

Programmation virtuelle

Automne 2020

9 novembre au 20 décembre

CENTRE
sablon


Activité d'entraînement soccer enfants

Soccer								
Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
5-6 ans	60 \$							10 h-10 h 50
7-8 ans								11 h-11 h 50
9-11 ans								12 h-12 h 50

Arts de la scène enfants

Arts de la scène								
Style	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Dimanche
Théâtre de marionnettes	6-7 ans	60 \$						10 h-10 h 50
	8-9 ans							11 h-11 h 50

Cirque aérien enfants

Cirque aérien								
Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Dimanche
Multiniveaux	8-11 ans	60 \$				17 h-17 h 50		

Danse enfants

Danse								
Style	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Dimanche
Multidanse	2-3 ans (parent-enfant)	60 \$						9 h-9 h 50
	3-4 ans (parent-enfant)							10 h-10 h 50
	5-6 ans							

Gymnastique enfants

Mini-gymnastique, cours parent-enfant

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Chat	3 ans	45 \$			16 h 15-16 h 45			9 h 15-9 h 45	
					17 h-17 h 30			10 h 45-11 h 15	
					17 h 45-18 h 15			11 h 30-12 h	

Récréo-gym, cours en autonomie

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Léopard	4 ans	45 \$			16 h 15-16 h 45		16 h 15-16 h 45		8 h 45-9 h 15
									9 h 30-10 h
Panthère	5 ans	45 \$			16 h 15-16 h 45		16 h 15-16 h 45		8 h 45-9 h 15
									9 h 30-10 h

Gymnastique récréative pour GARÇONS

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Initiation	5-6 ans	60 \$		17 h-17 h 50				8 h 45-9 h 35	
	6-7 ans			17 h-17 h 50				9 h 50-10 h 40	10 h 15-11 h 05
	7-10 ans			18 h-18 h 50				10 h 55-11 h 45	
Intermédiaire	6-7 ans	60 \$		17 h-17 h 50				12 h 45-13 h 35	
	7-10 ans			18 h-18 h 50				10 h 55-11 h 45	

Gymnastique récréative pour FILLES

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Initiation 1	5-6 ans	60 \$				17 h-17 h 50		8 h 45-9 h 35	
	6-7 ans						8 h 45-9 h 35	10 h 15-11 h 05	
	7-9 ans						17 h-17 h 50		
Initiation 2	6-7 ans	60 \$				17 h-17 h 50	17 h-17 h 50		10 h 15-11 h 05
	7-9 ans								11 h 15-12 h 05
Intermédiaire	6-7 ans	60 \$						10 h 55-11 h 45	
	7-9 ans				17 h-17 h 50		18 h 05-18 h 55	9 h 50-10 h 40	
	9-11 ans				17 h-17 h 50			9 h 50-10 h 40	11 h 15-12 h 05
Avancé	7-10 ans	60 \$				18 h 05-18 h 55		12 h 45-13 h 35	
Perfectionnement	7-10 ans	60 \$			18 h 05-18 h 55				

Yoga enfants

Yoga								
Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9-11 ans	60 \$		17 h-17 h 50					

Boxe adolescents

Boxe récréative									
Âge	Prix (1x/sem.)	Prix (2x/sem.)	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
16-17 ans	60 \$	95 \$	19 h-19 h 50		19 h-19 h 50				

Cirque aérien adolescents

Cirque aérien									
Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Multiniveaux	11-15 ans	60 \$				18 h 05-18 h 55			

Gymnastique adolescents

Gymnastique récréative pour GARÇONS									
Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Initiation	10-16 ans	60 \$		18 h-18 h 50					

Gymnastique récréative pour FILLES									
Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Initiation niveau 1	11-16 ans	60 \$					18 h 05-18 h 55		
Initiation niveau 2	11-16 ans	60 \$					18 h 05-18 h 55		
Intermédiaire	11-16 ans	60 \$					18 h 05-18 h 55		
Avancé	10-16 ans	60 \$				18 h 05-18 h 55		12 h 45-13 h 35	
Perfectionnement	10-16 ans	60 \$			18 h 05-18 h 55				

Bains libres

Paiement à la séance pour accéder aux BAINS LIBRES :

Enfants 3 \$
 Adultes 5 \$

Catégorie	Âge	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Bain adultes (4 couloirs)	16 ans et +		19 h-20 h	19 h-20 h	19 h-20 h	19 h-20 h	8 h 45-9 h 45	
Bain familles (1 couloir)	Tous âges						10 h-11 h	13 h-14 h
							13 h-14 h	

* L'horaire des bains libres du midi est disponible ici : <https://centresablon.com/activites-sportives-et-loisirs/adultes-aines/aquatique-adultes/bain-libre/>

** Casque de bain obligatoire

Boxe adultes

Boxe récréative

Niveau	Prix (2x/sem.)	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Pour tous	95 \$	19 h- 19 h 50		19 h- 19 h 50				

Cirque aérien adultes

Cirque aérien

Niveau	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Multiniveaux	60 \$				19 h 10-20 h			

Gymnastique adultes

Gymnastique récréative

Niveau	Prix (1x/sem.)	Prix (2x/sem.)	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Multiniveau	60 \$	95 \$			19 h 10-20 h		19 h 10-20 h		

Parent-bébé

* 1x/sem = 60 \$ 2x/sem = 95 \$ 3x/sem = 120 \$

Entraînement jeune parent

Niveau	Âge	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Cardio-bébé	8 semaines - 12 mois					10 h-10 h 50		
Maman Fit			10 h-10 h 50					
Pilates					10 h-10 h 50			

Samedis en famille

Coût par famille : 10 \$ par activité

21-nov	05-déc
Broderie avec mamie Lisette	Yoga en duo

Sénior en forme

Entraînement sénior

Niveau	Prix (1x/sem.)	Prix (2x/sem.)	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Multiniveau	60 \$	95 \$		15 h-15 h 50		15 h-15 h 50			

Bains lib

Paiement à la séance pour accéder

Enfants 3 \$

Adultes 5 \$

Catégorie	Âge	Lundi	Mardi	Mercredi
Bain adultes (4)	16 ans et +		19 h-20 h	19 h-20 h
Bain familles (1 couloir)	Tous âges			

** Casque de bain obligatoire

res

aux BAINS LIBRES :

Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
19 h-20 h		8 h 45-9 h 45	
		10 h-11 h	13 h-14 h
		13 h-14 h	