

ACTIVITÉS PHYSIQUES









HIVER 2019

21 JANVIER AU 10 MAI



COLLÈGE
MONTMORENCY

Horaire des activités physiques | Hiver 2019

Activité	Coût	Horaire	Local
 Badminton	Gratuit	Lu 11 h 45 à 13 h 15 Je 11 h 45 à 13 h 15 + 16 h 15 à 17 h 45 Ve 11 h 45 à 13 h 15 + 16 h 15 à 17 h 45	A2205
 Basketball	Gratuit	Ma 13 h 10 à 14 h 10	A2205
 Cardio-vélo (<i>Spinning</i>)	50 \$	Me + Ve 7 h à 7 h 45 (Débute le 30 janvier)	B2422
<i>*Si le 11 février, le nombre de participants est insuffisant, cette activité sera annulée.</i>			
 Futsal	Gratuit	Ma 12 h à 13 h	A2205
 Momo-actifs - Entraînement en circuit	Gratuit *	Sur les heures du midi	B2422
L'abonnement aux salles d'entraînement est obligatoire pour cette activité.			
Pour toute information supplémentaire : frederick.lapointe@cmontmorency.qc.ca			
 Entraînement et natation employé	50 \$	Voir horaire	B2410/B2422
 Entraînement étudiant	30 \$	Voir horaire	B2410/B2422
 Natation étudiant	20 \$	Voir horaire	A2193

Département éducation physique

Activité	Horaire	Local
Tournoi de badminton	Ma 9 avril à 12 h	A2205
Course du Collège 3 km	Ma 16 avril à 12 h	Terrain synthétique
Tournoi d'escrime	Ma 30 avril à 12 h	A2205

Défi santé	Horaire	Local
Défi interdépartemental #1	Ma 19 février à 12 h à 13 h	À déterminer
Défi interdépartemental #2	Ma 26 mars à 12 h à 13 h	À déterminer

Pour toute information supplémentaire : annick.roosen@cmontmorency.qc.ca

Heures d'ouverture Hiver 2019



Salle de musculation B-2410

	Matinée	Diner	Soirée
Lundi	7 h à 7 h 50		18 h 15 à 21 h
Mardi	7 h à 7 h 50	11 h 45 à 14 h 15	
Mercredi	7 h à 7 h 50	12 h 30 à 14h15	
Jeudi	7 h à 7 h 50		16 h 15 à 21 h
Vendredi	7 h à 7 h 50	11 h 45 à 13 h 15	18 h 15 à 21 h
Samedi	14 h à 18 h		



Salle d'aérobic B-2422

	Matinée	Diner	Soirée
Lundi	7 h à 7 h 50	11 h 45 à 12 h 30	
Mardi	7 h à 7 h 50	11 h 45 à 14 h 15	
Mercredi	7 h à 7 h 50		18 h 15 à 21 h
Jeudi	7 h à 7 h 50		16 h 15 à 21 h
Vendredi	7 h à 7 h 50	11 h 45 à 13 h 15	
Samedi	14 h à 18 h		



Piscine A-2193

	Diner
Lundi	12 h à 13 h 15
Mercredi	12 h à 13 h 15
Vendredi	12 h à 13 h 15

Informations, règlements et politiques

Inscriptions et abonnements : payables au centre de perception à la librairie du Collège. Les abonnements sont payables en argent comptant, débit ou crédit (Visa et Mastercard).

Annulation ou modification d'une activité : Une activité peut être annulée ou modifiée.

Aucune activité ne se déroulera lors des jours suivants : 4 au 8 mars, 19 et 22 avril 2019.

*Le mardi 23 avril sera enseigné comme un vendredi, l'horaire entre 8 h et 18 h sera celui du vendredi.

La carte d'identité avec autocollant est obligatoire et doit être présentée sur demande.

Pour informations, communiquez avec le comptoir sportif entre 10 h et 18 h | Local - B2462

Tél : 450 975-6100 p. 6192 (De 10 h et 18 h)

Courriel : comptoir.sports@cmontmorency.qc.ca



**COLLÈGE
MONTMORENCY**

**EN AVRIL, LE
MOIS DU
SPORT!**

**VENEZ BOUGER LORS
DES ÉVÈNEMENTS DU
DÉPARTEMENT
D'ÉDUCATION
PHYSIQUE**

**DES ACTIVITÉS
GRATUITES
TOUTE LA
SESSION !**

**PARTICIPER
AU DÉFI
SANTÉ !**

