

## Cours sur semaine - Automne 2024

<b>Lundi   23 septembre au 16 décembre (arrêt 14 octobre)</b>
<p><b>Aquaforme A</b> 8h30 à 9h20</p> <p><i>Possibilité de faire de l'aquajogging</i></p>
<p><b>Aquaforme B</b> 9h30 à 10h20</p> <p><i>Possibilité de faire de l'aquajogging</i></p>

<b>Mardi   24 septembre au 10 décembre</b>
<p><b>Aquapoussette A</b> 9h30 à 10h20</p>
<p><b>Aquadouceur A</b> 10h30 à 11h20</p>

<b>Mercredi   25 septembre au 11 décembre</b>
<p><b>Aquaforme C</b> 8h30 à 9h20</p> <p><i>Possibilité de faire de l'aquajogging</i></p>
<p><b>Aquaforme D</b> 9h30 à 10h20</p> <p><i>Possibilité de faire de l'aquajogging</i></p>

<b>Mercredi   2 octobre au 4 décembre</b>	
<p><b>Adulte 1</b> 19h à 19h30</p> <p><i>S'adresse aux débutants</i></p>	<p><b>Adulte 3</b> 19h à 20 h</p> <p><i>S'adresse aux personnes qui veulent rester en forme par la nage</i></p>
<p><b>Adulte 2</b> 19h35 à 20h20</p> <p><i>S'adresse aux personnes qui veulent améliorer leurs styles de nage</i></p>	

<b>Jeudi   26 septembre au 12 décembre</b>
<p><b>Aquapoussette B</b> 9h30 à 10h20</p>
<p><b>Aquadouceur B</b> 10h30 à 11h20</p>

<b>Vendredi   27 septembre au 13 décembre</b>
<p><b>Aquaforme matinal</b> 7h à 7h50</p> <p><i>Possibilité de faire de l'aquajogging</i></p>
<p><b>Aquaforme E</b> 8h30 à 9h20</p> <p><i>Possibilité de faire de l'aquajogging</i></p>
<p><b>Aquaforme F</b> 9h30 à 10h20</p> <p><i>Possibilité de faire de l'aquajogging</i></p>

# Cours samedi - Automne 2024

Du 28 septembre au 7 décembre (arrêt 12 octobre)

*Il est important d'inscrire votre enfant dans le bon niveau. Il ne sera pas possible de faire des changements de niveaux.*

9h 00	<b>Précolaire 1 A</b> 9h-9h30	<b>Nageur 1 A</b> 9h-9h30	<b>Nageur 5 A</b> 9h-9h45	<b>Nageur 3 A</b> 9h-9h45	<b>Couloir de nage</b>
9h 05					
9h 10					
9h 15					
9h 20					
9h 25					
9h 30					
9h 35	<b>Parent et Enfant 3 A</b> 9h35-10h05	<b>Précolaire 2 A</b> 9h35-10h05	<b>Précolaire 5 A</b> 9h50-10h20	<b>Nageur 2 A</b> 9h50-10h20	
9h 40					
9h 45					
9h 50					
9h 55					
10h 00					
10h 05					
10h 10	<b>Parent et Enfant 1 A</b> 10h10-10h40	<b>Nageur 1 B</b> 10h10-10h40	<b>Pause</b>	<b>Précolaire 1 B</b> 10h25-10h55	
10h 15					
10h 20					
10h 25					
10h 30					
10h 35					
10h 40					
10h 45	<b>Précolaire 4 A</b> 10h45-11h15	<b>Pause</b>	<b>Nageur 2 B</b> 10h35-11h05	<b>Pause</b>	
10h 50					
10h 55					
11h 00					
11h 05					
11h 10					
11h 15	<b>Pause</b>	<b>Précolaire 1 C</b> 10h55-11h25	<b>Parent et Enfant 2 A</b> 11h05-11h35	<b>Précolaire 2 B</b> 11h05-11h35	
11h 20					
11h 25					
11h 30					
11h 35					
11h 40					
11h 45	<b>Précolaire 3 A</b> 11h30-12h	<b>Précolaire 1 D</b> 11h30-12h	<b>Nageur 2 C</b> 11h45-12h15	<b>Nageur 1 C</b> 11h45-12h15	
11h 50					
11h 55					
12h 00					
12h 05					
12h 10					
12h 15	<b>Précolaire 2 C</b> 12h05-12h35	<b>Nageur 1 D</b> 12h05-12h35	<b>Nageur 6 A</b> 12h20-13h05	<b>Nageur 4 A</b> 12h20-13h05	
12h 20					
12h 25					
12h 30					
12h 35					
12h 40					
12h 45	<b>Nageur 1 E</b> 12h40-13h10	<b>Précolaire 1 E</b> 12h40-13h10			
12h 50					
12h 55					
13h 00					
13h 05					
13h 10					
13h 15					
13h 20					
13h 25					

# Cours dimanche - Automne 2024

Du 29 septembre au dimanche 8 décembre (arrêt 13 octobre)

*Il est important d'inscrire votre enfant dans le bon niveau. Il ne sera pas possible de faire des changements de niveaux.*

9h 00	<b>Précolaire 3 B</b> 9h-9h30	<b>Nageur 2 D</b> 9h-9h30  :5	<b>Nageur 6 B</b> 9h-9h45	<b>Précolaire 1 F</b> 9h-9h30	<b>Couloir de nage</b>
9h 05					
9h 10					
9h 15					
9h 20					
9h 25					
9h 30					
9h 35	<b>Nageur 2 E</b> 9h35-10h05	<b>Précolaire 2 D</b> 9h35-10h05	<b>Précolaire 4 B</b> 9h50-10h20	<b>Nageur 3 B</b> 9h35 à 10h15	
9h 40					
9h 45					
9h 50					
9h 55					
10h 00					
10h 05					
10h 10	<b>Parent et Enfant 2 B</b> 10h10-10h40	<b>Nageur 1 F</b> 10h10-10h40	<b>Pause</b>	<b>Précolaire 1 G</b> 10h25-10h55	
10h 15					
10h 20					
10h 25					
10h 30					
10h 35					
10h 40					
10h 45	<b>Précolaire 3 C</b> 10h45-11h15	<b>Pause</b>	<b>Nageur 2 F</b> 10h35-11h05	<b>Pause</b>	
10h 50					
10h 55					
11h 00					
11h 05					
11h 10					
11h 15	<b>Pause</b>	<b>Précolaire 1 H</b> 10h55-11h25	<b>Parent et Enfant 3 B</b> 11h10-11h40	<b>Jeune sauveteur averti/expert</b> 11h10-12h10	
11h 20					
11h 25					
11h 30					
11h 35					
11h 40					
11h 45	<b>Nageur 4 B</b> 11h30-12h15	<b>Précolaire 2 E</b> 11h30-12h	<b>Nageur 2 G</b> 11h45-12h15	<b>Jeune sauveteur initié</b> 12h15-13h15	
11h 50					
11h 55					
12h 00					
12h 05					
12h 10					
12h 15	<b>Nageur 5 B</b> 12h20-13h05	<b>Nageur 1 G</b> 12h05-12h35	<b>Précolaire 2 F</b> 12h20-12h50	<b>Nageur 2 H</b> 12h55 - 13h25	
12h 20					
12h 25					
12h 30					
12h 35					
12h 40					
12h 45					
12h 50					
12h 55					
13h 00					
13h 05					
13h 10					
13h 15					
13h20					

