

Appelez-nous au 450-687-1857 poste 314 pour réserver un espace\* pour nager.

HEURES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE	
6H00 <sub>30</sub>	↑ ↑	↑ ↑	↑ ↑	↑ ↑	↑ ↑	<b>O U V E R T U R E À 6 H 30</b>		
7H00						↑ ↑	↑ ↑	
8H00								
9H00	AQUA JOGGING		AQUA ÉNERGIE	AQUA INTERVALLES	AQUA JOGGING	COURS DE NATATION 9H00 À 11H55	COURS DE NATATION 9H00 À 11H55	
10H00	AQUA H.I.I.T.	AQUA CARDIO INTERVALLES	AQUA H.I.I.T.	AQUA CARDIO TONUS	AQUA H.I.I.T.			
11H00	AQUA DOUCEUR	AQUA MUSCULATION-ÉTIREMENTS	AQUA DOUCEUR	AQUA MUSCULATION-ÉTIREMENTS	AQUA DOUCEUR			
12H00					Intergo			
13H00	AQUA ÉNERGIE	Intergo	AQUA ÉNERGIE	Intergo	AQUA ÉNERGIE	COURS DE NATATION 12H25 À 16H30	COURS DE NATATION 12H25 À 16H30	
14H00	AQUA DOUCEUR	CSMIL	AQUA DOUCEUR	CSMIL	AQUA DOUCEUR			
15H00								
16H00	AQUA JOGGING		AQUA JOGGING		COURS DE NATATION 16H À 21H00			
17H00	AQUA INTERVALLES		AQUA INTERVALLES	CSMIL				
18H00	AQUA H.I.I.T.	AQUA ZUMBA	AQUA H.I.I.T.					
19H00	AQUA ÉNERGIE		AQUA ÉNERGIE			↓ ↓	↓ ↓	
20H00						<b>F E R M E T U R E À 20 H 00</b>		
21H00	↓ ↓	↓ ↓	↓ ↓	↓ ↓	↓ ↓			
22h00	<b>F E R M E T U R E À 22 H 00</b>							

**Pour les règlements de la piscine, vous référer à l'affiche à l'entrée de la piscine.**

*L'horaire est sujet à changements sans préavis.*

Les cours d'aquaforme débutent le 5 septembre pour prendre fin le 22 décembre prochain.

*\*Nous favorisons la bonne entente entre les membres et par le fait même nous encourageons ceux-ci à faire la rotation dans les couloirs lorsque le nombre de nageurs est plus élevé.*