



COURS DE NATATION

COURS DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE AQUATIQUE

SESSION HIVER 2025

TARIFS ET HORAIRE | COURS DE SEMAINE EN SOIRÉE | ADULTES 16 ANS ET PLUS

Session hiver 2025	6 janvier au 13 mars 2025 Session de 10 semaines	
Inscriptions	Résidents : 9 décembre 2024 - 18 h	Non-résidents : 11 décembre 2024 - 9 h
Lieu des cours	Piscine intérieure École secondaire de la Cité-des-Jeunes 400, avenue Saint-Charles à Vaudreuil-Dorion	
Relâche de cours	Il n'y aura pas de cours le 3 février pour les groupes du lundi (voir note importante)	

Note importante :

- ✚ Seuls les participants peuvent être présents sur le bord de la piscine au maximum 15 minutes avant leur cours.
- ✚ Les cours Adulte 1, 2 et 3 et Forme physique sont des cours de natation. Il est donc recommandé de porter des lunettes de piscines appropriées.
- ✚ Les cours du lundi feront relâche le 3 février ce qui donnera une session de 9 semaines. Le montant à payer pour la session sera donc ajusté lors de l'inscription.

Équipement obligatoire pour tous :

Un maillot de bain CONFORME en tissus synthétiques tels que le polyester, le nylon et le Lycra® | Bonnet de bain | Une serviette | Les sandales propres et portées à l'intérieur seulement sont autorisées | Le port de chaussures (incluant les sandales) portées à l'extérieur est interdit dans les vestiaires et sur le bord de la piscine.

Niveaux Adultes	Durée du cours	Coût Résidents		Coût Non-résidents	
		16 à 54 ans	55 ans et +	16 à 54 ans	55 ans et +
Cours de natation : Adulte 1, 2 et 3 Forme physique (Voir note ci-dessus)	40 minutes	82,50 \$	72,50 \$	140 \$	130 \$
Cours de conditionnement physique aquatique : Aquaforme Aquasanté Aquaprofond Combo - Aquaforme/Aqua-profond					

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
18 h à 18 h 40		Aquasanté Aquaprofond	Aquaforme	
18 h 45 à 19 h 25		Aquasanté Aquaprofond	Aquaforme	
19 h à 19 h 40	Aquaforme			Aquaforme Aquaprofond
19 h 30 à 20 h 10		Combo Aquaforme/ Aquaprofond Adulte 3	Adulte 1 Adulte 2	
19 h 45 à 20 h 25	Aquaforme			Adulte 3 Forme physique
20 h 30 à 21 h 10	Adulte 1 Adulte 3			
21 h 15 à 21 h 55	Adulte 1 Adulte 2			