

INSCRIPTIONS - ACTIVITÉS AQUATIQUES

INSCRIPTIONS RÉSIDENTS : 21, 22 ET 23 AOÛT 2017
INSCRIPTIONS NON-RÉSIDENTS : 24 ET 25 AOÛT 2017



PROGRAMMATION AUTOMNE 2017



Inscription en ligne :

www.ville.varennes.qc.ca/activités/inscription/en_ligne

c.aqua@ville.varennes.qc.ca • www.ville.varennes.qc.ca

131, chemin du Petit-Bois, Varennes J3X 1P7

Téléphone : 450 929-2782



VARENNES

INSCRIPTIONS

HORAIRE DE L'ACCUEIL

Lundi au vendredi 9 h 00 à 21 h 30

Samedi et dimanche 8 h 00 à 17 h 00

PÉRIODES D'INSCRIPTION

RÉSIDENTS

Les 21, 22 et 23 août 2017

NON-RÉSIDENTS

Les 24 et 25 août 2017

- Les inscriptions tardives seront possibles pour tous, jusqu'au début de la session, en personne, durant les heures d'ouverture du Complexe aquatique de Varennes.
- Pour les cours de mise en forme, il est possible de s'inscrire en tout temps durant la session, selon les places disponibles. Le tarif sera ajusté au prorata du nombre de cours restants.
- Vous devez respecter les dates d'inscription correspondant à votre lieu de résidence, sans quoi votre inscription sera annulée. Vous devrez présenter votre Carte loisirs lors de l'inscription.

PROCÉDURE D'INSCRIPTION

EN LIGNE



Vous pouvez vous inscrire sur le site Internet de la Ville de Varennes (www.ville.varennes.qc.ca), sous l'onglet « Activités », rubrique « Complexe aquatique ».

Ayez en main la Carte loisirs de la Ville de Varennes au moment de l'inscription. Créez un compte pour entrer dans la zone sécurisée et suivez les instructions à l'écran (paiement par Visa ou MasterCard).

Prenez note qu'un cours peut être annulé ou son horaire modifié si le nombre de participants est insuffisant. En raison du contingentement, aucune reprise de cours ne sera autorisée.

Sauf indication contraire, les prix incluent toutes les taxes.

N'oubliez pas d'aller sur le site Web de la Ville pour consulter le calendrier des activités spéciales!



Toute photo prise dans le cadre des activités de cette programmation peut être utilisée dans les publications du Complexe aquatique et dans celles de la Ville de Varennes.



CARTE LOISIRS

TARIFICATION CARTE LOISIRS

- Résident : gratuit et renouvelable aux trois ans
- Non-résident : 75 \$ et renouvelable chaque année

TARIFICATION FAMILIALE – CARTE LOISIRS NON-RÉSIDENT

Les coûts se répartissent comme suit :

- 1^{re} carte : 75 \$
- 2^e carte : 75 \$
- 3^e carte : 30 \$
- 4^e carte et suivantes : gratuit

VIGNETTE VATL



La Vignette d'accompagnement touristique et de loisir accorde la gratuité d'entrée, dans les endroits participants, à l'accompagnateur d'une personne âgée d'au moins 12 ans, ayant une déficience ou un problème de santé mentale et nécessitant l'aide d'un accompagnateur dans ses sorties touristiques ou de loisir.

RÈGLEMENTS



Il est **INTERDIT** de prendre des photos durant les cours et les baignades en dehors des périodes prévues à cet effet. Les téléphones intelligents, tablettes ou portables sont interdits dans les vestiaires.



Le bonnet de bain est obligatoire pour l'ensemble de nos activités.



Seuls les VFI, les ballons dorsaux et les ceintures animaux sont acceptés comme aide flottante. Aucune aide flottante n'est permise dans la pataugéoire.



Aucun parent NE SERA TOLÉRÉ dans l'enceinte de la piscine ou dans l'entrée des vestiaires pendant les cours.

PROGRAMMES SPÉCIALISÉS

Carte loisirs OBLIGATOIRE

Durée : 10 semaines
Du 10 septembre au 18 novembre 2017

INITIATION À LA NAGE SYNCHRO

(85 minutes)

Préalable : avoir réussi les critères du niveau Junior 4.

Coût : 140,75 \$

Samedi 10 h 40

INITIATION À LA NATATION DE COMPÉTITION

(85 minutes)

Nouveauté!

Préalable : avoir réussi les critères du Junior 4.

Durée : 10 semaines

Coût : 140,75 \$

Vendredi 19 h 00

NATATION POUR LES TRIATHLÈTES

(85 minutes)

Nouveauté!

Préalable : 16 ans et plus.

Durée : 12 semaines
Du 10 septembre au 2 décembre 2017
Coût : 1 fois semaine : 134,05 \$
2 fois semaine : 200,90 \$

Samedi 15 h 00

Dimanche 15 h 00



TRIATHLON

Pour information supplémentaire et inscription, nous joindre au : info@triathlon3FNRGIE.com
www.triathlon3FNRGIE.com

COURS OFFERTS PAR L'ÉQUIPE DE TRIATHLON 3FNRGIE

Tu as entre 8 et 17 ans et tu aimerais développer davantage tes habiletés à la nage, au vélo et à la course ? Tu es un triathlète ou tu aimerais t'initier à ce sport et être prêt pour la prochaine saison ? Joins toi à l'équipe de triathlon 3FNRGIE et viens t'entraîner avec nous !

Préalables : être âgé entre 8 et 17 ans (au 31 décembre 2017)
adhérer conformément à l'équipe 3FNRGIE
être capable de nager un minimum de 50 mètres sans aide

Durée : 32 semaines
Du 19 septembre 2017 au 26 mai 2018
Coût : 800,00 \$

Horaire automne 2017

Mardi	18 h 00 à 20 h 00
Jeudi	18 h 00 à 20 h 00
Samedi (piscine)	6 h 30 à 8 h 00
Samedi (salle)	8 h 00 à 9 h 00



CLUB DE PLONGEON

Pour tous les détails sur les tarifs et dates d'inscription, visitez le clubdeplongeonvarenes.com.

COURS OFFERTS PAR LE CLUB DE PLONGEON DE VARENNES

PROGRAMME RÉCRÉATIF ET COMPÉTITIF

Durée : 12 semaines

Du 11 septembre au 3 décembre 2017

PROGRAMME RÉCRÉATIF

4 À 6 ANS – SPLASH

(durée : 45 minutes)

Initiation au plongeon
Prérequis : nager 5 mètres seul en eau profonde.

Lundi 18 h 15

Samedi 10 h 00

Dimanche 9 h 00

7 ANS ET PLUS – INTRODUCTION 1

(durée : 60 minutes)

Initiation au plongeon.
Apprentissage des bases du plongeon dans un milieu sécuritaire.

Vendredi 18 h 00

Samedi 10 h 45

Dimanche 9 h 45

7 ANS ET PLUS – INTRODUCTION 2

(durée : 60 minutes)

S'adresse aux plongeurs qui ont réussi le cours Introduction 1, mais qui ne veulent pas nécessairement faire de la compétition.

Vendredi 18 h 00

Samedi 9 h 00

PROGRAMME COMPÉTITIF

L'athlète doit être évalué avant de s'inscrire dans ces groupes. Pour tous les détails sur notre volet compétitif, consultez notre site Internet.

5 À 10 ANS – RELÈVE

(durée : 60 minutes, 2 fois par semaine)

S'adresse à des athlètes de 5 à 10 ans qui veulent progresser et s'entraîner tout en s'amusant. Participation possible à des compétitions régionales.

Lundi 17 h 15

Samedi 11 h 45

PROGRAMME POUR ADULTES 15 ANS ET PLUS MAÎTRE

(durée : 60 minutes)

Le cours Maître s'adresse à toutes les personnes de 15 ans et plus. L'entraînement personnalisé permet aux athlètes de se développer à leur rythme selon leurs objectifs.

Samedi 9 h 00



NATATION PRÉSCOLAIRE

Durée: 10 semaines

Du 10 septembre au 18 novembre 2017



Carte loisirs OBLIGATOIRE

Coût: 68,60 \$ 30 minutes

Coût: 77,25 \$ 45 minutes

AVEC parent dans l'eau

ÉTOILE DE MER

(4 à 12 mois) (30 minutes)



Le bébé doit être capable de tenir sa tête droite, sans aide. Votre bébé apprivoisera l'eau; il apprendra la flottabilité et le déplacement, ainsi que les entrées et les sorties en eau peu profonde.

Mardi	11 h 00
Mardi	17 h 30
Vendredi	18 h 25
Samedi	9 h 00
Samedi	11 h 20
Dimanche	9 h 00
Dimanche	10 h 10
Dimanche	11 h 30

CANARD

(12 à 24 mois) (30 minutes)



Aide flottante suggérée. Votre bébé apprendra: la respiration rythmée; le déplacement vers l'avant et vers l'arrière avec aide; la flottaison; le retournement.

Lundi	18 h 25
Mardi	11 h 30
Mercredi	17 h 30
Vendredi	18 h 25
Samedi	9 h 35
Samedi	11 h 55
Dimanche	9 h 35
Dimanche	10 h 45

TORTUE DE MER

(24 à 36 mois) (30 minutes)



Aide flottante suggérée. Votre enfant apprendra: l'immersion; la flottaison et les glissements; le saut dans l'eau avec aide; le battement de jambes; la nage sur le ventre.

Lundi	18 h 25
Mardi	17 h 30
Jeudi	17 h 30
Vendredi	17 h 30
Samedi	10 h 10
Samedi	12 h 30
Dimanche	9 h 00
Dimanche	11 h 20

LOUTRE DE MER

(3 à 5 ans) (30 minutes)



Aide flottante obligatoire. L'enfant apprend graduellement à nager sans parent. Votre enfant apprendra: les flottaisons et les glissements; le battement de jambes. Le parent accompagnateur sera appelé à laisser son enfant nager tout seul progressivement et en douceur. À la fin du niveau, l'enfant sera en mesure de nager sur une distance de 1 mètre.

Lundi	18 h 25
Mercredi	18 h 20
Jeudi	17 h 30
Vendredi	17 h 30
Samedi	9 h 00
Samedi	10 h 45
Dimanche	9 h 35
Dimanche	11 h 55

SANS parent dans l'eau

SALAMANDRE

(3 à 5 ans) (45 minutes)



Aide flottante obligatoire. Elle sera retirée graduellement. Préalable: Loutre de mer. Votre enfant expérimentera son premier cours sans parent accompagnateur! Il améliorera sa flottaison ainsi que ses sauts dans l'eau. Le battement de jambes sera ajouté aux glissements. À la fin du niveau, votre enfant sera en mesure de nager sur une distance de 2 mètres, sans aide flottante.

Lundi	17 h 30
Mardi	18 h 05
Mercredi	17 h 30
Jeudi	18 h 10
Vendredi	17 h 30
Vendredi	18 h 15
Samedi	9 h 00
Samedi	9 h 50
Samedi	10 h 40
Samedi	11 h 30
Dimanche	9 h 00
Dimanche	9 h 50
Dimanche	10 h 40

POISSON-LUNE

(3 à 6 ans) (45 minutes)



Sans aide flottante. Préalable: Salamandre. Votre enfant travaillera le battement de jambes et pourra exécuter: les glissements; les entrées en eau profonde en toute sécurité; la flottaison en eau profonde. Il nagera sur une distance de 5 mètres de façon continue, sans aide flottante.

Lundi	17 h 30
Mardi	18 h 05
Mercredi	18 h 05
Jeudi	18 h 30
Vendredi	17 h 30
Samedi	9 h 35
Samedi	10 h 00
Samedi	11 h 15
Samedi	12 h 05
Dimanche	9 h 50
Dimanche	10 h 40
Dimanche	11 h 00

CROCODILE

(3 à 6 ans) (45 minutes)



Sans aide flottante. Préalable: Poisson-lune. Votre enfant améliorera: les glissements avec battement de jambes; la nage sur le ventre et sur le dos; le saut en eau profonde. Il nagera sur une distance de 10 mètres de façon continue.

Lundi	17 h 30
Mardi	18 h 35
Mercredi	18 h 15
Vendredi	17 h 35
Samedi	9 h 50
Samedi	10 h 25
Samedi	12 h 10
Dimanche	10 h 10
Dimanche	11 h 50

BALEINE

(3 à 6 ans) (45 minutes)



Sans aide flottante. Préalable: Crocodile. Votre enfant augmentera la distance des glissements avec battement de jambes et la distance de nage sur le ventre et sur le dos. Il apprendra le plongeon. Il nagera sur une distance de 15 mètres de façon continue.

Mardi	18 h 35
Mercredi	17 h 30
Vendredi	17 h 35
Vendredi	18 h 15
Samedi	9 h 00
Samedi	12 h 00
Dimanche	10 h 00

NATATION JUNIOR

Durée : 10 semaines

Du 10 septembre au 18 novembre 2017

Coût: 77,25 \$ Carte loisirs OBLIGATOIRE



DÉBUT'EAU

(45 minutes)

Cours pour enfants de 6 à 10 ans qui n'ont jamais suivi de cours. Ratio enfants/moniteur faible afin de permettre un meilleur apprentissage.

Dimanche 9 h 00

JUNIOR 1 ET 2

(55 minutes)

Préalable: 5 ans et plus. Aucune expérience en natation n'est requise.

Les nageurs apprennent: la flottaison et le glissement; le battement de jambes alternatif (avec aide); les entrées et sorties en eau peu profonde. Ils nagent sur une distance de 5 mètres.

Mardi	17 h 30
Jeudi	18 h 00
Vendredi	18 h 00
Samedi	9 h 00
Samedi	10 h 00
Samedi	10 h 50
Samedi	11 h 50
Dimanche	9 h 00
Dimanche	10 h 00
Dimanche	10 h 50
Dimanche	12 h 00

JUNIOR 3 ET 4

(55 minutes)

Préalable: Junior 2

Les nageurs augmentent la distance de glissements avec battement de jambes alternatif et exécutent le battement de jambes alternatif sans aide. Ils nagent sur une distance de 15 mètres de façon continue.

Mardi	18 h 55
Jeudi	18 h 00
Vendredi	18 h 00
Samedi	9 h 00
Samedi	11 h 00
Dimanche	9 h 00
Dimanche	11 h 00

JUNIOR 5 ET 6

(55 minutes)

Préalable: Junior 4

Les nageurs améliorent le crawl (15 mètres), apprennent le dos crawlé (15 mètres), le coup de pied fouetté sur le dos et le saut d'arrêt, la nage debout et la godille sur le dos, tête première. Ils nagent sur une distance de 50 mètres de façon continue.

Mardi	18 h 55
Jeudi	19 h 00
Vendredi	19 h 00
Dimanche	12 h 00

JUNIOR 7 ET 8

(55 minutes)

Préalable: Junior 6

Les nageurs améliorent la distance parcourue en crawl et en dos crawlé (50 mètres), le dos élémentaire (25 mètres) et le battement de jambes du dauphin. Ils apprennent la godille et le coup de pied fouetté sur le ventre. Ils nagent sur une distance de 150 mètres de façon continue.

Lundi	19 h 00
Jeudi	19 h 00
Vendredi	19 h 00
Dimanche	12 h 00

JUNIOR 9 ET 10

(55 minutes)

Préalable: Junior 8

Les nageurs améliorent la distance parcourue en crawl et en dos crawlé (100 mètres), en dos élémentaire (50 mètres) et en brasse (25 mètres). Ils apprennent le battement de coup de pied en ciseau et le plongeon de surface tête première. Ils nagent sur une distance de 400 mètres de façon continue.

Lundi	19 h 00
Vendredi	19 h 00
Dimanche	12 h 00

AQUAFÊTES (À partir de 5 ans)

Que diriez-vous de réserver la piscine ou la pataugeoire ainsi qu'une salle pour fêter l'anniversaire de votre enfant? Plusieurs thèmes sont proposés pour un anniversaire bien « arrosé ». N'hésitez pas à communiquer avec nous pour plus de détails!

Coûts	Résidents	Non-résidents
PATAUGEOIRE* :	143,80 \$	215,75 \$
PISCINE* :	185,65 \$	278,45 \$

* Le tarif, pour un maximum de 15 participants, inclut une section en piscine ou en pataugeoire, 45 minutes d'animation suivies de 15 minutes de baignade libre dans le bassin loué de même que l'accès à une salle pour une durée de 60 minutes. Des forfaits sur mesure sont également disponibles.

DISPONIBILITÉS Nouveaux thèmes disponibles

PATAUGEOIRE	Samedi ou dimanche	12 h à 13 h
PATAUGEOIRE		horaire à déterminer
½ PISCINE		horaire à déterminer

LOCATIONS (TARIFS HORAIRES)

Vous planifiez une activité en amis, une réunion ou un événement? Venez au Complexe aquatique de Varennes, nous avons deux salles pouvant accueillir jusqu'à 100 personnes, la piscine et la pataugeoire. Contactez-nous pour en savoir plus sur les forfaits disponibles et les modalités de location.

Coûts	Résidents	Non-résidents
PATAUGEOIRE* :	68,60 \$	103,00 \$
PISCINE* :	95,35 \$	143,05 \$
UNE SALLE (2 ^e étage) :	29,05 \$	43,60 \$
DEUX SALLES (2 ^e étage) :	45,65 \$	68,60 \$

* Coût de surveillance non inclus



MISE EN FORME AQUATIQUE

Durée : 12 semaines

Du 10 septembre au 2 décembre 2017

Coût : 90,60 \$ Carte loisirs OBLIGATOIRE

Note : Rabais de 25 % pour 2 cours

Rabais de 33 % pour 3 cours

INTENSITÉ DES EXERCICES

↔ Intensité légère

↔↔ Intensité modérée

↔↔↔ Intensité forte

AQUA-AÎNÉS ↔

(55 minutes)

Activité de mise en forme en eau peu profonde pour les personnes de 55 ans et plus visant l'amélioration de l'endurance cardiovasculaire, la résistance musculaire et la souplesse.

Lundi	11 h 00
Mercredi	11 h 00
Vendredi	11 h 00

AQUA-POUSSETTE ↔↔

(55 minutes)

Activité de mise en forme en piscine, en eau peu profonde et profonde. S'adresse au parent désirant se mettre en forme avec votre bébé qui sera dans un siège flottant.

Mardi	10 h 00
Jeudi	10 h 00

AQUA-PRÉNATAL ↔↔

(55 minutes)

Entraînement des muscles sollicités lors de l'accouchement (application de la méthode Kegel), mise en forme et exercices respiratoires.

Mardi	9 h 00
Mercredi	19 h 00
Vendredi	11 h 00

AQUA-FORME ↔↔↔

(55 minutes)

Exercices d'intensité modérée effectués en eau peu profonde, avec musique, qui vous permettront d'améliorer votre endurance cardiovasculaire et musculaire.

Lundi	9 h 00
Lundi	18 h 00
Mercredi	9 h 00
Mercredi	19 h 00
Jeudi	11 h 00
Vendredi	9 h 00
Samedi	8 h 00

AQUA-JOGGING ↔↔↔

(55 minutes)

Série d'exercices d'intensité modérée effectués en eau profonde, avec une ceinture de flottaison, sur une musique entraînante.

Lundi	9 h 00
Mardi	17 h 30
Mercredi	19 h 00
Jeudi	9 h 00
Jeudi	17 h 30

ENTRAÎNEMENT EN LONGUEUR ↔↔↔

(55 minutes)

Une activité qui s'adresse aux nageurs désirant effectuer des longueurs sous la supervision d'un entraîneur. Objectif visé : 1 500 à 2 000 mètres de nage (1,5 à 2 km)

Lundi	19 h 00
Mardi	9 h 00
Mercredi	18 h 00
Jeudi	9 h 00
Vendredi	9 h 00

AQUA-EXTRÊME ↔↔↔↔

(55 minutes)

Ce cours s'adresse à une clientèle expérimentée désirant travailler sur l'endurance musculaire et cardiovasculaire.

Vendredi	19 h 00
----------	---------

FORMULE CLUB*

Coût : 10 séances, 82,40 \$

Coût par séance : 12 \$

Carte loisirs OBLIGATOIRE

Vous avez un horaire changeant ? La formule CLUB est pour vous ! Bénéficiez de 10 entrées aux cours de mise en forme durant la session.

* Valable uniquement pour les cours de mise en forme aquatique et d'entraînement en longueur pour les cours n'affichant pas « complet ».

NATATION ADULTES ET ADOLESCENTS

Durée : 10 semaines

Du 10 septembre au 18 novembre 2017

Coût : 82,35 \$ Carte loisirs OBLIGATOIRE

NATATION ESSENTIEL 1

(55 minutes)

Aucune expérience en natation n'est requise. Les participants apprennent : la flottaison; le glissement avec battement de jambes; la nage sur le ventre sur 10 mètres; les entrées et sorties en eau peu profonde. Ils font des activités en eau profonde (avec aide).

Jeudi	19 h 00
-------	---------

NATATION ESSENTIEL 2

(55 minutes)

Préalables : Une certaine expérience en natation; pouvoir nager sur le ventre sur 10 mètres facilement. Les participants apprennent : le crawl et le dos crawlé (15 mètres); les différents plongeons et la nage debout. Ils nagent sur une distance d'au moins 25 mètres.

Jeudi	19 h 00
-------	---------

STYLES DE NAGE

(55 minutes)

Préalables : Pouvoir nager le crawl sur au moins 15 mètres de façon continue; pouvoir nager le dos crawlé sur 15 mètres; être à l'aise pour nager en eau profonde. Les participants choisissent les styles de nage sur lesquels ils souhaitent mettre l'accent. Il s'agit d'un programme participatif qui s'articule autour des objectifs individuels.

Lundi	10 h 00
Lundi	19 h 00

COURS DE FORMATION

SAUVETAGE ÉTOILE DE BRONZE

(10 heures)

Initiation au sauvetage. Apprendre à effectuer la réanimation d'une victime qui a cessé de respirer et développer les habiletés de sauvetage nécessaires pour devenir son propre sauveteur.

Du 16 septembre au 18 novembre 2017

Coût : 140,75 \$

Examen le 18 novembre 2017

Préalables :

- Être capable de nager 100 mètres
- Être âgé de 11 ans ou plus (recommandé)

Samedi 12 h 00 à 12 h 55

MÉDAILLE DE BRONZE

(25 heures)

Du 16 septembre au 21 octobre 2017

Coût : 200,95 \$ + volume 55 \$ *

Examen le 28 octobre 2017

Préalables : Être âgé d'au moins 13 ans à l'examen final ou détenir le brevet Étoile de bronze et démontrer les habiletés et connaissances du Junior 10 de la Croix-Rouge canadienne.

Samedi 13 h 15 à 17 h 30

CROIX DE BRONZE

(25 heures)

Du 4 novembre au 2 décembre 2017

Coût : 200,95 \$ + volume 55 \$ *

Examen le 9 décembre 2017

Préalable : Médaille de bronze

Samedi 13 h 15 à 18 h 15

* Les volumes ne pourront être remboursés en cas d'annulation.

PREMIERS SOINS – GÉNÉRAL

(16 heures)

Les 23-24 septembre 2017

(une fin de semaine)

Coût : 117,80\$ + volume 25\$ *

Préalable : 14 ans

Samedi et dimanche 9 h à 18 h

SAUVETEUR NATIONAL

(40 heures)

Du 29 septembre au 24 novembre 2017

Coût : 231,30\$ + volume 57\$ *

Examen le 1^{er} décembre 2017

Préalables :

- Être âgé d'au moins 16 ans à l'examen final
- Croix de bronze
- Premiers soins – Général/DEA ou Soins d'urgence aquatique/DEA datant de moins de 3 ans

Vendredi 18 h à 23 h

Carte loisirs NON-OBLIGATOIRE

ENSEIGNEMENT DE LA NATATION

MONITEUR DE SÉCURITÉ AQUATIQUE

(46 à 55 heures incluant les stages)

Du 13 octobre au 22 décembre 2017

Coût : 408\$ + volume 142\$ *

Préalables :

- Être âgé de 15 ans
- Croix de bronze

Le participant doit effectuer 8 heures de stage (horaire varié).

Horaire :

13 octobre : 17 h à 22 h (accueil et évaluation)

14 octobre au 4 novembre (volet en ligne)

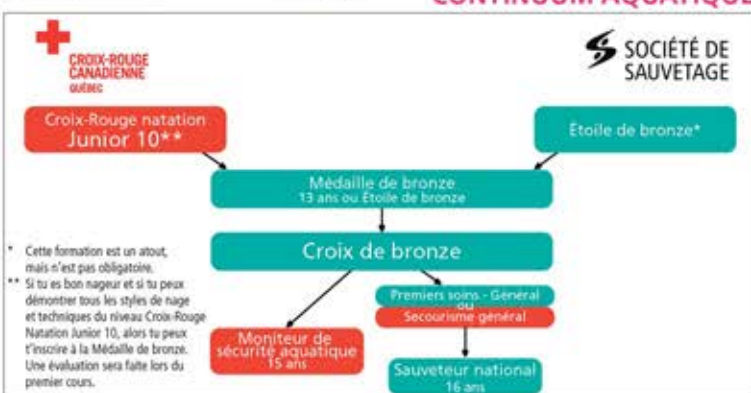
5 novembre au 9 décembre (stages)

10 au 17 décembre (journal de bord)

20 décembre : 17 h à 22 h (théorie)

21 et 22 décembre : 12 h à 20 h (théorie)

CONTINUUM AQUATIQUE



PROGRAMME DE COURS PRIVÉS ET SEMI-PRIVÉS

Durée : 10 semaines

Du 10 septembre au 18 novembre 2017

Carte loisirs OBLIGATOIRE

OPTION 1 - COURS SOL'EAU

Réservez vos cours privés selon l'horaire apparaissant ci-dessous et économisez temps et argent. (Voir la procédure d'inscription en ligne.)

30 MINUTES

Coût : 202,45 \$

Lundi	17 h 30
Mardi	19 h 30
Mardi	19 h 30
Mercredi	17 h 30
Samedi	12 h 20
Dimanche	11 h 30
Dimanche	12 h 30

45 MINUTES

Coût : 303,70 \$

Jeudi	19 h 15
Vendredi	19 h 00

OPTION 2 - COURS PRIVÉS

Vous ne trouvez pas l'horaire souhaité? Appelez-nous et nous regarderons ce que nous pouvons vous offrir. Prenez note qu'en raison de la surcharge de travail en début de session, le traitement de vos demandes se fera après la première semaine de cours.

Veillez communiquer avec nous en personne ou par téléphone (450 929-2782 poste: 202).

AUTRES BLOCS OFFERTS

COURS	30 minutes	45 minutes	60 minutes
1 cours	27,05 \$	40,55 \$	54,05 \$
4 cours	97,65 \$	146,10 \$	194,80 \$
8 cours	183,85 \$	275,90 \$	367,95 \$

Note : 50 % de rabais pour le 2^e participant (cours semi-privé).

BAINS LIBRES



Du 10 septembre au 16 décembre 2017

HORAIRE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10 h à 10 h 55*		10 h à 10 h 55*		10 h à 10 h 55*	8 h à 8 h 55	8 h à 8 h 55
12 h à 13 h 25	12 h à 13 h 25	12 h à 13 h 25	12 h à 13 h 25	12 h à 13 h 25		
16 h à 17 h 25	16 h à 17 h 25	16 h à 17 h 25	16 h à 17 h 25	16 h à 17 h 25	13 h à 14 h 55	13 h à 14 h 55
20 h à 21 h 25**	20 h à 21 h 25**	20 h à 21 h 25**	20 h à 21 h 25**	20 h à 21 h 25**	15 h à 16 h 25	15 h à 16 h 25

BAINS POUR TOUS

3 corridors de natation, baignade libre, pataugeoire, bain thérapeutique, tremplin de 1 m et sauna

BAINS FAMILIAUX

Baignade libre, pataugeoire, bain thérapeutique et tremplin de 1 m

BAINS POUR ADULTES

3 corridors de natation, baignade libre, bain thérapeutique et sauna

NATATION EN LONGUEUR

6 corridors de natation, bain thérapeutique et sauna

COULOIRS EXPRESS

3 corridors de natation et bain thérapeutique
Maximum de 24 baigneurs

Note: Les enfants de moins de 7 ans doivent être accompagnés et sous la surveillance constante d'un adulte présent dans l'eau.

*Tremplin d'un mètre non disponible

** Pour toutes les plages horaires ci-haut, prenez note que le sauna ferme à 21 h 00

IMPORTANT:



L'adulte accompagnateur doit se trouver à une distance de bras de son enfant.

Adulte : personne de 16 ans ou plus, ou personne de 14 ou 15 ans accompagnée d'un adulte de 18 ans ou plus.



Les vestiaires sont ouverts 15 minutes avant le début des activités.



Tenue de plage obligatoire en tout temps dans l'enceinte de la piscine.



Le port du bonnet de bain est obligatoire.

COÛT PAR BAIN LIBRE

		Résidents	Non-résidents
Bout'chou	(6 ans et moins)	1,80 \$	2,80 \$
Junior	(7 à 17 ans)	2,55 \$	3,80 \$
Adulte	(18 à 49 ans)	3,30 \$	5,05 \$
Senior	(50 ans et plus)	2,30 \$	3,55 \$

CARTE 15 BAINS

		Résidents	Non-résidents
Bout'chou	(6 ans et moins)	16,20 \$	24,20 \$
Junior	(7 à 17 ans)	23,50 \$	35,40 \$
Adulte	(18 à 49 ans)	31,60 \$	47,50 \$
Senior	(50 ans et plus)	21,50 \$	32,30 \$

ABONNEMENT ANNUEL

		Résidents	Non-résidents
Bout'chou	(6 ans et moins)	44,40 \$	66,70 \$
Junior	(7 à 17 ans)	65,40 \$	98,20 \$
Adulte	(18 à 49 ans)	85,30 \$	128,00 \$
Senior	(50 ans et plus)	61,10 \$	91,70 \$
Famille		176,00 \$	264,10 \$

Note:

- L'abonnement annuel est valide pour une période de 12 mois à compter de la date d'achat.
- L'abonnement familial est valable pour deux adultes et leurs enfants de 17 ans et moins habitant tous sous le même toit.



c.aqua@ville.varenes.qc.ca

Téléphone : 450 929-2782, poste 0

Visitez notre page Facebook

<https://www.facebook.com/Complexe-Aquatique-de-Varenes-123074014417036/>

