



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



AVANTAGES
Eau chaude Politique remboursement Stationnement gratuit
RABAIS
Personne de plus de 60 ans Le 3 ^e 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

AQUAFORME

<u>Session 2016-17</u>	<u>Session à compter</u>	<u>Inscription débutant le :</u>
AUTOMNE	10 sept.	22 mai
AUT.-HIVER	5 nov.	16 octobre
HIVER	21 janvier	11 décembre
PRINTEMPS	25 mars	5 mars
*ÉTÉ	20 mai (½ session)	30 avril

BAIGNADE PISCINE DES CHUTES

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

DÉBUT: 13 OCTOBRE **FIN : 29 mai**

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: 10 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	20 septembre	12 juin <small>(voir autre session www.natationenforme.com)</small>
BRONZE (10) ARGENT (11) OR (12) 9, 10 ET 11 ANS	AUGMENTER LA DISTANCE À PARCOURIR ET PERFECTIONNER LES STYLES.	RAWDON	25 septembre	29 mai <small>(voir autre session www.natationenforme.com)</small>

FORMATION SAUVETEUR-MONITEUR

Nous offrons une formation pour devenir surveillant-sauveteur et moniteur. Les cours sont offerts à la piscine de Rawdon et la piscine de St-Gabriel 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 Rawdon 99 \$ (txs incluses) Joliette 95 \$ (txa incluses)	<u>ADULTE ET ENFANT</u> 4 \$ <u>FAMILIAL</u> Famille de 3 10 \$ Famille de 4 12 \$ Carte de 20 baignades 65 \$ <small>(Toutes taxes incluses)</small>	<u>par téléphone</u> 450 752 1380 Mardi et jeudi 09 h 30 à 16 h 30 <u>en ligne</u> www.natationenforme.com
<u>RABAIS</u> <ul style="list-style-type: none"> • Résidant de Rawdon • Plus de 60 ans • Forfait annuel <small>(Toutes taxes incluses)</small>		