

Cours de mise en forme Printemps 2026

Lundi | Du 13 avril au 15 juin 2026

Aquaforme A
7h à 7h50

Seulement les lundis 13 avril, 27 avril, 11 mai, 25 mai et 8 juin (5 séances)

Aquaforme B
8h30 à 9h20

Aquaforme C
9h30 à 10h20

Mardi | Du 7 avril au 9 juin 2026

Aquapoussette A
9h30 à 10h20

Aquadouceur A
10h30 à 11h20

Mercredi | Du 8 avril au 10 juin 2026

Aquaforme D
7h à 7h50

*** seulement les 8 avril, 22 avril, 6 mai, 20 mai et 3 juin (5 séances)***

Aquaforme E
8h30 à 9h20

Aquaforme F
9h30 à 10h20

Jeudi | Du 9 avril au 11 juin 2026

Aquadouceur B
9h30 à 10h20

Aquadouceur C
10h30 à 11h20

Vendredi | Du 10 avril au 12 juin 2026

Aquaforme G
7h à 7h50

Aquaforme H
8h30 à 9h20

Aquaforme I
9h30 à 10h20

Cours de natation sur semaine Printemps 2026

Lundi | Du 6 avril au 8 juin 2026

Adulte 1 A 19h à 19h30 <i>S'adresse aux personnes qui débutent</i>	Adulte 3 A 19h à 20h <i>S'adresse aux personnes qui veulent améliorer leur endurance</i>
Adulte 2 A 19h35 à 20h20 <i>S'adresse aux personnes qui veulent améliorer leurs styles de nage</i>	

Mercredi | Du 8 avril au 10 juin 2026

Adulte 1B 19h à 19h30 <i>S'adresse aux personnes qui débutent</i>	Adulte 3B 19h à 20 h <i>S'adresse aux personnes qui veulent améliorer leur endurance</i>
Adulte 2B 19h35 à 20h20 <i>S'adresse aux personnes qui veulent améliorer leurs styles de nage</i>	

Vendredi | Du 10 avril au 12 juin 2026

Jeune sauveteur initié A (Nageur 7) 18h30 à 19h20 <i>S'adresse aux nageurs ayant terminé le niveau Nageur 6</i>	Étoile de bronze A (Nageur 10) 18h30 à 19h20 <i>S'adresse aux nageur qui peuvent nager 100 mètres et veulent devenir sauveteur</i>
Jeune sauveteur averti A (Nageur 8) 19h25 à 20h15 <i>S'adresse aux nageurs ayant terminé le niveau Jeune sauveteur initié</i>	Jeune sauveteur expert A (Nageur 9) 19h25 à 20h15 <i>S'adresse aux nageurs ayant terminé le niveau Jeune sauveteur averti</i>

Cours samedi - Printemps 2026

Du 11 avril au samedi 13 juin 2026

Il est important d'inscrire votre enfant dans le bon niveau. Il ne sera pas possible de faire des changements de niveaux.

9h 05	Précolaire 2 A 9h05 à 9h35	Nageur 1 A 9h05 à 9h35	Nageur 6 A 9h05 à 9h50	Nageur 4 A 9h05 à 9h50	Couloir de nage					
9h 10										
9h 15										
9h 20										
9h 25										
9h 30										
9h 35										
9h 40	Nageur 1 B 9h40 à 10h10	Précolaire 1 A 9h40 à 10h10								
9h 45										
9h 50										
9h 55										
10h 00										
10h 05										
10h 10										
10h 15	Précolaire 2 B 10h15 à 10h45	Parent et Enfant 3 A 10h15 à 10h45	Précolaire 5 A 9h55 à 10h25	Nageur 2 A 9h55 à 10h25		Couloir de nage				
10h 20										
10h 25										
10h 30			Pause							
10h 35										
10h 40										
10h 45										
10h 50	Précolaire 4 A 10h50 à 11h20	Pause	Nageur 2 B 10h40 à 11h10	Précolaire 1 B 10h30 à 11h			Couloir de nage			
10h 55										
11h 00										
11h 05			Pause							
11h 10										
11h 15										
11h 20										
11h 25	Pause	Précolaire 1 C 11h à 11h30	Parent et Enfant 2 A 11h15 à 11h45	Précolaire 2 C 11h15 à 11h45				Couloir de nage		
11h 30										
11h 35										
11h 40										
11h 45										
11h 50										
11h 55	Pause									
12h 00	Précolaire 3 A 11h35 à 12h05	Nageur 1 C 11h35 à 12h05	Précolaire 2 D 11h50 à 12h20	Nageur 2 C 11h50 à 12h20	Couloir de nage					
12h 05										
12h 10										
12h 15										
12h 20										
12h 25										
12h 30	Précolaire 1 D 12h10 à 12h40	Nageur 1 D 12h10 à 12h40	Nageur 5 A 12h25 à 13h10	Nageur 3 A 12h25 à 13h10					Couloir de nage	
12h 35										
12h 40										
12h 45										
12h 50			Précolaire 1 E 12h45 à 13h15	Précolaire 3 B 12h45 à 13h15						
12h 55										
13h 00										
13h 05										
13h 10										
13h 15										

Cours dimanche - Printemps 2026

Du 12 avril au dimanche 14 juin 2026

Il est important d'inscrire votre enfant dans le bon niveau. Il ne sera pas possible de faire des changements de niveaux.

9h 05	Précolaire 3 C 9h05 à 9h35	Nageur 2 D 9h05 à 9h35	Parent et Enfant 2 B 9h05 à 9h35	Précolaire 1 F 9h05 à 9h35	Couloir de nage							
9h 10												
9h 15												
9h 20												
9h 25												
9h 30												
9h 35												
9h 40	Nageur 1 E 9h40 à 10h10	Précolaire 4 B 9h40 à 10h10	Nageur 3 B 9h40 à 10h25	Nageur 5 B 9h40 à 10h25		Couloir de nage						
9h 45												
9h 50												
9h 55												
10h 00												
10h 05												
10h 10												
10h 15	Précolaire 2 E 10h15 à 10h45	Nageur 1 F 10h15 à 10h45	Pause	Parent et Enfant 1 A 10h30 à 11h			Couloir de nage					
10h 20												
10h 25												
10h 30												
10h 35												
10h 40												
10h 45												
10h 50	Précolaire 3 D 10h50 à 11h20	Pause	Nageur 2 E 10h40 à 11h10	Parent et Enfant 3 B 11h05 à 11h35	Couloir de nage							
10h 55												
11h 00												
11h 05												
11h 10												
11h 15												
11h 20												
11h 25	Pause	Précolaire 1 G 11h à 11h30	Nageur 1 G 11h15 à 11h45	Pause		Couloir de nage						
11h 30												
11h 35												
11h 40												
11h 45												
11h 50												
11h 55												
12h 00	Nageur 3 C 11h35 à 12h20	Nageur 4 B 11h35 à 12h20	Précolaire 1 H 11h50 à 12h20	Nageur 1 H 11h50 à 12h20			Couloir de nage					
12h 05												
12h 10												
12h 15												
12h 20												
12h 25								Nageur 1 I 12h25 à 12h55	Précolaire 3 E 12h25 à 12h55	Précolaire 2 F 12h25 à 12h55	Nageur 6 B 12h25 à 13h10	Couloir de nage
12h 30												
12h 35												
12h 40												
12h 45												
12h 50												
12h 55												
13h 00	Précolaire 1 I 13h à 13h30		Nageur 2 F 13h à 13h30		Couloir de nage							
13h 05												
13h 10												
13h 15												
13h 20												
13h 25												
13h 30												