

ACTIVITÉS PHYSIQUES

AUTOMNE 2019

26 AOÛT AU 13 DÉCEMBRE



COLLÈGE
MONTMORENCY

Heures d'ouverture - Automne 2019



Salle de musculation B-2410

	Matin	Dîner	Soirée
Lundi	7 h à 7 h 50	11 h 45 à 13 h 15	18 h 15 à 21 h
Mardi		11 h 45 à 13 h 15	18 h 15 à 21 h
Mercredi	7 h à 7 h 50	11 h 45 à 13 h 15	18 h 15 à 21 h
Jeudi		11 h 45 à 13 h 15	18 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

	Matin	Dîner	Soirée
Lundi	7 h à 7 h 50	11 h 45 à 12 h 30	18 h 15 à 21 h
Mardi		11 h 45 à 13 h 15	18 h 15 à 21 h
Mercredi	7 h à 7 h 50	11 h 45 à 13 h 15	18 h 15 à 21 h
Jeudi		11 h 45 à 13 h 15	18 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	



Piscine A-2193

	Dîner
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 modifiée ou annulée par manque de participation ou d'inscription.

Aucune activité ne se déroulera lors des jours suivants : 2 septembre, 27 septembre, 14 octobre, 15 octobre, 16 octobre, 11 novembre, 12 novembre 2019.

*Le jeudi 5 septembre et le jeudi 14 novembre seront enseignés comme un lundi, l'horaire entre 8 h et 18 h sera celui du lundi. Le vendredi 15 novembre sera enseigné comme un mardi, l'horaire entre 8 h et 18 h sera celui du mardi.








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 à 18 h)

Courriel : comptoir.sports@cmontmorency.qc.ca

Horaire des activités physiques | Automne 2019

Activité	Coût	Horaire	Local
 Activités sur réservation	Gratuit	Lu + Me + Ve 8 h à 8 h 45	A2114
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> Terrains disponibles pour pratiquer l'activité de votre choix (Badminton, KanJam, Spikeball, Pickleball, aki-filet et autres). </div>		Lu 13 h 30 à 16 h	A2245 / A2275
		Ma 11 h 45 à 14 h	A2245
		Me 8 h à 8 h 50	A2114
 Badminton	Gratuit	Lu 11 h 45 à 13 h 15	A2245
		Ma 16 h 15 à 17 h 45	A2245
		Me + Je 11 h 45 à 13 h 15	A2205
		Me 15 h 20 à 17 h 45	A2114
 Basketball	Gratuit	Ma 12 h à 14 h	A2114
		(Annulé le 27 août, le 3 septembre et le 19 novembre).	
 Cardio-vélo (Spinning)	50 \$	Me + Je 12 h à 13 h	B2422
 Futsal	Gratuit	Ma 12 h à 14 h	A2205
		(Annulé le 5 novembre et le 3 décembre).	
 Hockey	Gratuit	Lu 12 à 13 h	A2205
 Momo-actifs - Entraînement en circuit	Gratuit *	Tous les jours de 12 h à 13 h	B2422

L'abonnement aux salles d'entraînement est obligatoire pour cette activité.

Pour toute information supplémentaire : frederick.lapointe@cmontmorency.qc.ca

Horaire des activités physiques | Automne 2019

Activité	Coût	Horaire	Local
 Entraînement et natation employé	50 \$	Voir horaire	B2410/B2422
 Entraînement étudiant	30 \$	Voir horaire	B2410/B2422
 Natation étudiant	20 \$	Voir horaire	A2193
 Pilates	50 \$	Ma 12 h à 13 h	A3133
 Ultimate frisbee	Gratuit	Ma 12 h 30 à 13 h 30 (Annulé le 1 ^{er} octobre).	Terrain synthétique

Département éducation physique

Activité	Horaire	Local
Tournoi de badminton	Ma 5 novembre à 12 h	A2205
Course de cross-country	Ma 1 ^{er} octobre à 12 h	Terrain synthétique
Tournoi d'escrime	Ma 3 décembre à 12 h	A2205



**COLLÈGE
MONTMORENCY**