

CENTRE AQUATIQUE DE MIRABEL

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE EN PISCINE AUTOMNE 2024



9 SEPTEMBRE AU 13 DÉCEMBRE 2024

PRENDRE NOTE QUE LE LUNDI 14 OCTOBRE, IL Y AURA RELÂCHE DE COURS.*

L'ÂGE REQUIS POUR PARTICIPER EST DE 15 ANS ET PLUS



	LUNDI*	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9 H - 9 H 55	AQUAFORME 1		AQUAFORME 1	AQUAJOGGING	AQUAFORME 1
10 H - 10 H 55	AQUAFORME 2	AQUAPOUSSETTE	AQUAFORME 2	AQUADOUCEUR	AQUAFORME 2
13 H - 13 H 55		AQUADOUCEUR			
19 H 00 - 19 H 55	AQUAFORME 2	AQUAZUMBA	AQUAJOGGING		
20 H 00 - 20 H 55	AQUAJOGGING	AQUAFORME 2	AQUAFORME 1		

AQUAZUMBA

MONITRICE DE ZUMBA

EAU PEU PROFONDE
BASSIN COMPÉTITIF

AQUAFORME 1

INTENSITÉ: LÉGER-
MODÉRÉE.

AQUAFORME 2

INTENSITÉ: MOYENNE

EAU PEU PROFONDE
BASSIN COMPÉTITIF

AQUADOUCEUR

INTENSITÉ: LÉGER
PARFAIT POUR
PERSONNE AYANT
DES PROBLÈMES
ARTICULAIRES
BASSIN RÉCRÉATIF.

AQUAJOGGING

CEINTURE FLOTTANTE
FOURNIE
ÊTRE À L'AISE DANS
L'EAU PROFONDE
BASSIN COMPÉTITIF.

AQUAPOUSSETTE

INTENSITÉ: MOYENNE À
ÉLEVÉE
EAU PEU PROFONDE
SIÈGE DAUPHIN FOURNI
BASSIN RÉCRÉATIF

TARIFICATION

TAXES INCLUSES

INSCRIPTION EN LIGNE
RÉSIDENT: 26 AOUT À 18 H
NON-RÉSIDENT: 30 AOUT À 9 H

13 SEMAINES (LUNDI)
RÉSIDENT : 117\$
NON-RÉSIDENT : 234\$

14 SEMAINES
RÉSIDENT : 126\$
NON-RÉSIDENT : 252\$

UNITÉ
RÉSIDENT: 12\$
NON-RÉSIDENT: 24\$