

Outils de planification familiale

Hiver 2022

3 janvier au 27 mars 2022

COURS À LA SESSION

Préinscriptions

Dès 8 h 30, le 30 novembre et le 1er décembre

- En ligne seulement, support téléphonique disponible

Pour toutes les personnes inscrites à un cours à l'une des sessions printemps, été ou automne 2021

Inscriptions

Dès MIDI, à partir du 2 décembre

- En ligne seulement, support téléphonique disponible

COURS PRIVÉS AQUATIQUES, GYMNASTIQUES ET CIRQUE AÉRIEN

Préinscriptions

Aquatique : Dès 9 h, le 6 décembre et le 7 décembre

Gymnastique et cirque aérien: Dès 9 h, le 13 décembre et le 14 décembre

- Par téléphone seulement

Pour toutes les personnes inscrites à un cours à l'une des sessions printemps, été ou automne 2021

Inscriptions

Aquatique : Dès 9 h, à partir du 8 décembre

Gymnastique et cirque aérien : Dès 9 h, à partir du 15 décembre

- Par téléphone seulement

Cours privés et semi-privés

Gymnastique et cirque aérien

		Demi-session	Session complète
Privé*	50 minutes	366 \$	611 \$
Semi-privé*	50 minutes	220 \$	366 \$

* Tarif par participant.e, les participant.e.s doivent être âgé.e.s de 4 ans ou plus.

Aquatique

		Demi-session	Session complète
Privé*	50 minutes	366 \$	611 \$
	25 minutes	220 \$	366 \$
Semi-privé*	50 minutes	220 \$	366 \$
	25 minutes	132 \$	220 \$

* Tarif par participant.e, les participant.e.s doivent être âgé.e.s de 5 ans ou plus.

En raison des mesures sanitaires liées à la COVID-19, toutes les personnes voulant s'inscrire à un cours privé ou semi-privé doivent être capables de faire une longueur en piscine sans aide extérieure. Si ce n'est pas le cas adulte sachant nager devra accompagner l'enfant.

Les cours privés se font dans la partie profonde de la piscine, l'enfant doit donc être très à l'aise dans l'eau sans toucher le fond.

Bains libres

Réservation en ligne requise en tout temps

Enfant 3 \$

Adulte 5 \$

Casque de bain OBLIGATOIRE pour tous!

Les places sont limitées à 20 personnes maximum par plage horaire.

Catégorie	Âge	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Bain adultes (4 couloirs)	16 ans et +	6 h 30 - 7 h 20		6 h 30 - 7 h 20		6 h 30 - 7 h 20		
		7 h 40 - 8 h 30		7 h 40 - 8 h 30		7 h 40 - 8 h 30		
		11 h 40 - 12 h 30		11 h 40 - 12 h 30		11 h 40 - 12 h 30		
		20 h - 20 h 50		20 h - 20 h 50				
Bain familles (1 couloir)	Tous âges						16 h - 16 h 50	16 h - 16 h 50

Arts du cirque enfants

Arts du cirque

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Multiniveau	7-8 ans	154 \$			17 h 30 à 18 h 20				

Boxe enfants

Boxe récréative

Âge	Prix (1x/sem.)	Prix (2x/sem.)	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
8 à 13 ans	154 \$	277 \$		16 h - 16 h 50		16 h - 16 h 50			

Danse enfants

Danse récréative

Style	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Parent-enfant	2-3 ans	123 \$							9 h - 9 h 25
	3-4 ans	154 \$							9 h 30 - 9 h 55
Multidanse	3-4 ans	154 \$						9 h - 9 h 50	11 h - 11 h 50
	5-6 ans							10 h - 10 h 50	
				17 h 30 - 18 h 20				11 h - 11 h 50	

Les Clubs pour enfants

Une activité en groupe chaque semaine en plus d'activités à faire à la maison

Club créatif

Activités	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Marionnette	5-6 ans	169 \$							9 h - 9 h 50
Théâtre	7-8 ans	169 \$							10 h - 10 h 50
	9-11 ans	169 \$							11 h - 11 h 50
Bricolage et artisanat	5-6 ans	169 \$							9 h - 9 h 50
	7-8 ans	169 \$							10 h - 10 h 50

Club actif

Activités	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Jeux sportifs	5-6 ans	154 \$		17 h 30 - 18 h 20					
	7-8 ans	154 \$				17 h 30 - 18 h 20			

Gymnastique enfants

**Prérequis lors de l'inscription: Frais annuel d'affiliation de la fédération de gymnastique (Gymnastique Québec)

Bébé (3 ans et moins): 12 \$ Enfants / Adolescents / Adultes (4 ans et +): 29 \$

Minigymnastique, cours parent-enfant **

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Souris	12-18 mois	123 \$			10 h 30 - 11 h			10 h - 10 h 30	10 h - 10 h 30
Colibri	18-24 mois	123 \$			9 h 45 - 10 h 15			8 h 30 - 9 h	8 h 30 - 9 h
Ouistiti	24-36 mois	123 \$	16 h - 16 h 30		9 h - 9 h 30			10 h 45 - 11 h 15	10 h 45 - 11 h 15
					16 h - 16 h 30			11 h 30 - 12 h	11 h 30 - 12 h
							12 h 15 - 12 h 45	12 h 15 - 12 h 45	
Chat	3 ans	154 \$	16 h 45 - 17 h 30		11 h 15 - 12 h			8 h 45 - 9 h 30	8 h 45 - 9 h 30
					16 h 45 - 17 h 30			9 h 45 - 10 h 30	9 h 45 - 10 h 30
					17 h 45 - 18 h 30			10 h 45 - 11 h 30	10 h 45 - 11 h 30
							11 h 45 - 12 h 30	11 h 45 - 12 h 30	

Récréogym, cours en autonomie **

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Léopard	4 ans	154 \$			16 h 15 - 17 h				9 h - 9 h 45
					17 h 10 - 17 h 55			8 h 30 - 9 h 15	10 h - 10 h 45
Panthère	5 ans	154 \$			16 h 15 - 17 h			8 h 30 - 9 h 15	10 h - 10 h 45
					17 h 10 - 17 h 55				

Gymnastique récréative pour GARÇONS **

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Initiation	5-6 ans	231 \$	16 h 30 - 17 h 50					9 h 25 - 10 h 45	
	6-8 ans	231 \$					16 h 30 - 17 h 50	13 h - 14 h 20	11 h - 12 h 20
	8-12 ans	277 \$	18 h - 19 h 50					11 h - 12 h 20	
Intermédiaire	6-10 ans	277 \$		18 h - 19 h 50					
	8-12 ans	277 \$				18 h - 19 h 50			
Perfectionnement (2x semaine)	6-12 ans	354 \$		16 h 30 - 17 h 50		16 h 30 - 17 h 50			

Gymnastique récréative pour FILLES **

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Initiation 1	5-6 ans	231 \$	16 h 30 - 17 h 50					9 h 25 - 10 h 45	
			16 h 30 - 17 h 50					14 h 30 - 15 h 50	
	6-7 ans	231 \$		16 h 30 - 17 h 50				9 h 25 - 10 h 45	11 h - 12 h 20
								13 h - 14 h 20	
								14 h 30 - 15 h 50	
7-9 ans	277 \$	18 h - 19 h 50							
7-9 ans	231 \$						13 h - 14 h 20		
9-11 ans	277 \$							12 h 55 - 14 h 45	
Initiation 2	6-7 ans	231 \$				16 h 30 - 17 h 50			11 h - 12 h 20
	7-9 ans	277 \$	18 h - 19 h 50				18 h - 19 h 50		12 h 55 - 14 h 45
	9-11 ans	277 \$ / 231 \$		18 h - 19 h 50				11 h - 12 h 20	
Intermédiaire	6-7 ans	231 \$					16 h 30 - 17 h 50		
	7-9 ans	231 \$						11 h - 12 h 20	
	7-9 ans	277 \$			18 h - 19 h 50				
	9-11 ans	277 \$			18 h - 19 h 50				12 h 55 - 14 h 45
Avancé (1x semaine)	7-10 ans	231 \$						14 h 30 - 15 h 50	
Avancé (2x semaine)	7-10 ans	431 \$			18 h - 19 h 50		18 h - 19 h 50		

Parkour **

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Multiniveau	8-11 ans	154 \$							14 h 45 - 15 h 30
		154 \$							15 h 45 - 16 h 30

Cirque aérien récréatif **

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Initiation	8-10 ans	185 \$		17 h - 17 h 50		17 h - 17 h 50			
						18 h - 18 h 50			
Intermédiaire	8-10 ans	185 \$		18 h - 18 h 50					

Natation enfants

Miniécole de natation, cours parent-enfant

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Oursin	4-12 mois	123 \$			13 h - 13 h 25			8 h 30 - 8 h 55 12 h - 12 h 25	8 h 30 - 8 h 55 12 h - 12 h 25
Pingouin 1	12-30 mois	123 \$		16 h - 16 h 25	16 h - 16 h 25	16 h - 16 h 25		8 h - 8 h 25 9 h 30 - 9 h 55 10 h 30 - 10 h 55	8 h - 8 h 25 9 h 30 - 9 h 55 10 h 30 - 10 h 55
Pingouin 2	24-36 mois	123 \$		16 h 30 - 16 h 55	16 h 30 - 16 h 55	16 h 30 - 16 h 55		9 h - 9 h 25 10 h - 10 h 25 12 h 30 - 12 h 55	9 h - 9 h 25 10 h - 10 h 25 12 h 30 - 12 h 55
Dauphin 1	30 mois à 4 ans	154 \$	16 h - 16 h 50 18 h - 18 h 50	17 h - 17 h 50	17 h - 17 h 50	18 h - 18 h 50	16 h - 16 h 50 18 h - 18 h 50	13 h - 13 h 50 15 h - 15 h 50	13 h - 13 h 50
Dauphin 2	33 mois à 5 ans	154 \$	17 h - 17 h 50	18 h - 18 h 50	18 h - 18 h 50	17 h - 17 h 50 19 h - 19 h 50	17 h - 17 h 50	11 h - 11 h 50 14 h - 14 h 50	11 h - 11 h 50 14 h - 14 h 50 15 h - 15 h 50
Requin*	3 à 5 ans	154 \$		16 h - 16 h 50	17 h - 17 h 50	18 h - 18 h 50	18 h - 18 h 50	9 h - 9 h 50 13 h - 13 h 50	11 h - 11 h 50

Pour TOUS les cours ci-haut, le parent doit obligatoirement accompagner son enfant dans l'eau.

* Le cours de Requin se donne dans la grande piscine.

Natation récréative

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Épaulard*	4 et 5 ans	154 \$		17 h - 17 h 50	18 h - 18 h 50			10 h - 10 h 50 14 h - 14 h 50	12 h - 12 h 50
Niveau 1*	6 ans et +	154 \$	16 h - 16 h 50 17 h - 17 h 50	18 h - 18 h 50		16 h - 16 h 50	19 h - 19 h 50	11 h - 11 h 50 15 h - 15 h 50	9 h - 9 h 50 13 h - 13 h 50 15 h - 15 h 50
Niveau 2*	6 ans et +	154 \$	18 h - 18 h 50		16 h - 16 h 50	17 h - 17 h 50	16 h - 16 h 50 17 h - 17 h 50	12 h - 12 h 50	10 h - 10 h 50 14 h - 14 h 50
Niveau 3	6 ans et +	154 \$	16 h - 16 h 50	16 h - 16 h 50	17 h - 17 h 50	16 h - 16 h 50	17 h - 17 h 50	9 h - 9 h 50 13 h - 13 h 50	9 h - 9 h 50 13 h - 13 h 50
Niveau 4	6 ans et +	154 \$	17 h - 17 h 50	17 h - 17 h 50	16 h - 16 h 50	17 h - 17 h 50	16 h - 16 h 50	10 h - 10 h 50 14 h - 14 h 50	10 h - 10 h 50 14 h - 14 h 50
Niveau 5-6	6 ans et +	154 \$		18 h - 18 h 50		18 h - 18 h 50		11 h - 11 h 50 15 h - 15 h 50	11 h - 11 h 50 15 h - 15 h 50
Niveau 7-8	6 ans et +	154 \$			18 h - 18 h 50		18 h - 18 h 50		12 h - 12 h 50

* Les cours Épaulard ainsi que Niveau 1 et 2 se donnent en compagnie d'une personne adulte (dans l'eau) dans la partie peu profonde de la grande piscine.

Science et robotique enfants

Science et robotique

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Multiniveau	5-6 ans	169 \$						9 h - 9 h 50	
	7-8 ans	169 \$						10 h - 10 h 50	
	9-11 ans	169 \$						11 h - 11 h 50	

Soccer enfants

Soccer récréatif

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Initiation	2-3 ans (Parent-enfant)	138 \$							9 h - 9 h 50
	3-4 ans	138 \$							9 h - 9 h 50 10 h - 10 h 50 11 h - 11 h 50
Intermédiaire	5-6 ans	138 \$							10 h - 10 h 50 11 h - 11 h 50
	5-6 ans	208 \$							12 h - 13 h 20
Avancé	7-8 ans	208 \$							12 h - 13 h 20

Taekwondo enfants (ITF)

Taekwondo récréatif

Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
5-6 ans (Initiation ludique)	138 \$						9 h - 9 h 50	
7-11 ans	138 \$					19 h - 19 h 50	10 h - 10 h 50	
7-14 ans	138 \$		19 h - 19 h 50					

Taekwondo perfectionnement et compétition

Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
7-17 ans*	138 \$						13 h - 13 h 50	

* Préalable : être inscrit.e à un cours de taekwondo récréatif.

Boxe adolescents

Boxe récréative

Âge	Prix (1x/sem.)	Prix (2x/sem.)	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
14 à 17 ans	154 \$	277 \$		17 h - 17 h 50		17 h - 17 h 50			

Gymnastique adolescents

**Prérequis lors de l'inscription: Frais annuel d'affiliation de la fédération de gymnastique (Gymnastique Québec)

Bébé (3 ans et moins): 12 \$ Enfants / Adolescents / Adultes (4 ans et +): 29 \$

Gymnastique récréative pour GARÇONS **

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Multiniveau	12-16 ans	231 \$						14 h 30 - 15 h 50	

Gymnastique récréative pour FILLES **

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Avancé (1x semaine)	10-16 ans	277 \$				18 h - 19 h 50			
Avancé (2x semaine)	11-16 ans	431 \$			18 h - 19 h 50		18 h - 19 h 50		

Parkour ado **

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Multiniveau	10-16 ans	154 \$							16 h 45 - 17 h 30

Cirque aérien **

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Initiation	11-15 ans	185 \$				19 h - 19 h 50			
Intermédiaire	11-15 ans	185 \$		19 h - 19 h 50		20 h - 20 h 50			
Perfectionnement	10-15 ans	332 \$					18 h - 19 h 50		

Natation adolescents

Natation

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Multiniveau	10-15 ans	154 \$	18 h - 18 h 50		19 h - 19 h 50		19 h - 19 h 50		

Waterpolo

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Initiation	10-17 ans	154 \$		19 h - 19 h 50					

Cours de sauvetage*

Niveau	Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Médaille/Croix cours combinés*	13 ans et +	*							

* Pour les dates et tarifs, voir le site web: <https://centresablon.com/activites-sportives-et-loisirs/adolescents/aquatique-ados/premiers-soins-sauvetage/>

Taekwondo adolescents

Taekwondo récréatif

Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
12 ans et +	138 \$					20 h - 20 h 50	11 h - 11 h 50	

Taekwondo perfectionnement et compétition

Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
7-17 ans*	138 \$						13 h - 13 h 50	

* Prerequisite : être inscrit.e à un cours de taekwondo récréatif.

Boxe adultes

Boxe technique

Niveau	Prix*	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Multiniveau	389 \$ (2x/semaine)		18 h - 19 h 20		18 h - 19 h 20			
		19 h - 20 h 20		19 h - 20 h 20				

* Au choix: lundi/mercredi OU mardi/jeudi

Gymnastique adultes

**Prérequis lors de l'inscription: Frais annuel d'affiliation de la fédération de gymnastique (Gymnastique Québec)

Bébé (3 ans et moins): 12 \$ Enfants / Adolescents / Adultes (4 ans et +): 29 \$

Gymnastique récréative **

Niveau	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Multiniveau	304 \$ (1x/semaine)	20 h - 21 h 50						
	474 \$ (2x/semaine)		20 h - 21 h 50					

Cirque aérien **

Niveau	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Intermédiaire/ avancé	365 \$		20 h - 21 h 50					

Natation adultes

Natation

Niveau	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Intermédiaire/ Avancé*	169 \$ (1x semaine)	20 h - 20 h 50	11 h 40 - 12 h 30	20 h - 20 h 50	11 h 40 - 12 h 30	20 h - 20 h 50		
	304 \$ (2x semaine)							

*Pour s'inscrire au cours d'adulte, la personne doit être capable de nager une longueur seule, sans aide extérieure.

Aquaforme spécialisée (minipiscine)

Niveau	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
AquaPrénatal	186 \$ (1x semaine)	19 h - 19 h 50		19 h - 19 h 50				
	335 \$ (2x semaine)	20 h - 20 h 50		20 h - 20 h 50				
Aquadorsal	169 \$ (1x semaine)			13 h 30 - 14 h 20		9 h 30 - 10 h 20		
Aqasénior	304 \$ (2x semaine)			14 h 30 - 15 h 20		10 h 30 - 11 h 20		
	389 \$ (3x semaine)							

Aquaforme (grande piscine)

Niveau	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Aquapoussette	169 \$		11 h 40 - 12 h 30		11 h 40 - 12 h 30			
Aquaforme	169\$ (1x semaine)			20 h - 20 h 50				
AquaJogging en eau profonde	304\$ (2x semaine)	19 h - 19 h 50			19 h - 19 h 50			
	389\$ (3x semaine)							

Taekwondo adultes

Taekwondo récréatif

Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Débutant-Intermédiaire (Niveau 1)	274 \$ (2x semaine)	19 h - 19 h 50		19 h - 19 h 50				
Intermédiaire-Avancé (Niveau 2)	350 \$ (2x semaine)	20 h - 21 h 20		20 h - 21 h 20				
Cours 35 ans et +	350 \$ (2x semaine)		20 h - 21 h 20		20 h - 21 h 20			

Taekwondo perfectionnement et compétition

Âge	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Compétitif	152 \$						14 h - 14 h 50	

* Prérequis : être inscrit.e à un cours de taekwondo récréatif.

Conditionnement physique adultes

Cours de groupe

Cours	Prix*	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche	
Séniors en forme	169 \$ (1x/semaine) 304\$ (2x/semaine) 389 \$ (3x/semaine) 474\$ (4x/semaine)		14 h - 14 h 50		14 h - 14 h 50				
Multidanse			18 h - 18 h 50		18 h - 18 h 50				
Tonus fit				9 h - 9 h 50					
			18 h - 18 h 50						
Zumba					18 h - 18 h 50				
Pilates			9 h - 9 h 50						
Yoga				12 h - 12 h 50		12 h - 12 h 50			
		18 h - 18 h 50			18 h - 18 h 50				

Soccer adultes

Soccer

Niveau	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
5 vs 5	228 \$ (1x/semaine) 350\$ (2x/semaine)		20 h 45 - 22 h 05		20 h 45 - 22 h 05			

Badminton libre

Location de terrain

20 \$/ 50 minutes

25 \$/ 90 minutes

Les participant.e.s doivent apporter leur propre matériel de badminton.

Cours privés et semi-privés disponibles.

Activités	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Badminton libre - 60 minutes	21 h 15 - 22 h 15	21 h 15 - 22 h 15	21 h 15 - 22 h 15	21 h 15 - 22 h 15		14 h - 18 h	14 h - 18 h
Badminton libre - 90 minutes	20 h 45 - 22 h 15		20 h 45 - 22 h 15				

Spikeball libre

Location de terrain

25 \$/ 90 minutes

Le matériel est fourni.

Activités	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Spikeball libre	20 h 45 - 22 h 15	20 h 45 - 22 h 15	20 h 45 - 22 h 15	20 h 45 - 22 h 15			

Pré et post natal

Aquaforme spécialisée (minipiscine)

Niveau	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Aqua-prénatal	186 \$ (1x semaine)	19 h - 19 h 50		19 h - 19 h 50				
	335 \$ (2x semaine)	20 h - 20 h 50		20 h - 20 h 50				

Parent-bébé

Niveau	Prix	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Aquapoussette	169 \$ (1x semaine) 304 \$ (2x semaine) 389 \$ (3x semaine)		11 h 40 - 12 h 30		11 h 40 - 12 h 30			
Cardio vélo bébé						Voir Gym sablon		
Cross-training					Voir Gym sablon			
Cardio bébé		10 h - 10 h 50						

Ateliers de développement parent-bébé

Ateliers de développement

Cours	Âge	Prix	Dates	Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Développement sensori-moteur	2-5 mois	85 \$	4 janvier au 8 février		10 h - 11 h					
	6-12 mois	85 \$	15 février au 22 mars		10 h - 11 h					
Éveil musical	2-12 mois	71 \$	14 janvier au 11 février					10 h - 11 h		
	12-18 mois	85 \$	18 février au 25 mars					10 h - 11 h		