



NATATION EN FORME

AQUAFORME	MISE EN FORME COMPRENANT LES 5 PARTIES ESSENTIELLES
NATATION EN LONGUEUR	OFFERT À RAWDON DURANT LES BAINNADES SUR SEMAINE
AQUAMAMAN	AMÉLIORER ET GARDER LA FORME, ÉCHANGER ENTRE LES MAMANS (OFFERT À JOLIETTE)
MAMAN + BÉBÉ + AQUAFORME (JOLIETTE SEULEMENT)	AMÉLIORER ET GARDER LA FORME ET ACCLIMATER L'ENFANT À L'EAU



<p>AVANTAGES</p> <p>Eau chaude Politique remboursement Stationnement gratuit</p> <p>RABAIS</p> <p>Personne de plus de 60 ans Le 3^e membre de la famille Crédit d'impôt enfant/aîné</p>

Le respect des règles d'hygiène est requis pour accéder à la piscine.



CHEVEUX LONGS

ATTACHÉS

AQUAFORME

<u>Session 2016-17</u>	<u>Session à compter</u>	<u>Inscription débutant le :</u>
AUTOMNE	11 sept.	23 mai
AUT.-HIVER	6 nov.	17 octobre
HIVER	22janvier	12 décembre
PRINTEMPS	26 mars	6 mars
*ÉTÉ	21 mai (½ session)	1 mai

BAIGNADE PISCINE DES CHUTES

3144, 18^E AVENUE, RAWDON, J0K 1S0

DÉBUT: 11 OCTOBRE **FIN : 30 avril**

Samedi : 14 h à 16 h (baignade familiale)
Lundi et mer: 20 h à 21 h 15 (longueurs)

ARRÊT DES FÊTES

21 décembre 2017 au 14 janvier 2018

BAIGNADE CONGÉ SCOLAIRE

Mardi 6 MARS et jeudi 8 mars 2018
14 h à 16 h

NATATION PISCINE DU CAMPUS

260, LAVALTRIE SUD, JOLIETTE, J6E 5X7

Début: 11 septembre **Fin : 15 juin**

Natation adultes

Lundi et vendredi : 12 h à 13 h

ARRÊT DES FÊTES

23 décembre 2017 au 14 janvier 2018

FERMÉ SEMAINE DE RELÂCHE

VOIR VERSO

COURS ENFANTS () = NOMBRE D'ENFANTS PAR COURS				
PARENT-ENFANT (12) 1 = 6 MOIS 2 = 16 MOIS	ACCLIMATATION AVEC UN PARENT.	<u>PISCINE</u>	<u>DÉBUT SESSION</u>	<u>DÉBUT INSCRIPTION</u>
BIENTÔT SANS PARENT (6) 3 ½ ANS	LE PARENT DEVIENT PROGRESSIVEMENT OBSERVATEUR.			
GRENOUILLE (6) DAUPHIN (6) 4 À 6 ANS	DÉLAISSER LES AIDES FLOTTANTS ET APPRENDRE À NAGER SUR LE DOS ET LE VENTRE.			
BLANC (7) JAUNE (7) ORANGE (8) ROUGE (9) 6, 7 ET 8 ANS	APPRENDRE LE CRAWL, LE DOS CRAWLÉ ET DÉBUTER LA BRASSE.	JOLIETTE	25 janvier	14 novembre (voir autre session www.natationenforme.com)
BRONZE (10) ARGENT (11) OR (12) 9, 10 ET 11 ANS	AUGMENTER LA DISTANCE À PARCOURIR ET PERFECTIONNER LES STYLES.	RAWDON	16 janvier	21 novembre (voir autre session www.natationenforme.com)

FORMATION SAUVETEUR-MONITEUR

Nous offrons une formation pour devenir surveillant-sauveteur et moniteur. Les cours sont offerts à la piscine de Rawdon. La formation s'adresse aux 14 ans et plus.

Visitez notre site internet www.natationenforme.com (cliquez sur l'onglet *Formation*)

<u>TARIF COURS</u>	<u>TARIF BAIGNADES</u>	<u>INFORMATION ET INSCRIPTION</u>
8 cours 95 \$ (txs incluses) <u>RABAIS</u> <ul style="list-style-type: none"> • Résidant de Rawdon • Plus de 60 ans • Forfait annuel (Toutes taxes incluses) 	<u>ADULTE ET ENFANT</u> 4 \$ <u>FAMILIAL</u> Famille de 3 10 \$ Famille de 4 12 \$ Carte de 20 baignades 65 \$ (Toutes taxes incluses)	<u>par téléphone</u> 450 752 1380 Mardi et jeudi 09 h 30 à 16 h 30 <u>en ligne</u> www.natationenforme.com