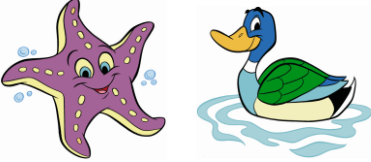



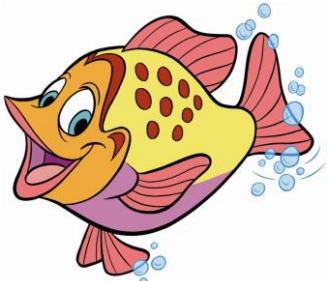

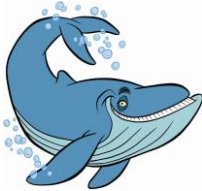


**La session Automne 2017 (début 28 août 2017)**

**Cours préscolaires : 10 semaines de 40 minutes**

<p><b>Étoile de mer</b> 4 à 15 mois et <b>Canard</b> 15 à 25 mois</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vendredi 18 h 00 à 18 h 40</li> <li>• Samedi 10 h 00 à 10 h 40</li> <li>• Dimanche 09 h 15 à 09 h 55</li> </ul>	
<p><b>Tortue de mer</b> 25 à 36 mois</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Samedi 09 h 15 à 09 h 55</li> <li>• Samedi 10 h 45 à 11 h 25</li> <li>• Samedi 13 h 00 à 13 h 40</li> <li>• Dimanche 10 h 00 à 10 h 40</li> <li>• Dimanche 13 h 45 à 14 h 25</li> </ul>	
<p><b>Loutre de mer</b> 30 à 40 mois</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vendredi 18 h 45 à 19 h 25</li> <li>• Vendredi 19 h 30 à 20 h 10</li> <li>• Samedi 09 h 15 à 09 h 55</li> <li>• Samedi 10 h 45 à 11 h 25</li> <li>• Samedi 13 h 00 à 13 h 40</li> <li>• Samedi 13 h 45 à 14 h 25</li> <li>• Dimanche 08 h 30 à 09 h 10</li> <li>• Dimanche 09 h 15 à 09 h 55</li> <li>• Dimanche 10 h 45 à 11 h 25</li> <li>• Dimanche 13 h 00 à 13 h 40</li> </ul>	
<p><b>Salamandre</b> Débutant 3 à 5 ans</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vendredi 18 h 00 à 18 h 40</li> <li>• Samedi 09 h 15 à 09 h 55</li> <li>• Samedi 10 h 00 à 10 h 40</li> <li>• Samedi 13 h 45 à 14 h 25</li> <li>• Dimanche 08 h 30 à 09 h 10</li> <li>• Dimanche 10 h 00 à 10 h 40</li> <li>• Dimanche 13 h 00 à 13 h 40</li> </ul>	
<p><b>Poisson-lune</b> Nage 2 mètres sans aide</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vendredi 18 h 45 à 19 h 25</li> <li>• Samedi 10 h 00 à 10 h 40</li> <li>• Samedi 10 h 45 à 11 h 25</li> <li>• Samedi 13 h 45 à 14 h 25</li> <li>• Dimanche 09 h 15 à 09 h 55</li> <li>• Dimanche 10 h 45 à 11 h 25</li> <li>• Dimanche 13 h 45 à 14 h 25</li> </ul>	

<b>Crocodile</b> <i>Nage 5 mètres</i> <i>sans aide</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vendredi 19 h 30 à 20 h 10</li> <li>• Samedi 10 h 00 à 10 h 40</li> <li>• Samedi 13 h 00 à 13 h 40</li> <li>• Dimanche 08 h 30 à 09 h 10</li> <li>• Dimanche 10 h 45 à 11 h 25</li> <li>• Dimanche 13 h 45 à 14 h 25</li> </ul>	
<b>Baleine</b> <i>Nage 10 m</i> <i>sans aide</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Samedi 10 h 45 à 11 h 25</li> <li>• Samedi 12 h 00 à 12 h 40</li> <li>• Samedi 13 h 45 à 14 h 25</li> <li>• Dimanche 10 h 00 à 10 h 40</li> <li>• Dimanche 13 h 00 à 13 h 40</li> </ul>	

<b>Cours enfants : 10 semaines de 40 minutes</b>		
<b>Junior 1</b> <i>Débutant</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vendredi 18 h 45 à 19 h 25</li> <li>• Samedi 09 h 15 à 09 h 55</li> <li>• Samedi 13 h 00 à 13 h 40</li> <li>• Dimanche 09 h 15 à 09 h 55</li> <li>• Dimanche 10 h 00 à 10 h 40</li> <li>• Dimanche 13 h 00 à 13 h 40</li> </ul>	
<b>Junior 2</b> <i>Nage 10 m</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vendredi 18 h 00 à 18 h 40</li> <li>• Vendredi 19 h 30 à 20 h 10</li> <li>• Samedi 10 h 00 à 10 h 40</li> <li>• Samedi 12 h 00 à 12 h 40</li> <li>• Samedi 13 h 45 à 14 h 25</li> <li>• Dimanche 10 h 00 à 10 h 40</li> <li>• Dimanche 10 h 45 à 11 h 25</li> <li>• Dimanche 13 h 00 à 13 h 40</li> <li>• Dimanche 13 h 45 à 14 h 25</li> </ul>	
<b>Junior 3</b> <i>Nage 15 m</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vendredi 18 h 00 à 18 h 40</li> <li>• Samedi 09 h 15 à 09 h 55</li> <li>• Samedi 10 h 45 à 11 h 25</li> <li>• Samedi 13 h 00 à 13 h 40</li> <li>• Dimanche 09 h 15 à 09 h 55</li> <li>• Dimanche 10 h 45 à 11 h 25</li> <li>• Dimanche 12 h 00 à 12 h 40</li> <li>• Dimanche 13 h 45 à 14 h 25</li> </ul>	

## Cours enfants : 10 semaines de 55 minutes

<p><b>Junior 4</b> <i>Nage 25 m</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vendredi 18 h 45 à 19 h 40</li> <li>• Vendredi 19 h 45 à 20 h 40</li> <li>• Samedi 09 h 30 à 10 h 25</li> <li>• Samedi 12 h 00 à 12 h 55</li> <li>• Dimanche 09 h 30 à 10 h 25</li> <li>• Dimanche 10 h 30 à 11 h 25</li> <li>• Dimanche 12 h 00 à 12 h 55</li> </ul>
<p><b>Junior 5</b> <i>Nage 50 m</i> <i>et</i> <b>Junior 6</b> <i>Nage 75 m</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vendredi 18 h 00 à 18 h 55</li> <li>• Samedi 12 h 00 à 12 h 55</li> <li>• Samedi 13 h 00 à 13 h 55</li> <li>• Dimanche 12 h 00 à 12 h 55</li> </ul>
<p><b>Junior 7</b> <i>Nage 150 m</i> <i>et</i> <b>Junior 8</b> <i>Nage 300 m</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vendredi 19 h 00 à 19 h 55</li> <li>• Samedi 10 h 30 à 11 h 25</li> <li>• Samedi 12 h 00 à 12 h 55</li> <li>• Dimanche 12 h 00 à 12 h 55</li> <li>• Dimanche 14 h 00 à 14 h 55</li> </ul>
<p><b>Junior 9</b> <i>Nage 400 m</i> <i>et</i> <b>Junior 10</b> <i>Nage 500 m</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vendredi 20 h 00 à 20 h 55</li> <li>• Samedi 12 h 00 à 12 h 55</li> <li>• Dimanche 12 h 00 à 12 h 55</li> </ul>
<p><b>Entraînement dirigé ados</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dimanche 12 h 00 à 12 h 55</li> </ul>

<b>Cours adultes : 10 semaines</b>		
<b>Essentiel 1 (Aqua-adulte 1)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lundi</li> <li>• Samedi</li> </ul>	19 h 00 à 19 h 55 08 h 00 à 08 h 55
<b>Essentiel 2 (Aqua-adulte 2)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mercredi</li> <li>• Samedi</li> </ul>	19 h 00 à 19 h 55 08 h 00 à 08 h 55
<b>Styles de nage (Aqua-adulte 3)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lundi</li> <li>• Jeudi</li> <li>• Dimanche</li> </ul>	20 h 00 à 20 h 55 20 h 00 à 20 h 55 08 h 00 à 08 h 55
<b>AQUAFORME 10 semaines</b>		
<b>AQUA BOOT CAMP</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeudi</li> </ul>	19 h 00 à 19 h 55
<b>AQUA COMBO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lundi</li> <li>• Mercredi</li> </ul>	18 h 00 à 18 h 55 18 h 00 à 18 h 55
<b>AQUA CIRCUIT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mardi</li> <li>• Mercredi</li> </ul>	18 h 00 à 18 h 55 20 h 00 à 20 h 55
<b>AQUAJOGGING</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mardi</li> <li>• Mercredi</li> </ul>	20 h 00 à 20 h 55 19 h 00 à 19 h 55
<b>AQUAFORME CARDIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeudi</li> </ul>	18 h 00 à 18 h 55
<b>AQUAFORME AFC (Abdos, fesses, cuisses)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mardi</li> </ul>	19 h 00 à 19 h 55
<b>Maître-Nageur 10 semaines</b>		
<b>Maître-nageur (adultes)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lundi</li> <li>• Jeudi</li> <li>• Dimanche</li> </ul>	20 h 00 à 20 h 55 20 h 00 à 20 h 55 08 h 00 à 08 h 55

<b>Jeunes sauveteurs : 10 semaines</b>	
<b>Jeune sauveteur Initié (8 ans et +)</b>	• Vendredi 18 h 00 à 18 h 55
<b>Jeune sauveteur Averti</b>	• Vendredi 19 h 00 à 19 h 55
<b>Cours de Sauveteur : 10 semaines</b>	
<b>Étoile de Bronze Durée : 10 h</b>	• Lundi 20 h 00 à 20 h 55 • Dimanche 13 h 00 à 13 h 55
<b>Médaille de Bronze Durée : 20 h</b>	• Dimanche
<b>Croix de Bronze Durée : 20 h</b>	• Vendredi
<b>Sauveteur National piscine Durée : 40 h</b>	• Samedi

Loisirs 3000 se réserve le droit d'annuler une activité faute d'inscription, auquel cas un remboursement complet sera émis. Veuillez noter que si le cours est complet, aucune inscription supplémentaire ne sera acceptée.