

# NATATION EN FORME

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



## AVANTAGES

- Eau chaude
- Politique remboursement
- Stationnement gratuit
- Groupe adéquat

## RABAIS

- Personne de plus de 60 ans
- Le 3<sup>e</sup> membre de la famille
- Crédit d'impôt enfant/aîné

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



CHEVEUX LONGS ATTACHÉS

Joliette 2019-20

Session à compter du :

Inscription débutant le :

Automne

9 sept.

21 mai

Automne-

4 nov.

15 octobre

Hiver

20 janvier

11 décembre

\*Printemps

23 mars

5 mars

\*Été

18 mai  
(1/2 session)

28 avril

Horaire Aquaforme

## BAIGNADE

### PISCINE DES CHUTES / RAWDON

3144, 18<sup>e</sup> AVENUE, RAWDON, J0K 1S0

#### FAMILIAL

**Samedi : 14 h à 16 h**

#### Rendez-vous

**Lundi et mercredi : 20 h à 21 h 15**

#### Semaine de relâche

**Mardi et jeudi, 4 mars et 6 mars 2019,  
14 h à 16 h**

VOIR SESSION ENFANT ET TARIF À L'ENDOS

<b>COURS ENFANTS</b> ( ) = NOMBRE D'ENFANTS PAR COURS							
<b>PARENT-ENFANT 1 ET 2</b> 1 = 6 MOIS + 2 = 2 ½ à 3 1½	ACCLIMATATION AVEC UN PARENT.	<b><u>PISCINE</u></b>	<b><u>DÉBUT SESSION</u></b>	<b><u>DÉBUT INSCRIPTION</u></b>			
<b>BIENTÔT SANS PARENT (6)</b> 3 ½ ANS	LE PARENT DEVIENT PROGRESSIVEMENT OBSERVATEUR.						
<b>GRENOUILLE (6)</b> <b>DAUPHIN (6)</b> 4 À 6 ANS	DÉLAISSER LES AIDES FLOTTANTS ET APPRENDRE À NAGER SUR LE DOS ET LE VENTRE.						
<b>BLANC (7)</b> <b>JAUNE (7)</b> <b>ORANGE (8)</b> <b>ROUGE (9)</b> 6, 7 ET 8 ANS	APPRENDRE LE CRAWL, LE DOS CRAWLÉ ET DÉBUTER LA BRASSE.				<b>JOLIETTE</b>	<b>9 sept.</b>	<b>9 juin</b>
<b>BRONZE (10)</b> <b>ARGENT (11)</b> <b>OR (12)</b> 9, 10 ET 11 ANS	AUGMENTER LA DISTANCE À PARCOURIR ET PERFECTIONNER LES STYLES.				<b>RAWDON</b>	<b>30 sept.</b>	<b>2 juin</b>

## 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](http://www.natationenforme.com) (cliquez sur l'onglet *Formation*)

<b><u>TARIF COURS</u></b>	<b><u>TARIF BAINADES</u></b>	<b><u>INFORMATION ET INSCRIPTION</u></b>
<b>8 cours — Joliette</b> <b>99 \$ (txs incluses)</b>  <b>10 cours — Rawdon</b> <b>124 \$ (txs incluses)</b>  <b><u>RABAIS</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Résidant de Rawdon</li> <li>• Plus de 60 ans</li> <li>• Forfait annuel</li> </ul> <small>(Toutes taxes incluses)</small>	<b><u>ADULTE ET ENFANT</u></b> <b>4 \$</b> <b><u>FAMILIAL</u></b> Famille de 3 <b>10 \$</b> Famille de 4 <b>12 \$</b> Carte de 20 baignades <b>65 \$</b> <small>(Toutes taxes incluses)</small>	<b><u>par téléphone</u></b> <b>450 752 1380</b> Mardi et jeudi de 10 h à 16 h 30 <b><u>en ligne</u></b> <a href="http://www.natationenforme.com">www.natationenforme.com</a>

Natation En Forme est le fournisseur aquatique des Centres Jeunesse de Lanaudière et de la municipalité de Rawdon.