

PROGRAMMATION SESSION RÉCRÉATIVE AUTOMNE 2023
Gatineau – Centre Sportif de Gatineau

16 septembre au 10 décembre / 11 semaines de cours

CONGÉS

7-8-9 octobre 2023

31 octobre, 1-2-3-4-5 novembre 2023

Fourmis 18-36 mois Mixte (un parent avec l'enfant)			PLACES DISPONIBLES
Lundi	16h30-17h10	189 \$	10
Mercredi	9h00-9h40	189 \$	10
Mercredi	16h30-17h10	189 \$	10
Jeudi	16h30-17h10	189 \$	10
Samedi	8h40-9h20	189 \$	10
Samedi	9h30-10h10	189 \$	10
Samedi	10h20-11h00	189 \$	10
Samedi	11h10-11h50	189 \$	10
Dimanche	8h40-9h20	189 \$	10
Dimanche	9h30-10h10	189 \$	10
Dimanche	10h20-11h00	189 \$	10
Dimanche	11h10-11h50	189 \$	10

Coccinelles 3-4 ans Mixte (sans parent)			PLACES DISPONIBLES
Lundi	16h30-17h20	201 \$	8
mercredi	9h50-10h40	201 \$	8
mercredi	16h30-17h20	201 \$	8
jeudi	17h20-18h10	201 \$	8
Samedi	8h40-9h30	201 \$	16
Samedi	9h40-10h30	201 \$	16
Samedi	10h40-11h30	201 \$	16
Samedi	12h00-12h50	201 \$	8
dimanche	8h30-9h20	201 \$	8
dimanche	10h40-11h30	201 \$	8

Sauterelles 4-5 ans Mixte			PLACES DISPONIBLES
Lundi	17h30-18h30	212 \$	8
Jeudi	17h00-18h00	212 \$	8
Samedi	8h30-9h30	212 \$	16
Samedi	9h40-10h40	212 \$	16
Samedi	10h40-11h40	212 \$	8
Samedi	10h50-11h50	212 \$	16
Samedi	12h00-13h00	212 \$	8
Dimanche	9h30-10h30	212 \$	8

Chenilles 6 à 8 ans - Niveau 1 à 4 - Filles			PLACES DISPONIBLES
Lundi	17h20-18h50	239 \$	10
Lundi	18h40-20h10	239 \$	10
Mercredi	16h30-18h00	239 \$	10
Mercredi	17h00-18h30	239 \$	10
Mercredi	17h30-19h00	239 \$	10
Mercredi	18h10-19h40	239 \$	10
Jeudi	18h10-19h40	239 \$	10
Samedi	12h00-13h30	239 \$	20
Samedi	12h10-13h40	239 \$	10
Samedi	13h40-15h10	239 \$	20
Samedi	13h50-15h20	239 \$	10
Dimanche	10h00-11h30	239 \$	10
Dimanche	11h40-13h10	239 \$	10
Dimanche	12h00-13h30	239 \$	10
Dimanche	13h30-15h00	239 \$	10
Dimanche	13h40-15h10	239 \$	10

Niveau 4 et plus Filles			PLACES DISPONIBLES
Jeudi	18h20-19h50	239 \$	10
Samedi	10h40-12h10	239 \$	10
Samedi	14h50-16h20	239 \$	10
Dimanche	15h10-16h40	239 \$	10

Chenilles 6 à 8 ans - Niveau 1 à 8 - Garçons			PLACES DISPONIBLES
Samedi	13h40-15h10	239 \$	10

Fantastiques 9 ans plus - Filles - Niveau 1 à 8			PLACES DISPONIBLES
Mercredi	17h00-19h00	267 \$	10
Samedi	8h30-10h30	267 \$	10
dimanche	13h40-15h40	267 \$	10
dimanche	15h20-17h20	267 \$	10

Fantastiques 9 ans plus - Garçons - Niveau 1 à 8			PLACES DISPONIBLES
Samedi	11h30-13h30	267 \$	10

Mini-Élite FILLES Débutant (1) 3-5 ans *doit avoir fait un minium d'une session coccinelle ou sauterelle			PLACES DISPONIBLES
Mardi	16h20-17h50	239 \$	8
Jeudi	17h30-19h00	239 \$	8
Samedi	10h00-11h30	239 \$	8
Samedi	10h40-12h10	239 \$	8
Samedi	12h00-13h30	239 \$	8

Mini-Élite GARÇONS Débutant (1) 4-6 ans *doit avoir fait un minimum d'une session coccinelle ou sauterelle			PLACES DISPONIBLES
jeudi	16h30-18h00	239 \$	8

Mini-Élite FILLES Intermédiaire (2) 4-6 ans *doit avoir fait un minimum d'une session mini-élite débutant			PLACES DISPONIBLES
Jeudi	17h30-19h30	268 \$	8
Samedi	12h40-14h40	268 \$	8

Intermédiaire (2) 4-6 ans GARÇONS *doit avoir fait un minimum d'une session mini-élite débutant			PLACES DISPONIBLES
Dimanche	13h00-15h00	268 \$	8

Élites 2X SEMAINE 4-6 ans filles (* doit avoir suivi le mini-élite au moins une session)			PLACES DISPONIBLES
Mardi ET	18h00-20h00	492 \$	16
Samedi	8h30-10h30		

Gym avancé 2X SEMAINE 7 à 10 ans - filles (*doit avoir réussi le programme niveau 3 ou élite, ou avoir eu une invitation d'un entraîneur)			PLACES DISPONIBLES
Mardi ET	18h00-20h00	492 \$	10
Samedi	12h40-14h40		

Gym avancé 2X SEMAINE 10 ans et plus – filles (*doit avoir réussi le programme niveau 3 ou élite, ou avoir eu une invitation d'un entraîneur)			PLACES DISPONIBLES
Lundi ET	18h00–20h00	492 \$	10
Samedi	12h20–14h20		

Gym avancé 2X SEMAINE 7 à 10 ans – garçons (*doit avoir réussi le programme niveau 3 ou élite, ou avoir eu une invitation d'un entraîneur)			PLACES DISPONIBLES
Mardi ET	16h50–18h50	492 \$	10
Jeudi	17h30–19h30		

Intro à la compé 2X SEMAINE 7 ans et plus – filles (*doit avoir suivi le gym avancé ou élite, ou avoir eu une invitation d'un entraîneur)			PLACES DISPONIBLES
Lundi ET	17h00–20h00	667 \$	10
Mercredi	17h00–20h00		
Mercredi ET	17h00–20h00	667 \$	10
Dimanche	13h00–16h00		

Lapins - Trampoline 6-9 ans Mixte Débutant/intermédiaire			PLACES DISPONIBLES
Lundi	19h00-20h00	212 \$	10
Mercredi	18h40-19h40	212 \$	10
Samedi	8h30-9h30	212 \$	10
Samedi	9h40-10h40	212 \$	10
Samedi	10h50-11h50	212 \$	10
Dimanche	8h30-9h30	212 \$	10
Dimanche	9h40-10h40	212 \$	10

Kangourou - Trampoline Débutant/Intermédiaire 10 ans plus - Mixte			PLACES DISPONIBLES
Samedi	14h50-15h50	212 \$	10
Dimanche	10h50-11h50	212 \$	10
Dimanche	12h20-13h20	212 \$	10

Trampoline avancé 2X SEMAINE 8 à 15 ans			PLACES DISPONIBLES
Mercredi ET	16h30-17h30	268 \$	10
Dimanche	12h20-13h20		

Trampoline Élite 2X SEMAINE 8 à 15 ans			PLACES DISPONIBLES
Mercredi ET	17h40-19h10	392 \$	10
Dimanche	13h30-15h00		

Tumbling (flic) Débutant/Intermédiaire 9 ans et plus - Mixte			PLACES DISPONIBLES
Samedi	13h40-14h40	212 \$	10

Tumbling (salto) Avancé 9 ans et plus - Mixte			PLACES DISPONIBLES
Mardi	19h00-20h00	212 \$	10

Initiation au Parkour 6 à 9 ans			PLACES DISPONIBLES
Jeudi	18h10-19h10	212 \$	10
Samedi	15h20-16h20	212 \$	10
Dimanche	15h00-16h00	212 \$	10
Dimanche	16h10-17h10	212 \$	10
Dimanche	17h20-18h20	212 \$	10

Parkour intermédiaire/avancé 10 ans plus			PLACES DISPONIBLES
Dimanche	15h00-16h00	212 \$	10
Dimanche	16h10-17h10	212 \$	10
Dimanche	17h20-18h20	212 \$	10

Gymnastique pour adulte Débutant/intermédiaire (16 ans et plus)			PLACES DISPONIBLES
Lundi	17h30-19h00	239 \$	10

Circuit de gym/trampoline sans rendez-vous			Aucune réservation requis
Enfants 1 à 15 ans accompagnés d'un adulte			
Jeudi	9h-10h30	14\$ par circuit	
Adulte 16 ans et plus			
Mercredi	20h-22h	21\$ par circuit	

CONGÉS	7-8-9 octobre 2023
	31 octobre, 1-2-3-4-5 novembre 2023