

# MISE EN FORME AQUATIQUE AUTOMNE 2024

Complexe —  
sportif  
Desjardins

## HORAIRE ET TARIFICATION

15 cours offerts du lundi 9 septembre au vendredi 20 décembre

L'offre de cours est conditionnelle à un nombre minimum d'inscriptions.

INSCRIPTION EN LIGNE

28 août, 9 h, au  
1<sup>er</sup> septembre, 23 h 59

### Aquad'or (50 ans et +)

Lundi : 9 h 10 à 10 h 05  
Lundi : 13 h 15 à 14 h 10  
Mardi : 15 h 25 à 16 h 20  
Mercredi : 10 h 55 à 11 h 50  
Mercredi : 13 h 15 à 14 h 10  
Jeudi : 9 h 45 à 10 h 40

### Aquadétente

Vendredi : 13 h 05 à 14 h

### Aquagym

Mardi : 16 h 30 à 17 h 25  
Jeudi : 16 h 30 à 17 h 25  
Vendredi : 12 h à 12 h 55

### Aquajogging

Lundi : 19 h 30 à 20 h 25\*  
Mardi : 10 h 55 à 11 h 50\*  
Jeudi : 10 h 55 à 11 h 50\*

### Aquaforme

Lundi : 10 h 10 à 11 h 05  
Lundi 14 h 20 à 15 h 15  
Mardi : 9 h 45 à 10 h 40  
Mardi : 18 h 40 à 19 h 35  
Mercredi : 19 h 25 à 20 h 20  
Jeudi : 8 h 40 à 9 h 35  
Jeudi : 15 h 25 à 16 h 20  
Vendredi : 10 h 55 à 11 h 50

### Aquamixte

Jeudi : 19 h 45 à 20 h 40

### Aqua Zumba

Mardi : 19 h 45 à 20 h 40

### Aquaspinning

Lundi : 12 h à 12 h 55  
Jeudi : 18 h 40 à 19 h 35  
Vendredi : 14 h 20 à 15 h 15

### SUP yoga fitness

Mercredi : 19 h 35 à 20 h 30 \*

### Aquaforme express

Mercredi : 12 h 15 à 13 h  
Lundi : 11 h 10 à 11 h 55

\*Bassin semi-olympique

## TARIFICATION

15 cours. Tous les prix incluent les taxes.

### Résidents

45 minutes / 55 minutes

15-17 ans : 125,75 \$ / 153,75 \$  
Adultes : 153,50 \$ / 187,50 \$  
Étudiants à temps plein\* : 135 \$ / 165 \$  
Aînés (60 ans et +) : 135 \$ / 165 \$

\*Sur présentation de la carte étudiante

Carte-loisirs à jour  
obligatoire lors de  
l'inscription

### Non-résidents

45 minutes / 55 minutes

15-17 ans : 193,25 \$ / 236,25 \$  
Adultes : 223,75 \$ / 273,75 \$  
Étudiants à temps plein\* : 202,50 \$ / 247,50 \$  
Aînés (60 ans et +) : 202,50 \$ / 247,50 \$

## RABAIS FIDÉLITÉ

2e cours : - 10 %  
3e cours : - 15 %