



**Session Printemps 2024**  
**2 avril au 3 juin 2024**  
(9 semaines de cours)  
**Palestre du Centre Sportif de Gatineau**

<b>Fourmis 18-36 mois mixte (un parent avec l'enfant)</b>			
Jour	Heure	Prix	Places disponibles
lundi	16h40-17h20	167 \$	10
lundi	17h00-17h40	167 \$	10
mercredi	9h00-9h40	167 \$	10
jeudi	16h40-17h20	167 \$	10
samedi	8h40-9h20	167 \$	10
samedi	9h30-10h10	167 \$	10
samedi	10h20-11h00	167 \$	10
dimanche	8h40-9h20	167 \$	10
dimanche	9h30-10h10	167 \$	10
dimanche	10h20-11h00	167 \$	10

dimanche	11h10-11h50	167 \$	10
----------	-------------	--------	----

### Coccinelles 3-4 ans mixte (sans parent)

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Lundi	16h40-17h30	179 \$	8
Lundi	17h50-18h40	179 \$	8
mercredi	9h50-10h40	179 \$	8
jeudi	16h30-17h20	179 \$	8
jeudi	17h00-17h50	179 \$	8
samedi	8h40-9h30	179 \$	8
samedi	9h40-10h30	179 \$	16
samedi	10h40-11h30	179 \$	16
samedi	11h40-12h30	179 \$	8
Dimanche	8h40-9h30	179 \$	16
Dimanche	9h40-10h30	179 \$	8

Dimanche	10h40-11h30	179 \$	8
Dimanche	10h50-11h40	179 \$	8

### Sauterelles 4-5 ans mixte

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Lundi	16h40-17h40	189 \$	8
lundi	17h50-18h50	189 \$	8
Jeudi	16h30-17h30	189 \$	8
jeudi	17h30-18h30	189 \$	8
samedi	8h30-9h30	189 \$	16
samedi	9h40-10h40	189 \$	16
samedi	10h50-11h50	189 \$	16
dimanche	8h30-9h30	189 \$	8
dimanche	9h40-10h40	189 \$	16
dimanche	10h50-11h50	189 \$	8

**Chenilles 6-8 ans  
Niveau 1 à 8 Mixte**

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Lundi	16h30-18h00	206 \$	10
Lundi	17h00-18h30	206 \$	10
Lundi	18h10-19h40	206 \$	10
Lundi	18h40-20h10	206 \$	10
Lundi	18h50-20h20	206 \$	10
Mercredi	16h30-18h00	206 \$	10
Mercredi	17h00-18h30	206 \$	10
Mercredi	18h10-19h40	206 \$	10
Mercredi	18h40-20h10	206 \$	20
Jeudi	16h30-18h00	206 \$	10
Jeudi	18h10-19h40	206 \$	10
Jeudi	18h40-20h10	206 \$	10

Samedi	8h40-10h10	206 \$	10
Samedi	10h20-11h50	206 \$	10
Samedi	10h40-12h10	206 \$	10
Samedi	12h00-13h30	206 \$	10
Samedi	12h20-13h50	206 \$	10
Samedi	13h40-15h10	206 \$	10
Samedi	14h00-15h30	206 \$	10
Dimanche	8h30-10h00	206 \$	10
Dimanche	10h10-11h40	206 \$	10
Dimanche	12h00-13h30	206 \$	10
Dimanche	12h20-13h50	206 \$	10
Dimanche	13h40-15h10	206 \$	10
Dimanche	14h10-15h40	206 \$	10
Dimanche	14h20-15h50	206 \$	10

**Gymnastique pour garçons / 6 ans et +  
Niveau 1 à 8 Garçons**

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
samedi	13h40-15h10	206 \$	10

**Fantastiques 9 ans + Filles  
Niveau 1 à 8**

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Lundi	16h30-18h30	234 \$	10
Lundi	17h40-19h40	234 \$	10
Mardi	16h30-18h30	234 \$	10
mercredi	16h30-18h30	234 \$	10
mercredi	18h10-20h10	234 \$	10
Jeudi	17h30-19h30	234 \$	10
Jeudi	18h00-20h00	234 \$	10
Samedi	8h30-10h30	234 \$	10

Samedi	10h40-12h40	234 \$	20
Samedi	13h00-15h00	234 \$	10
Dimanche	12h00-14h00	234 \$	10
Dimanche	12h20-14h20	234 \$	10

**Mini-Élite**  
**FILLES Débutant (1) 3-5 ans**  
 \*\*doit avoir fait un minimum d'une session coccinelle ou sauterelle

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Mercredi	16h30-18h00	206 \$	8
Jeudi	17h40-19h10	206 \$	8
Samedi	8h30-10h00	206 \$	8
Dimanche	8h30-10h00	206 \$	8

**GARÇONS Débutant (1) 4-6 ans**  
 \*\*doit avoir fait un minimum d'une session coccinelle ou sauterelle

jeudi	16h30-18h00	206 \$	8
-------	-------------	--------	---

**FILLES Intermédiaire (2) 4-6 ans**  
 \*\*doit avoir fait un minimum d'une session mini-élite débutant

Lundi	17h30-19h30	234 \$	8
Mercredi	18h10-20h10	234 \$	8
Jeudi	17h30-19h30	234 \$	8
Samedi	10h10-12h10	234 \$	8
Dimanche	10h10-12h10	234 \$	8
<b>GARÇONS Intermédiaire (2) 4-6 ans</b> **doit avoir fait un minimum d'une session mini-élite débutant			
samedi	11h30-13h30	234 \$	8

<b>Élites 4-6 ans filles</b> (* doit avoir suivi le mini-élite au moins une session)			
Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Jeudi ET	17h30-19h30	425 \$	16
Samedi	8h30-10h30		

<b>Gym avancé 7 à 9 ans - filles</b> (*doit avoir réussi le programme niveau 3 ou élite, ou avoir eu une invitation d'un entraîneur)			
---	--	--	--

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Lundi ET	17h30-19h30	425 \$	10
Mercredi	18h10-20h10		

### Gym avancé 10 ans et plus - filles

(\*doit avoir réussi le programme niveau 3 ou élite, ou avoir eu une invitation d'un entraîneur)

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Lundi ET	18h30-20h30	425 \$	10
Samedi	11h30-13h30		

### Gym avancé 7 à 10 ans - garçons

(\*doit avoir réussi le programme niveau 3 ou élite, ou avoir eu une invitation d'un entraîneur)

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Jeudi ET	17h30-19h30	425 \$	10
Dimanche	13h00-15h00		

### Intro à la compé 7 à 10 ans - filles

(\*doit avoir suivi le gym avancé ou élite, ou avoir eu une invitation d'un entraîneur)

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Mercredi ET	17h00-20h00	572 \$	10
Dimanche	13h00-16h00		

### Intro à la compé 10 ans+ filles

(\*doit avoir suivi le gym avancé ou élite, ou avoir eu une invitation d'un entraîneur)

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Mercredi ET	17h00-20h00	572 \$	10
Samedi	13h10-16h10		

### Lapins/Kangourous - trampoline 6 ans+ mixte Débutant/intermédiaire

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Lundi	19h00-20h00	189 \$	10
Mercredi	17h00-18h00	189 \$	10
Dimanche	8h30-9h30	189 \$	10
Dimanche	9h40-10h40	189 \$	10

Dimanche	12h00-13h00	189 \$	10
Dimanche	13h10-14h10	189 \$	10

### Kangourous - trampoline 10 ans+ mixte Débutant/intermédiaire

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Dimanche	10h50-11h50	189 \$	10

### Trampoline avancé - 8 à 15 ans

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Mardi ET	17h00-18h00	234 \$	
Samedi	12h40-13h40		10

### Trampoline Élite - 8 à 15 ans

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Mardi ET	18h10-19h40	335 \$	

Samedi	13h50-15h20	189 \$	10
--------	-------------	--------	----

### **Tumbling (flic) 9 ans + mixte Débutant/Intermédiaire**

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Mardi	18h40-19h40	189 \$	10

### **Tumbling (salto) 9 ans + mixte Avancé**

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Mercredi	17h00-18h00	189 \$	10

### **Initiation au Parkour (6-9ans) mixte**

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
jeudi	18h10-19h10	189 \$	10
samedi	15h20-16h20	189 \$	10
dimanche	15h10-16h10	189 \$	10

dimanche	16h20-17h20	189 \$	10
----------	-------------	--------	----

### **Parkour intermédiaire (10 ans +) mixte**

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
dimanche	15h00-16h00	189 \$	10
dimanche	16h10-17h10	189 \$	10

### **Parkour avancé (10 ans +) (niveau 5 et plus) mixte**

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
dimanche	17h20-18h20	189 \$	10

### **Groupe adultes débutant/intermédiaire (16-99 ans) mixte**

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Lundi	17h30-19h00	206 \$	10

<b>Circuit de gym/trampoline sans rendez-vous</b> enfants 1-15 ans accompagné d'un adulte		
Jour	Heure	Prix
Jeudi	9h-10h30	14\$ la fois
<b>adulte 16 ans et +</b>		
Mercredi	20h-22h	21\$ à la fois

<b>CONGÉS:</b>	<b>Aucun</b>
----------------	--------------