

## PROGRAMMATION SESSION RÉCRÉATIVE AUTOMNE 2023

Hull – Palestre de Hull, 183 chemin Freeman

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<br>18 à 36 mois – Mixte (un parent avec l'enfant) |             |        | PLACES<br>DISPONIBLES |
|-----------------------------------------------------------|-------------|--------|-----------------------|
| Samedi                                                    | 8h20 à 9h   | 189 \$ | 10                    |
| Dimanche                                                  | 8h20 à 9h00 | 189 \$ | 10                    |
| Samedi                                                    | 9h10 à 9h50 | 189 \$ | 10                    |
| Mardi                                                     | 9h à 9h40   | 189 \$ | 10                    |
| Jeudi                                                     | 16h20 à 17h | 189 \$ | 10                    |

| COCCINELLES<br>3 à 4 ans – Mixte (sans parent) |               |        | PLACES<br>DISPONIBLES |
|------------------------------------------------|---------------|--------|-----------------------|
| Samedi                                         | 9h40-10h30    | 201 \$ | 10                    |
| Dimanche                                       | 8h20-9h10     | 201 \$ | 10                    |
| Dimanche                                       | 9h15-10h05    | 201 \$ | 10                    |
| Lundi                                          | 17h00 à 17h50 | 201 \$ | 10                    |
| Jeudi                                          | 17h10 à 18h   | 201 \$ | 10                    |

| <b>SAUTERELLES</b><br>4 à 5 ans - Mixte |               |        | <b>PLACES<br/>DISPONIBLES</b> |
|-----------------------------------------|---------------|--------|-------------------------------|
| Samedi                                  | 8h30-9h30     | 212 \$ | 10                            |
| Dimanche                                | 8h30-9h30     | 212 \$ | 10                            |
| Lundi                                   | 16h30 à 17h30 | 212 \$ | 10                            |
| Mardi                                   | 16h30-17h30   | 212 \$ | 10                            |
| Mardi                                   | 17h40-18h40   | 212 \$ | 10                            |
| Mercredi                                | 16h50 à 17h50 | 212 \$ | 10                            |
| Mercredi                                | 16h20 à 7h20  | 212 \$ | 10                            |
| <b>Petite enfance 3 – 5 ans</b>         |               |        |                               |
| Mardi                                   | 9h50-10h50    | 212 \$ | 10                            |

| <b>CHENILLES</b><br>6 à 8 ans - Mixte<br>Niveau 1 à 4 |               |        | <b>PLACES<br/>DISPONIBLES</b> |
|-------------------------------------------------------|---------------|--------|-------------------------------|
| Dimanche                                              | 14h50 à 16h20 | 239 \$ | 10                            |
| Dimanche                                              | 12h à 13h30   | 239 \$ | 10                            |
| Dimanche                                              | 11h10-12h40   | 239 \$ | 10                            |
| Lundi                                                 | 17h40 à 19h10 | 239 \$ | 10                            |
| Mercredi                                              | 19h10 à 20h40 | 239 \$ | 10                            |
| Mercredi                                              | 16h à 17h30   | 239 \$ | 10                            |
| Jeudi                                                 | 18h à 19h30   | 239 \$ | 10                            |
| Vendredi                                              | 19h10-20h40   | 239 \$ | 10                            |

| <b>CHENILLES</b><br>6 ans et + – Garçons |             |        | <b>PLACES</b><br><b>DISPONIBLES</b> |
|------------------------------------------|-------------|--------|-------------------------------------|
| Mardi                                    | 18h50-20h20 | 239 \$ | 10                                  |

| <b>CHENILLES</b><br>6 à 8 ans – Mixte<br>Niveau 4 et plus |               |        | <b>PLACES</b><br><b>DISPONIBLES</b> |
|-----------------------------------------------------------|---------------|--------|-------------------------------------|
| Lundi                                                     | 18h40 à 20h10 | 239 \$ | 10                                  |
| Mercredi                                                  | 17h40 à 19h10 | 239 \$ | 10                                  |
| Dimanche                                                  | 11h à 12h30   | 239 \$ | 10                                  |

| <b>FANTASTIQUES</b><br>9 ans et plus – Mixte<br>Niveau 1 à 8 |               |        | <b>PLACES</b><br><b>DISPONIBLES</b> |
|--------------------------------------------------------------|---------------|--------|-------------------------------------|
| Mardi                                                        | 18h40 à 20h40 | 267 \$ | 10                                  |
| Jeudi                                                        | 16h30 à 18h30 | 267 \$ | 10                                  |
| Dimanche                                                     | 13h40 à 15h40 | 267 \$ | 10                                  |
| Dimanche                                                     | 14h10 à 16h10 | 267 \$ | 10                                  |
| Lundi                                                        | 16h00 à 18h00 | 267 \$ | 10                                  |

| <b>MINI-ÉLITES DÉBUTANT 1</b><br>3 à 5 ans – Mixte<br>* Prérequis minium d'une session Coccinelles ou Sauterelles |             |        | <b>PLACES</b><br><b>DISPONIBLES</b> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------|-------------------------------------|
| Dimanche                                                                                                          | 9h35-11h05  | 239 \$ | 10                                  |
| Mardi                                                                                                             | 11h-12h30   | 239 \$ | 10                                  |
| Mercredi                                                                                                          | 17h30 à 19h | 239 \$ | 10                                  |

| <b>MINI-ÉLITES INTERMÉDIAIRE 2</b><br>4 à 6 ans<br>* Prérequis minium d'une session mini-élite débutant |               |        | PLACES<br>DISPONIBLES |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------|-----------------------|
| Vendredi                                                                                                | 17h-19h       | 267 \$ | 10                    |
| Mardi                                                                                                   | 16h30 à 18h30 | 267 \$ | 10                    |

| <b>ÉLITES</b><br>4 à 6 ans - Mixte<br>* Prérequis minimum d'une session mini-élite intermédiaire |               |        | PLACES<br>DISPONIBLES |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------|-----------------------|
| Lundi <b>et</b>                                                                                  | 16h30 à 18h30 | 492 \$ | 10                    |
| Dimanche                                                                                         | 12h à 14h     |        |                       |

| <b>GYM AVANCÉE</b><br>7 ans et plus - Filles |               |        | PLACES<br>DISPONIBLES |
|----------------------------------------------|---------------|--------|-----------------------|
| Mercredi <b>et</b>                           | 18h à 20h     | 492 \$ | 10                    |
| Dimanche                                     | 12h40 à 14h40 |        |                       |
| Jeudi <b>et</b>                              | 18h40 à 20h40 | 492 \$ | 10                    |
| Samedi                                       | 10h à 12h     |        |                       |
| Lundi <b>et</b>                              | 18h10 à 20h10 | 492 \$ | 10                    |
| jeudi                                        | 18h10 à 20h10 |        |                       |

| <b>INTRO À LA COMPÉTITION</b><br>7 ans et plus – Filles<br>* Prérequis Gym Avancée ou avoir une invitation d'un entraîneur |           |        | PLACES<br>DISPONIBLES |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------|-----------------------|
| Jeudi <b>et</b>                                                                                                            | 17h à 20h | 667 \$ | 10                    |
| Dimanche                                                                                                                   | 9h à 12h  |        |                       |

| <b>LAPINS TRAMPOLINE DÉBUTANT/INTERMÉDIAIRE</b><br>6 à 9 ans |               |        | PLACES<br>DISPONIBLES |
|--------------------------------------------------------------|---------------|--------|-----------------------|
| Lundi                                                        | 19h20 à 20h20 | 212 \$ | 10                    |
| Mercredi                                                     | 19h20 à 20h20 | 212 \$ | 10                    |

| <b>KANGOUROUS TRAMPOLINE DÉBUTANT/INTERMÉDIAIRE</b><br>10 ans et plus |             |        | PLACES<br>DISPONIBLES |
|-----------------------------------------------------------------------|-------------|--------|-----------------------|
| Mardi                                                                 | 16h30–17h30 | 212 \$ | 10                    |

| <b>PARKOUR DÉBUTANT/INTERMÉDIAIRE</b><br>6 ans et plus |             |        | PLACES<br>DISPONIBLES |
|--------------------------------------------------------|-------------|--------|-----------------------|
| Samedi                                                 | 10h40–11h40 | 212 \$ | 10                    |

| <b>CIRCUITS GYMNiques ENFANTS</b><br>Enfants 1-15 ans accompagnés d'un adulte |             |                     | Aucune<br>réservation<br>requis |
|-------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------|---------------------------------|
| Mercredi                                                                      | 10h30 à 12h | 14\$ par<br>circuit |                                 |
| Vendredi                                                                      | 15h30 à 17h | 14\$ par<br>circuit |                                 |