

ACTIVITÉS AQUATIQUES - Horaire HIVER 2018

Inscription en ligne à compter du **9 décembre à 9 h**

Inscription en personne à compter du **12 décembre à 8 h 30** | non-résident à compter du **14 décembre à 8 h 30**

Tarifs session de 9 semaines

Préscolaire & Juniors 53,37 \$

Ado 56,07 \$

Session se déroulant du **6 janvier au 12 mars 2018**

Relâche les 3, 4 et 5 février à Lucille-Teasdale seulement - reprises les 10, 11 et 12 mars

PISCINES AB : Antoine-Brossard

LT : Lucille-Teasdale

Pour connaître les préalables et la description des cours, consultez *Mon Loisard*

ou www.brossard.ca | Renseignement Services Brossard 450-923-6311

PRÉSCOLAIRE 4 MOIS À 6 ANS						PRÉSCOLAIRE 4 MOIS À 6 ANS - suite						PRÉSCOLAIRE 4 MOIS À 6 ANS - suite					
ACTIVITÉ	GROUPE	JOUR	DÉBUT	FIN	LIEU	ACTIVITÉ	GROUPE	JOUR	DÉBUT	FIN	LIEU	ACTIVITÉ	GROUPE	JOUR	DÉBUT	FIN	LIEU
ÉTOILE						LOUTRE suite						POISSON					
ÉTOILE	01	Di	09:35	10:00	AB	LOUTRE	59	Sa	08:30	08:55	LT	POISSON	01	Di	10:00	10:25	AB
ÉTOILE	02	Me	18:00	18:25	AB	LOUTRE	60	Sa	09:00	09:25	LT	POISSON	02	Di	10:30	10:55	AB
ÉTOILE	03	Sa	09:30	09:55	AB	LOUTRE	61	Sa	10:00	10:25	LT	POISSON	03	Di	11:00	11:25	AB
ÉTOILE	51	Di	09:30	09:55	LT	LOUTRE	62	Sa	11:00	11:25	LT	POISSON	04	Di	12:00	12:25	AB
ÉTOILE	52	Di	10:00	10:25	LT	SALAMANDRE						POISSON	05	Ma	18:00	18:25	AB
CANARD						SALAMANDRE	01	Di	09:35	10:00	AB	POISSON	06	Ma	18:30	18:55	AB
CANARD	01	Di	10:25	10:55	AB	SALAMANDRE	02	Di	09:35	10:00	AB	POISSON	07	Me	19:00	19:25	AB
CANARD	02	Di	11:30	11:55	AB	SALAMANDRE	03	Di	10:00	10:25	AB	POISSON	08	Je	18:30	18:55	AB
CANARD	03	Sa	08:30	08:55	AB	SALAMANDRE	04	Di	11:30	11:55	AB	POISSON	09	Sa	09:30	09:55	AB
CANARD	04	Sa	11:30	11:55	AB	SALAMANDRE	05	Di	12:00	12:25	AB	POISSON	10	Sa	10:00	10:25	AB
CANARD	51	Di	10:30	10:55	LT	SALAMANDRE	06	Di	12:00	12:25	AB	POISSON	11	Sa	11:00	11:25	AB
CANARD	52	Di	12:35	13:00	LT	SALAMANDRE	07	Di	12:30	12:55	AB	POISSON	51	Di	08:30	08:55	LT
CANARD	53	Sa	09:30	09:55	LT	SALAMANDRE	08	Me	18:00	18:25	AB	POISSON	52	Di	09:00	09:25	LT
TORTUE						SALAMANDRE	09	Me	18:30	18:55	AB	POISSON	53	Di	10:00	10:25	LT
TORTUE	01	Di	10:00	10:25	AB	SALAMANDRE	10	Je	18:00	18:25	AB	POISSON	54	Di	10:30	10:55	LT
TORTUE	02	Di	13:00	13:25	AB	SALAMANDRE	11	Ve	18:00	18:25	AB	POISSON	55	Ve	19:00	19:25	LT
TORTUE	03	Me	18:30	18:55	AB	SALAMANDRE	12	Sa	08:30	08:55	AB	POISSON	56	Ve	19:00	19:25	LT
TORTUE	04	Me	19:00	19:25	AB	SALAMANDRE	13	Sa	09:00	09:25	AB	POISSON	57	Sa	08:30	08:55	LT
TORTUE	05	Sa	09:00	09:25	AB	SALAMANDRE	14	Sa	09:00	09:25	AB	POISSON	58	Sa	09:00	09:25	LT
TORTUE	06	Sa	10:00	10:25	AB	SALAMANDRE	15	Sa	09:30	09:55	AB	POISSON	59	Sa	10:00	10:25	LT
TORTUE	07	Sa	10:30	10:55	AB	SALAMANDRE	16	Sa	10:00	10:25	AB	POISSON	60	Sa	10:30	10:55	LT
TORTUE	51	Di	09:00	09:25	LT	SALAMANDRE	17	Sa	11:00	11:25	AB	POISSON	61	Sa	11:00	11:25	LT
TORTUE	52	Di	13:05	13:30	LT	SALAMANDRE	18	Sa	11:00	11:25	AB	POISSON	62	Sa	11:30	11:55	LT
TORTUE	53	Ma	19:00	19:25	LT	SALAMANDRE	19	Sa	11:30	11:55	AB	CROCODILE					
TORTUE	54	Je	19:00	19:25	LT	SALAMANDRE	20	Sa	12:00	12:25	AB	CROCODILE	01	Di	09:35	10:00	AB
TORTUE	55	Sa	11:30	11:55	LT	SALAMANDRE	21	Sa	12:00	12:25	AB	CROCODILE	02	Di	10:30	10:55	AB
LOUTRE						SALAMANDRE	22	Sa	12:30	12:55	AB	CROCODILE	03	Di	11:00	11:25	AB
LOUTRE	01	Di	09:35	10:00	AB	SALAMANDRE	51	Di	08:30	08:55	LT	CROCODILE	04	Di	13:00	13:25	AB
LOUTRE	02	Di	11:00	11:25	AB	SALAMANDRE	52	Di	08:30	08:55	LT	CROCODILE	05	Ma	18:00	18:25	AB
LOUTRE	03	Di	12:00	12:25	AB	SALAMANDRE	53	Di	09:30	09:55	LT	CROCODILE	06	Me	19:30	19:55	AB
LOUTRE	04	Di	12:30	12:55	AB	SALAMANDRE	54	Di	10:30	10:55	LT	CROCODILE	07	Je	18:30	18:55	AB
LOUTRE	05	Ma	18:30	18:55	AB	SALAMANDRE	55	Di	12:05	12:30	LT	CROCODILE	08	Sa	10:00	10:25	AB
LOUTRE	06	Je	18:00	18:25	AB	SALAMANDRE	56	Di	12:05	12:30	LT	CROCODILE	09	Sa	10:30	10:55	AB
LOUTRE	07	Je	18:30	18:55	AB	SALAMANDRE	57	Di	13:05	13:30	LT	CROCODILE	51	Di	09:00	09:25	LT
LOUTRE	08	Je	19:00	19:25	AB	SALAMANDRE	58	Di	13:05	13:30	LT	CROCODILE	52	Di	12:05	12:30	LT
LOUTRE	09	Sa	08:30	08:55	AB	SALAMANDRE	60	Ve	19:00	19:25	LT	CROCODILE	53	Ve	19:30	19:55	LT
LOUTRE	10	Sa	11:30	11:55	AB	SALAMANDRE	61	Ve	19:30	19:55	LT	CROCODILE	54	Sa	10:30	10:55	LT
LOUTRE	51	Di	09:00	09:25	LT	SALAMANDRE	62	Ve	19:30	19:55	LT	BALEINE					
LOUTRE	52	Di	09:30	09:55	LT	SALAMANDRE	63	Sa	08:30	08:55	LT	BALEINE	01	Di	11 h 30	11 h 55	AB
LOUTRE	53	Di	10:00	10:25	LT	SALAMANDRE	64	Sa	08:30	08:55	LT	BALEINE	02	Ma	18 h 30	18 h 55	AB
LOUTRE	54	Di	10:30	10:55	LT	SALAMANDRE	65	Sa	09:00	09:25	LT	BALEINE	03	Sa	9 h 30	9 h 55	AB
LOUTRE	55	Di	12:35	13:00	LT	SALAMANDRE	66	Sa	09:00	09:25	LT	BALEINE	04	Sa	12 h 30	12 h 55	AB
LOUTRE	56	Di	13:05	13:30	LT	SALAMANDRE	67	Sa	09:30	09:55	LT	BALEINE	51	Di	9 h 30	9 h 55	LT
LOUTRE	57	Je	19:00	19:25	LT	SALAMANDRE	68	Sa	10:30	10:55	LT	BALEINE	52	Ve	19 h 30	19 h 55	LT
LOUTRE	58	Ve	19:00	19:25	LT	SALAMANDRE	69	Sa	11:00	11:25	LT						

ENFANTS 6 À 15 ANS					
ACTIVITÉ	Groupe	JOUR	DÉBUT	FIN	LIEU
JUNIOR 1					
J01	01	Di	10:00	10:25	AB
J01	02	Di	10:30	10:55	AB
J01	03	Di	11:00	11:25	AB
J01	04	Di	11:30	11:55	AB
J01	05	Di	12:30	12:55	AB
J01	06	Ma	18:30	18:55	AB
J01	07	Me	18:30	18:55	AB
J01	08	Me	19:30	19:55	AB
J01	09	Je	19:30	19:55	AB
J01	10	Ve	18:00	18:25	AB
J01	11	Sa	09:00	09:25	AB
J01	12	Sa	09:30	09:55	AB
J01	13	Sa	10:00	10:25	AB
J01	14	Sa	10:30	10:55	AB
J01	15	Sa	12:00	12:25	AB
J01	16	Sa	12:00	12:25	AB
J01	51	Di	08:30	08:55	LT
J01	52	Di	09:30	09:55	LT
J01	53	Di	10:00	10:25	LT
J01	54	Di	10:30	10:55	LT
J01	55	Di	12:35	13:00	LT
J01	56	Je	19:00	19:25	LT
J01	57	Sa	09:00	09:25	LT
J01	58	Sa	09:30	09:55	LT
J01	59	Sa	10:30	10:55	LT
J01	60	Sa	11:30	11:55	LT
JUNIOR 2					
J02	01	Di	10:00	10:25	AB
J02	02	Di	10:00	10:25	AB
J02	036	Di	12:30	12:55	AB
J02	04	Di	13:00	13:25	AB
J02	05	Ma	18:00	18:25	AB
J02	06	Me	19:00	19:25	AB
J02	07	Je	18:00	18:25	AB
J02	08	Sa	09:00	09:25	AB
J02	09	Sa	10:30	10:55	AB
J02	10	Sa	11:00	11:25	AB
J02	11	Sa	11:30	11:55	AB
J02	12	Sa	12:30	12:55	AB
J02	51	Di	08:30	08:55	LT
J02	52	Di	09:00	09:25	LT
J02	53	Di	10:00	10:25	LT
J02	54	Di	10:30	10:55	LT
J02	55	Di	12:05	12:30	LT
J02	56	Di	12:05	12:30	LT
J02	57	Ve	19:30	19:55	LT
J02	58	Sa	09:00	09:25	LT
J02	59	Sa	09:30	09:55	LT
J02	60	Sa	09:30	09:55	LT
J02	61	Sa	10:00	10:25	LT
J02	62	Sa	11:00	11:25	LT
J02	63	Sa	11:30	11:55	LT

ENFANTS 6 À 15 ANS suite					
ACTIVITÉ	Groupe	JOUR	DÉBUT	FIN	LIEU
JUNIOR 3					
J03	01	Di	10:30	10:55	AB
J03	02	Di	11:00	11:25	AB
J03	03	Di	11:30	11:55	AB
J03	04	Di	12:30	12:55	AB
J03	05	Di	13:00	13:25	AB
J03	06	Di	13:00	13:25	AB
J03	07	Li	18:00	18:25	AB
J03	08	Ma	18:00	18:25	AB
J03	09	Me	18:00	18:25	AB
J03	10	Je	18:00	18:25	AB
J03	11	Je	18:30	18:55	AB
J03	12	Ve	18:00	18:25	AB
J03	13	Sa	08:30	08:55	AB
J03	14	Sa	09:30	09:55	AB
J03	15	Sa	10:30	10:55	AB
J03	16	Sa	12:30	12:55	AB
J03	17	Sa	12:30	12:55	AB
J03	51	Di	09:30	09:55	LT
J03	52	Di	12:35	13:00	LT
J03	53	Di	13:05	13:30	LT
J03	54	Ve	19:00	19:25	LT
J03	55	Sa	08:30	08:55	LT
J03	56	Sa	10:00	10:25	LT
J03	57	Sa	10:00	10:25	LT
J03	58	Sa	11:30	11:55	LT
JUNIOR 4					
J04	01	Di	09:35	10:00	AB
J04	02	Di	10:30	10:55	AB
J04	03	Di	12:00	12:25	AB
J04	04	Di	12:30	12:55	AB
J04	05	Me	19:30	19:55	AB
J04	06	Sa	10:00	10:25	AB
J04	07	Sa	10:30	10:55	AB
J04	08	Sa	11:00	11:25	AB
J04	09	Sa	11:30	11:55	AB
J04	51	Di	08:30	08:55	LT
J04	52	Di	09:00	09:25	LT
J04	53	Di	10:00	10:25	LT
J04	54	Di	12:35	13:00	LT
J04	55	Li	18:30	18:55	LT
J04	56	Li	19:00	19:25	LT
J04	57	Ve	19:00	19:25	LT
J04	58	Sa	08:30	08:55	LT
J04	59	Sa	11:00	11:25	LT
JUNIOR 5					
J05	01	Di	08:30	09:10	AB
J05	02	Di	11:00	11:40	AB
J05	03	Ma	19:00	19:40	AB
J05	04	Je	19:00	19:40	AB
J05	05	Ve	18:00	18:40	AB
J05	06	Sa	08:30	09:10	AB
J05	07	Sa	11:45	12:25	AB

ENFANTS 6 À 15 ANS suite					
ACTIVITÉ	Groupe	JOUR	DÉBUT	FIN	LIEU
JUNIOR 5 suite					
J05	51	Di	11:50	12:30	LT
J05	52	Di	12:35	13:15	LT
J05	53	Ma	19:00	19:40	LT
J05	54	Ve	19:30	20:10	LT
J05	55	Sa	09:30	10:10	LT
J05	56	Sa	10:30	11:10	LT
JUNIOR 6					
J06	01	Di	11:45	12:25	AB
J06	02	Ma	19:00	19:40	AB
J06	03	Je	19:00	19:40	AB
J06	04	Ve	18:45	19:25	AB
J06	05	Sa	11:00	11:40	AB
J06	51	Di	11:05	11:45	LT
J06	52	Ma	19:45	20:25	LT
J06	53	Ve	20:15	20:55	LT
J06	54	Sa	10:15	10:55	LT
J06	55	Sa	11:15	11:55	LT
J06	56	Sa	12:00	12:40	LT
JUNIOR 7					
J07	01	Di	08:30	09:25	AB
J07	02	Ve	18:30	19:25	AB
J07	03	Sa	13:15	14:10	AB
J07	51	Di	11:05	12:00	LT
J07	52	Ve	20:00	20:55	LT
J07	53	Sa	12:00	12:55	LT
JUNIOR 8					
J08	1	Di	08:30	09:25	AB
J08	2	Ve	18:30	19:25	AB
J08	3	Sa	13:15	14:10	AB
J08	51	Di	11:05	12:00	LT
J08	52	Ve	20:00	20:55	LT
J08	53	Sa	12:00	12:55	LT
JUNIOR 9					
J09	01	Di	08:30	09:25	AB
J09	02	Sa	13:15	14:10	AB
J09	51	Di	11:05	12:00	LT
J09	52	Ve	20:00	20:55	LT
J09	53	Sa	12:00	12:55	LT
JUNIOR 10					
J10	01	Ve	18:30	19:25	AB
J10	51	Di	11:05	12:00	LT
J10	52	Ve	20:00	20:55	LT
J10	53	Sa	12:00	12:55	LT

ADOLESCENTS 11 À 17 ANS					
ESSENTIEL 1 ADO					
ADO-1	01	Ma	19:00	19:55	AB
ADO-1	02	Sa	12:00	12:55	AB
ESSENTIEL 2 ADO					
ADO-2	51	Ve	20:00	20:55	LT
STYLES DE NAGE ADO					
ADO-3	01	Ve	18:30	19:25	AB
ADO-3	51	Di	11:05	12:00	LT
ADO-3	52	Sa	12:00	12:55	LT

COURS de FORMATION et PERFECTIONNEMENT

ACTIVITÉ	GROUPE	JOUR	DÉBUT	FIN	LIEU	DATE_DÉB	DATE_FIN
ÉTOILE DE BRONZE							
EB	01	Sa	13 h 05	14 h 15	AB	06-janv-18	03-mars-18
MÉDAILLE DE BRONZE							
MB	01	Sa	14 h 30	18 h 00	AB	06-janv-18	10-mars-18
CROIX DE BRONZE							
CB	01	Di	14 h 30	18 h 30	AB	07-janv-18	25-févr-18
PREMIERS SOINS - GÉNÉRAL							
PSG	51	Sa et Di	9 h 00	18 h 00	GHB	04-janv-18	05-janv-18
MONITEUR DE SÉCURITÉ AQUATIQUE							
MSA	01	Sa	13 h 00	17 h 00	AB	06-janv-18	10-mars-18
SAUVETEUR NATIONAL							
SN	51	Sa	18 h 00	22 h 30	LT	06-janv-18	10-mars-18

EMPLOI À LA DIVISION SPORTS ET AQUATIQUE

Viens relever de nouveaux défis et joins-toi à nous!
Fais parvenir ton curriculum vitae et tes cartes de qualification à loisir@brossard.ca en indiquant *candidature aquatique*



ACTIVITÉS PHYSIQUES ACTIVITÉS AQUATIQUES



HORAIRES DES COURS
ENFANTS, ADOLESCENTS, PRIVÉS, FORMATION ET PERFECTIONNEMENT
EN LIGNE SEULEMENT!



brossard.ca/aquatique

Consultez la programmation AVANT la date d'inscription afin d'effectuer votre choix d'activité.
Nous vous invitons à prévoir des alternatives.

Modalités et dates d'inscription - Pages 12 et 13 | Renseignements : Services Brossard | 450 923-6311

ÉVALUATION PRÉALABLE POUR LES PERSONNES DE 3 À 99 ANS QUI N'ONT JAMAIS SUIVI DE COURS DE NATATION, QUI N'EN ONT PAS SUIVI DEPUIS LONGTEMPS OU QUI NE SONT PAS CERTAINES À QUEL COURS S'INSCRIRE. CETTE ÉVALUATION EST NÉCESSAIRE AFIN DE S'ASSURER DE S'INSCRIRE DANS LE BON NIVEAU.

Activité/durée	Clientèle	Jour	Horaire	Lieu	Début	Durée	Coût
Évaluation des habiletés aquatiques	3 ans +	Di	13 h 00 à 16 h 25	L. Teasdale	3 déc.	15 min.	Gratuit
		Me	18 h 00 à 20 h 00	A. Brossard	6 déc.	15 min.	Gratuit

Aucune inscription requise. Se présenter durant la plage horaire prévue. Activité offerte uniquement les 3 et 6 décembre.

Natation et mise en forme adultes • 18 ans +

Responsable : Ville de Brossard. **Cours de natation** : du 8 janvier au 12 mars (session de 9 semaines). **Cours de mise en forme** : du 8 janvier au 26 mars (session de 11 semaines). Le participant doit avoir l'âge requis au premier cours. Douche et bonnet de bain obligatoires. Il y aura relâche lundi le 5 février à la piscine Lucille-Teasdale seulement. **À noter** : il n'est pas possible de reprendre un cours manqué. **Renseignements** : 450 923-6311 | **Inscription** : p. 12 et 13 ou brossard.ca

Activité/durée	Clientèle	Jour	Horaire	Lieu	Début	Code	Coût
Peur de l'eau 55 minutes/9 semaines	18 ans +	Lu	18 h 30 à 19 h 25	L. Teasdale	8 janv.	PEUR51	65,70 \$
		Ma	19 h 30 à 20 h 25	L. Teasdale	9 janv.	PEUR52	65,70 \$
		Je	19 h 00 à 19 h 55	A. Brossard	11 janv.	PEUR01	65,70 \$

Préalables : 18 ans – Craindre l'eau – Ne pas savoir nager

Pour les adultes ayant une crainte de l'eau – Vise à augmenter l'aisance dans l'eau en développant les habiletés de nage de base – L'objectif est d'être moins craintif et nager quelques mètres en partie peu profonde

Activité/durée	Clientèle	Jour	Horaire	Lieu	Début	Code	Coût
Essentiel 1 55 minutes/9 semaines	18 ans +	Lu	19 h 30 à 20 h 25	L. Teasdale	8 janv.	AQUA-AD151	65,70 \$
		Lu	19 h 30 à 20 h 25	L. Teasdale	8 janv.	AQUA-AD152	65,70 \$
		Me	20 h 30 à 21 h 25	L. Teasdale	10 janv.	AQUA-AD153	65,70 \$
		Je	19 h 30 à 20 h 25	L. Teasdale	11 janv.	AQUA-AD154	65,70 \$
		Je	19 h 30 à 20 h 25	L. Teasdale	11 janv.	AQUA-AD155	65,70 \$

Préalables : 18 ans – Être à l'aise en eau peu profonde

Pour nageurs débutants – Introduction aux techniques de base en natation permettant au participant de nager plus efficacement – L'objectif est de nager 2 largeurs en partie peu profonde.

Essentiel 2 55 minutes/9 semaines	18 ans +	Lu	18 h 30 à 19 h 25	L. Teasdale	8 janv.	AQUA-AD251	65,70 \$
		Lu	19 h 30 à 20 h 25	L. Teasdale	8 janv.	AQUA-AD252	65,70 \$
		Me	20 h 30 à 21 h 25	L. Teasdale	10 janv.	AQUA-AD253	65,70 \$
		Je	19 h 30 à 20 h 25	L. Teasdale	11 janv.	AQUA-AD254	65,70 \$

Préalables : 18 ans – Être à l'aise en eau peu profonde – Connaître le crawl et le dos crawlé - Nager 25 mètres (2 largeurs)

Pour nageurs intermédiaires – Cible le perfectionnement du crawl et du dos crawlé, l'aisance en eau profonde et l'augmentation de la distance parcourue à la nage (2 longueurs).

Styles de nage 55 minutes/9 semaines	18 ans +	Lu	19 h 00 à 19 h 55	A. Brossard	8 janv.	AQUA-AD301	65,70 \$
		Me	20 h 30 à 21 h 25	L. Teasdale	10 janv.	AQUA-AD351	65,70 \$

Préalables : 18 ans – Nager 50 mètres (2 longueurs)

Pour nageurs avancés – Styles de nage choisis par le nageur pour lui permettre d'augmenter ses distances et son efficacité.

Activité/durée	Clientèle	Jour	Horaire	Lieu	Début	Code	Coût
Aquaforme 45 minutes/ 11 semaines	18 ans +	Ma ⁽¹⁾	16 h 10 à 16 h 55	L. Teasdale	9 janv.	AQUA-FO4551	1 fois / sem. : 67,43 \$ 2 fois / sem. : 101,75 \$
		Je ⁽¹⁾	16 h 10 à 16 h 55	L. Teasdale	11 janv.	AQUA-FO4552	
Aquaforme 55 minutes/ 11 semaines	18 ans +	Lu	18 h 00 à 18 h 55	A. Brossard	8 janv.	AQUA-FO5501	1 fois / sem. : 83,99 \$ 2 fois / sem. : 135,96 \$ 3 fois / sem. : 155,87 \$
		Ma	20 h 00 à 20 h 55	A. Brossard	9 janv.	AQUA-FO5502	
		Me	20 h 00 à 20 h 55	A. Brossard	10 janv.	AQUA-FO5503	
		Je	20 h 00 à 20 h 55	A. Brossard	11 janv.	AQUA-FO5504	

Préalable : Aucun

Conditionnement physique aquatique en eau peu profonde

⁽¹⁾En cas d'indisponibilité de personnel aquatique, il est possible que l'activité soit annulée.

Aqua jogging 55 minutes/ 11 semaines	18 ans +	Lu	18 h 00 à 18 h 55	A. Brossard	8 janv.	AQUA-JO5501	1 fois / sem. : 83,99 \$ 2 fois / sem. : 135,96 \$ 3 fois / sem. : 155,87 \$
		Lu	19 h 00 à 19 h 55	A. Brossard	8 janv.	AQUA-JO5502	
		Ma	20 h 00 à 20 h 55	A. Brossard	9 janv.	AQUA-JO5503	
		Je	20 h 00 à 20 h 55	A. Brossard	11 janv.	AQUA-JO5504	

Préalables : Savoir nager – Être à l'aise en eau profonde

Conditionnement physique aquatique en eau profonde avec ceinture adaptée.

Aquanatal 55 minutes/ 11 semaines	18 ans +	Lu	19 h 00 à 19 h 55	A. Brossard	8 janv.	PRE-POST01	83,99 \$
--	-----------------	----	-------------------	-------------	---------	------------	----------

Préalable : Aucun

Conditionnement physique aquatique en eau peu profonde pour futures et nouvelles mamans .