

**Étoile de mer (cours offerts en semi-privé) \***

Samedi 8 h

**Bambins (cours offerts en semi-privé) \***

Vendredi 18 h 30

Samedi 8 h 30, 10 h, 11 h,

Dimanche 8 h, 10 h, 11 h

**Tortues (cours offerts en semi-privé) \***

Vendredi 18 h 30

Samedi 8 h 30, 10 h 30, 11 h 30

Dimanche 8 h 30, 10 h 30, 12 h

**Pingouins (cours offerts en semi-privé) \***

Vendredi 18 h

Samedi 9 h, 10 h, 11 h, 12 h, 13 h

Dim. 8 h 30, 12 h

**Salamandre (cours offerts en semi-privé) \***

Mardi 18 h 15

Vendredi 19 h

Samedi 9 h, 10 h 45, 11 h 30, 12h, 14 h 30, 16 h

Dimanche 9 h, 10 h 30, 12 h 30, 13 h 30, 14 h 30

**Baleines (cours offerts en semi-privé) \***

Mardi 18 h

Jeudi 18 h 15

Vendredi 19 h

Samedi 9 h 30, 10 h 30, 12 h, 14, 15 h 30

Dimanche 9 h, 11 h, 13 h 30, 15 h

**Grenouilles (cours offerts en semi-privé) \***

Mardi 18 h 30

Jeudi 18 h 45

Vendredi 19 h 30

Samedi 9 h 30, 11 h 15, 12h 30, 13 h 30

Dimanche 9 h 30, 10 h 30, 11 h, 11h15, 13 h, 13 h, 14 h, 15 h

**Dauphins (cours offerts en semi-privé) \***

Mardi 19 h, 19 h 30  
Vendredi 19 h 30  
Samedi 10 h 15, 11 h 45, 13 h, 13 h 30, 14 h, 14 h 30, 16 h 15  
Dimanche 9 h 30, 10 h, 11 h 30, 13 h, 14 h, 14 h 30

**Junior 2 (cours offerts en semi-privé) \***

Mardi 18 h 30, 18 h 45  
Jeudi 18 h 15, 19 h 30  
Vendredi 18 h, 19 h, 20 h, 20 h,  
Samedi 8 h 30, 9 h 30, 10 h 15, 12 h, 12 h 30, 13 h 30, 14 h 30  
Dimanche 8 h 30, 9 h, 10 h, 11 h, 12 h, 13 h, 14 h, 14 h 30

**Junior 3 (cours offerts en semi-privé) \***

Mardi 18 h, 19 h 15  
Jeudi 18 h, 19 h, 19 h 30  
Vendredi 18 h 30, 19 h 30, 20 h  
Samedi 8 h 30, 9 h, 10 h 45, 12 h, 13 h, 14 h, 14 h 30, 15 h 30, 16 h  
Dim. 8h, 9 h, 9 h 30, 10 h 30, 11 h 30, 12 h 30, 13 h 30, 14 h 30, 15 h

**Junior 4 (cours offerts en semi-privé) \***

Mardi 18 h 15, 20 h  
Jeudi 18 h 45, 19 h 15  
Vendredi 18 h 30, 19 h 30, 20 h 30  
Samedi 8 h, 9 h, 10 h, 11 h 45, 12 h 30, 13 h 30, 15 h  
Dimanche 8 h 30, 9 h 30, 10 h 30, 11 h 30, 12 h 30, 13 h 30, 14 h

**Junior 5 (cours offerts en semi-privé) \***

Mardi 19 h  
Jeudi 18 h 30, 19 h 15  
Vendredi 19 h, 20 h, 20 h 30  
Samedi 8 h 15, 9 h 30, 11 h 15, 13 h, 14 h  
Dimanche 8 h 45, 9 h 45, 10 h, 11 h, 12 h, 13 h, 15 h

**Junior 6 (cours offerts en semi-privé)**

Mardi 18 h 45  
Vendredi 18 h 15, 20 h 30  
Samedi 8 h 45, 15 h 15  
Dimanche 8 h 15, 11 h 45

**Junior 7 (cours offerts en semi-privé)**

Mardi 19 h 15  
Vendredi 18 h 45  
Samedi 9 h 15, 15 h 45  
Dimanche 9 h 15, 13 h 15

**Junior 8 (cours offerts en semi-privé)**

Mardi 19 h 45  
Vendredi 19 h 15  
Samedi 9 h 45, 15 h  
Dimanche 10 h 45, 13 h 45

**Junior 9 (cours offerts en semi-privé)**

Jeudi 19 h 45  
Vendredi 19 h 45  
Samedi 12 h 15, 15 h 30  
Dimanche 14 h 15

**Junior 10 (cours offerts en semi-privé)**

Mardi 20 h 15  
Jeudi 19 h 45  
Vendredi 20 h 15  
Samedi 12 h 45, 16 h  
Dimanche 11 h 15

**Plongeon Niveau 1 (cours offerts en semi-privé)**

Samedi 10 h 30

**Plongeon Niveau 2 (cours offerts en semi-privé)**

Samedi 11 h

**Plongeon Niveau 3 (cours offerts en semi-privé)**

Samedi 11 h 30

**Entraînement ado**

Mardi 19 h  
Samedi 14 h 15  
Dimanche 12 h 15, 14 h 45

<b>Styles de nage adulte</b>
Jeudi 20 h Dimanche 14 h 15
<b>Étoile de Bronze</b>
Samedi 13 h 15
<b>Entraînement adulte débutant</b>
Mercredi 18 h 45
<b>Entraînement adulte intermédiaire</b>
Lundi 20 h Mercredi 20 h
<b>Entraînement adulte avancé</b>
Lundi 20 h Mercredi 20 h
<b>Aquajogging</b>
Lundi 18 h 45
<b>Aquaforme</b>
Lundi 19 h Mercredi 19 h
<b>Aquaforme Prénatal</b>
Mardi 20 h
<b>Essentiel adulte Niveau 1</b>
Jeudi 18 h
<b>Essentiel adulte Niveau 2</b>
Jeudi 18 h 45

\* Les cours marqués d'un astérisque (\*) nécessitent obligatoirement la présence d'un parent dans l'eau avec le participant.