

# 2010

## Activités aquatiques COMPLEXE AQUATIQUE DE SAINT-LÉONARD



Nouveauté!

# Inscriptions en ligne

[www.complexeaquatiquesaint-leonard.ca](http://www.complexeaquatiquesaint-leonard.ca)



## Journées d'inscription

Session	Résidents de l'arrondissement de Saint-Léonard*	Résidents de Montréal	Non-résidents**
<b>Hiver</b> (11 janvier au 21 mars)	7 décembre	9 décembre	10 décembre
<b>Printemps</b> (6 avril au 14 juin)	22 mars	24 mars	25 mars
<b>Été</b>  (Session régulière: 25 juin au 19 août) (Session intensive I: 28 juin au 13 juillet) (Session intensive II: 19 juillet au 3 août) (Session intensive III: 4 au 19 août)	8 juin	10 juin	11 juin
<b>Automne</b> (17 septembre au 9 décembre)	23 et 24 août	26 août	30 août

\* La carte Accès Saint-Léonard est obligatoire.

\*\* La tarification des non-résidents est supérieure à celle des résidents.

## Comment s'inscrire ?

Bien s'assurer de respecter la date correspondant à votre lieu de résidence mentionnée au tableau ci-dessus.

### EN LIGNE

[www.complexeaquatiquesaint-leonard.ca](http://www.complexeaquatiquesaint-leonard.ca)

### OU EN PERSONNE

au Complexe aquatique de Saint-Léonard, 5115, rue des Galets, de 17h à 20h, où trois ordinateurs seront mis à votre disposition, ainsi qu'un service d'aide.

L'horaire des activités est disponible sur notre site:

[www.complexeaquatiquesaint-leonard.ca](http://www.complexeaquatiquesaint-leonard.ca)

Note: la carte privilège est obligatoire pour tous les résidents de l'arrondissement de Saint-Léonard.

Les bénéficiaires de la sécurité du revenu ont droit au tarif réduit (preuves requises). Inscription à l'Accueil du Complexe aquatique de Saint-Léonard.

## Modalités de paiement

**Cartes de crédit Visa ou MasterCard:** par Internet à distance ou à l'aide des ordinateurs mis à votre disposition au Complexe.

**Argent comptant ou Interac:** à l'Accueil du Complexe aquatique de Saint-Léonard.

Vous ne savez pas à quel cours vous inscrire? Profitez de notre service d'évaluation pour tous, sur rendez-vous. C'est gratuit!

L'École aquatique AZUR offre les programmes de la Croix-Rouge Canadienne et de la Société de sauvetage proposant une vaste gamme d'activités qui sauront répondre à vos besoins et vous feront découvrir les plaisirs de l'eau.

Bonnet de bain obligatoire

## Programmation aquatique

### Natation préscolaire (4 mois à 5 ans)

 Étoile de mer	4 à 15 mois avec parent dans l'eau
 Canard	15 à 30 mois avec parent dans l'eau
 Tortue de mer	2 1/2 à 3 1/2 ans avec parent dans l'eau
 Salamandre	3 à 5 ans avec parent dans l'eau
 Salamandre	4 à 5 ans
 Poisson-lune	4 à 5 ans
 Crocodile	4 à 5 ans
 Baleine	4 à 5 ans

Cours de jour, de soir et de fin de semaine



### Natation junior 6 ans et plus – Niveaux 1 à 10

Apprentissage des six styles de nage en développant les bonnes techniques de respiration et de natation, en augmentant l'endurance et en adoptant de saines habitudes de vie.

### Natation adultes 4 niveaux

Apprentissage à votre rythme et perfectionnement des techniques de nage.

Bonnet de bain obligatoire

Cours de soir et de fin de semaine

Cours de jour, de soir et de fin de semaine

## Programme de formation en enseignement et en sauvetage

Continuum de carrière aquatique

- Tu as 14 ans ou plus et tu sais nager (Junior 10)?
- Tu aimerais devenir sauveteur et faire partie de notre équipe?
- Tu veux un emploi d'été?

### Inscris-toi aux cours offerts!

- Étoile de bronze
- Médaille de bronze
- Croix de bronze
- Premiers soins
- Sauveteur national
- Assistant moniteur de sécurité aquatique
- Moniteur de sécurité aquatique



## Programme de conditionnement physique

Pour les mamans en congé de maternité

Bonnet de bain obligatoire

### Prénatal

- Routines d'exercices légers sur musique, avec étirements et relaxation, en préparation à l'accouchement.
- Offert le jour et le soir.
- Il n'est pas nécessaire de savoir nager.

### Aquapoussette

- Une heure d'entraînement pour maman et beaucoup de plaisir pour bébé.
- Pour parent-enfant de 4 mois et plus.
- Offert le jour seulement.
- Il n'est pas nécessaire de savoir nager.

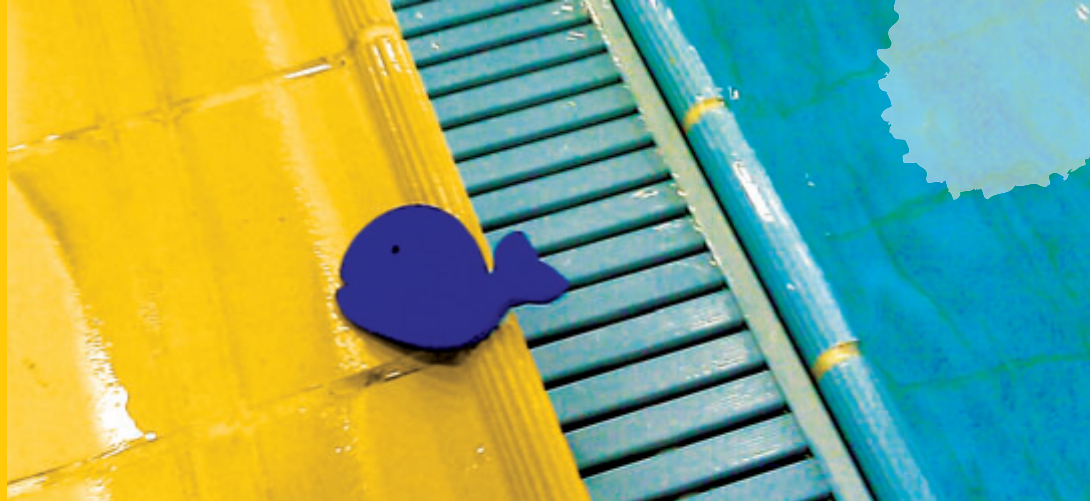


## Programme de conditionnement physique

Pour les 50 ans et plus

Bonnet de bain obligatoire

- Offert le jour seulement.
- Tarif réduit pour les 65 ans et plus.



## Programmation aquatique

Bonnet de bain obligatoire

### Aquaforme\*

Exercices en eau peu profonde.

### Aquajogging

Exercices en eau profonde avec ceinture de flottabilité.

### Entraînement aquatique\*\*

Une heure d'entraînement en longueur. Les mardis et jeudis, de 6 h 45 à 7 h 45 et de 20 h à 20 h 55.

- \* Il n'est pas nécessaire de savoir nager.
- \*\* Être en mesure de nager deux longueurs.

### Club aquatique Saint-Léonard

Préalable : Junior 7

### Cours privés

Horaire selon vos disponibilités. Pour une à quatre personnes.

### Fêtes aquatiques

Vous cherchez une façon originale de célébrer un événement ? Nous vous proposons une fête personnalisée, avec possibilité de musique et d'animation.



## Horaire des bains libres 2010

du 4 janvier au 22 juin et du 10 septembre au 23 décembre.

Horaire	Clientèle admise	Bassin
<b>Semaine</b>		
12 h à 13 h	Adultes	Tous les bassins
13 h 30 à 15 h 30	Adultes et familles	Bassin d'acclimatation
15 h 30 à 16 h 25	Tous	Tous les bassins
21 h 10 à 22 h 30	Adultes	25 m et bassin d'acclimatation
<b>Fin de semaine</b>		
14 h 30 à 16 h 50	Tous	Tous les bassins
19 h à 21 h	Tous	Tous les bassins
21 h à 22 h 30	Adultes	25 m et bassin d'acclimatation
<b>Congé des fêtes</b>		
3 janvier et du 27 au 30 décembre		
13 h à 16 h	Tous	Tous les bassins
<b>Congé scolaire</b>		
du 1 <sup>er</sup> au 5 mars		
L'horaire régulier demeure en vigueur		
13 h 30 à 16 h 25	Tous	Tous les bassins
(Gratuit pour les 17 ans et moins)		
<b>Jours fériés</b>		
2 et 3 avril, 24 mai et 11 octobre		
13 h à 16 h 15	Tous	Tous les bassins
17 h 30 à 19 h	Adultes	25 m et bassin d'acclimatation

## Tarification des bains libres (TPS et TVQ incluses)

	Résident de Montréal*	Non-résident
<b>Entrée individuelle</b>		
Enfant (17 ans et moins)	1,25 \$	2,55 \$
Adulte (18 ans et plus)	2,15 \$	4,30 \$
Aîné (65 ans et plus)*	Gratuit	4,30 \$
Gratuit pour les bénéficiaires de la sécurité du revenu*		
<b>Abonnement 15 bains</b>		
Enfant (17 ans et moins)	12,70 \$	23,35 \$
Adulte (18 ans et plus)	21,30 \$	42,65 \$
<b>Abonnement annuel</b>		
Enfant (17 ans et moins)	22,60 \$	45,15 \$
Adulte (18 ans et plus)	37,95 \$	75,90 \$
Famille (2 adultes et 2 enfants)	79,00 \$	158,05 \$
<b>Renseignements : 514 328-8595</b>		
Services offerts : Bain chaud et sauna		
* Preuve requise.		

Fermé le dimanche 4 avril (Pâques)

Bains libres annulés du 23 août au 9 septembre pour l'entretien annuel

