale |
| | | 20 h à 22 h | Adulte |
| | Lundi, mercredi | 18 h à 20h | Familiale |
| | Mardi, jeudi | 18 h à 20 h | Parents/Enf* |
| | Vendredi | 13 h à 16 h | Familiale |
| Du 23 juin au 1 ^{er} août | Lundi, mercredi | 13 h à 16 h 21 h à 22 h 30 | Familiale Adulte |
| | Mardi, jeudi | 13 h à 16 h 20 h à 22 h | Familiale Adulte |
| | Vendredi | 10 h à 15 h | Familiale |
| | Lundi, mercredi | 18 h à 20 h | Familiale |
| | Mardi, jeudi | 18 h à 20 h | Parents/Enf* |
| Du 4 au 8 août | Lundi au jeudi | 13 h à 16 h 20 h à 22 h | Familiale Adulte |
| | Vendredi | 10 h à 15 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 le mardi 24 juin (férié) ainsi que durant la période de nettoyage annuel du 9 au 24 août.

Apportez un cadenas pour verrouiller votre case. Durant la nage libre, **l'adulte doit être présent en tout temps à la piscine** et veiller constamment sur l'enfant dont la taille est moins de 48 pouces (1,22 m), sur l'enfant souffrant 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 LUNDI 23 JUIN AU VENDREDI 1^{ER} AOÛT 2014

Inscriptions **OBLIGATOIRE** à la piscine de votre choix: **pour les résidents de l'arrondissement** à compter du **lundi 9 juin**, du lundi au vendredi, de 18 h à 21 h : **preuve de résidence requise**.
Pour les non-résidents, à compter du mercredi 11 juin.

| COURS | JOUR | HEURE | DÉBUT |
|--|-----------------------------------|---|-------------------------|
| Enfant (2 à 17 ans) | | Frais : 20 \$ pour 12 cours de 45 minutes | |
| Tortue et Dauphin (2 à 4 ans) | Mardi, jeudi | 9h | 26 juin |
| | Mardi, jeudi | 18 h | 26 juin |
| L'enfant est accompagné d'un adulte. | | | |
| Grenouille et Baleine (5 et 6 ans) | Lundi, mercredi | 11 h | 23 juin |
| | Mardi, jeudi | 9 h | 26 juin |
| | Mardi, jeudi | 18 h | 26 juin |
| L'enfant est seul. | | | |
| Natation 1 (7 à 15 ans) | Lundi, mercredi | 11 h | 23 juin |
| Natation 1, 2, 3 (7 à 15 ans) | Lundi, mercredi | 18 h | 23 juin |
| | Mardi, jeudi | 10 h | 26 juin |
| Natation 4, 5, 6, 7 (7 à 15 ans) | Mardi, jeudi | 11 h | 26 juin |
| 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 | Mardi | 19 h | 1 ^{er} juillet |
| | Jeudi | 19 h | 26 juin |
| Aquamaman (pré-natal) | Lundi | 10 h | 23 juin |
| Aquagym (impact doux) | Lundi | 10 h ou 19 h | 23 juin |
| | Mercredi | 19 h | 25 juin |
| Aquaforme Plus | Lundi | 20 h* | 23 juin |
| Aquajogging | Lundi | 20 h* | 23 juin |
| | Mercredi | 19 h | 25 juin |
| AquaXtrême (intense) | Mercredi | 20 h * | 25 juin |
| | Être à l'aise en partie profonde. | | |

* 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.

Mardi 24 juin (férié) : aucune activité à la piscine

Mardi 1^{er} juillet (férié) : Toutes nos activités régulières sont maintenues

COURS DE SAUVETAGE

Jeunes Sauveteurs – GRATUIT

(8 à 12 ans)

Il faut savoir nager pour suivre ce cours

Lundi et vendredi, 9 h 30 à 11 h

Début : 23 juin

ACTIVITÉS OFFERTES PAR NOS CLUBS AQUATIQUES

Initiation à la nage synchronisée

Offert dans nos piscines extérieures

Initiation au plongeon

Offert dans nos piscines extérieures

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 :

31 mai Nage-O-thon
7 juin Finale de sélection des Jeux du Québec
21 juin Gala de nage synchronisée
27 au 29 juin Championnat P1 en natation avec finales

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.

SESSION AUTOMNE 2014 :

INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES à la piscine de votre choix:

Pour les résidents de l'arrondissement à compter du **27 août** sur semaine entre 18 h et 21 h et à compter du 2 septembre pour les non-résidents.

Preuve de résidence requise.

La session, d'une durée de 12 semaines, débutera le **samedi 6 septembre**.

Le calendrier des activités sera à votre disposition à compter d'août.

PISCINE CALIXA-LAVALLÉE

PROGRAMMATION ÉTÉ 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/mtnord

Montréal-Nord
Montréal 