

Piscine extérieure
chauffée située
au parc Pellerin



Programmation *aquatique*

ÉTÉ 2023

Inscription

Il est nécessaire de s'inscrire aux activités de ce programme pour y participer. Les prix indiqués sont réservés aux résidents.

Voir le boisbriand.ca pour le prix des non-résidents.

Résidents : **du 9 mai 9 h au 13 juin**

Non-résidents : **du 16 mai 9 h au 13 juin** (téléphone seulement)

Pour s'inscrire : boisbriand.ca/inscription

Création de compte

Les utilisateurs doivent se créer un compte lors de leur première visite. La carte-loisirs valide est nécessaire pour tous les usagers.

Création de compte : boisbriand.ca/inscription

Carte-loisirs

Une carte-loisirs valide est obligatoire pour s'inscrire aux activités. Elle est offerte gratuitement aux résidents.

Demande et renouvellement : boisbriand.ca/carte-loisirs

Modalités de paiement

Seules les inscriptions en ligne sont acceptées, payables par carte de crédit seulement.

Annulation et remboursement

Toute demande doit être transmise par écrit à inscription@ville.boisbriand.qc.ca ou déposée au comptoir du Service des loisirs **cinq (5) jours ouvrables avant le début de l'activité**. Le coût de l'activité sera alors remboursé à 80 %. Les frais ne seront pas remboursés pour toute demande transmise hors délai, sauf si elle est accompagnée d'un billet médical.

SERVICE DES LOISIRS

940, boul. de la Grande-Allée
450 435-1954 | inscription@ville.boisbriand.qc.ca

HEURES D'OUVERTURE

Lundi au jeudi : 8 h 15 à 12 h et 13 h à 16 h 15
Vendredi : 8 h à 12 h 15

Programmation

Parent-enfant

Cliquez sur l'activité souhaitée pour accéder à tous les détails ou pour vous inscrire!

Conçu pour les jeunes enfants afin de leur apprendre à apprécier l'eau avec le parent.
Présence du parent avec l'enfant dans l'eau obligatoire.

Parent-enfant 1	4 à 12 mois	Lundi 10 h 30 à 11 h	26 juin au 14 août	45 \$
		Samedi 11 h 30 à 12 h	1 ^{er} juillet au 19 août	45 \$
		Dimanche 11 h 30 à 12 h	2 juillet au 20 août	45 \$
Parent-enfant 2	12 à 24 mois	Mercredi 10 h 30 à 11 h	28 juin au 16 août	45 \$
		Dimanche 11 h 30 à 12 h	2 juillet au 20 août	45 \$
Parent-enfant 3	2 à 3 ans	Vendredi 10 h 30 à 11 h	30 juin au 18 août	45 \$
		Samedi 11 h 30 à 12 h	1 ^{er} juillet au 19 août	45 \$

Préscolaire – 3 à 5 ans

Préscolaire 1 Le parent est encouragé à participer jusqu'à ce que son enfant lui indique qu'il peut le faire lui-même. Ils apprendront comment entrer et sortir de l'eau. Nous les aiderons à sauter dans l'eau à hauteur de la poitrine. Ils essaieront de flotter et de glisser sur le ventre et sur le dos. Ils apprendront à se mouiller le visage et à faire des bulles sous l'eau.	Samedi 10 h à 10 h 30	1 ^{er} juillet au 19 août	45 \$
	Samedi 10 h 30 à 11 h	1 ^{er} juillet au 19 août	45 \$
	Dimanche 10 h 30 à 11 h	2 juillet au 20 août	45 \$
Préscolaire 2 Ils apprendront à sauter dans l'eau à hauteur de leur poitrine par eux-mêmes, mais aussi à entrer et à sortir de l'eau en portant un vêtement de flottaison individuel (VFI). Ils seront capables de s'immerger et d'expirer sous l'eau. À l'aide d'un VFI, ils glisseront sur le ventre et sur le dos.	Samedi 10 h à 10 h 30	1 ^{er} juillet au 19 août	45 \$
	Samedi 10 h 30 à 11 h	1 ^{er} juillet au 19 août	45 \$
	Dimanche 10 h 30 à 11 h	2 juillet au 20 août	45 \$
Préscolaire 3 Ils essaieront de sauter en eau profonde et d'effectuer une roulade latérale en portant un VFI. Ils récupéreront des objets dans le fond de l'eau à la hauteur de la taille. Ils apprendront les battements de jambes et les glissements sur le ventre et sur le dos.	Samedi 11 h à 11 h 30	1 ^{er} juillet au 19 août	45 \$
	Dimanche 11 h à 11 h 30	2 juillet au 20 août	45 \$
Préscolaire 4 Ils apprendront à sauter seuls en eau plus profonde et à en sortir sans aide. Ils feront des roulades latérales pour entrer dans l'eau et ils ouvriront leurs yeux sous l'eau. Ils maîtriseront les glissements et le battement de jambes sur le côté. Ils pourront nager une courte distance (5 m) sur le ventre, vêtu d'un VFI.	Dimanche 11 h à 11 h 30	2 juillet au 20 août	45 \$
Préscolaire 5 Ils apprendront à faire une entrée à l'eau par roulade avant revêtus d'un VFI. Ils nageront sur place pendant 10 secondes. Ils pratiqueront des nages au crawl et au dos crawlé sur 5 m, des entraînements par intervalles et ils rigoleront en effectuant le coup de pied rotatif simultané.	Samedi 11 h à 11 h 30	1 ^{er} juillet au 19 août	45 \$

Programmation

Cliquez sur l'activité souhaitée pour accéder à tous les détails ou pour vous inscrire!

Nageur – 5 à 12 ans

Nageur 1 Ils deviendront confortables à sauter dans l'eau avec et sans vêtement de flottaison individuel (VFI). Ils apprendront à ouvrir leurs yeux, à expirer et à retenir leur souffle sous l'eau. Ils se pratiqueront à flotter, à glisser et à battre des jambes pour se déplacer dans l'eau sur le ventre et sur le dos.	Samedi 12 h à 13 h	1 ^{er} juillet au 19 août	45 \$
	Dimanche 8 h 30 à 9 h 30	2 juillet au 20 août	45 \$
	Dimanche 9 h 30 à 10 h 30	2 juillet au 20 août	45 \$
Nageur 2 Ils sauteront en eau plus profonde et apprendront à ne pas craindre de tomber dans l'eau sur le côté en portant un VFI. Ils pourront nager sur place sans aide flottante, apprendre le coup de pied rotatif simultané, ainsi que nager 10 m sur le ventre et sur le dos. Ils auront aussi une introduction à l'entraînement par intervalles pour les battements de jambes alternatif (4 x 5 m).	Samedi 12 h à 13 h	1 ^{er} juillet au 19 août	45 \$
	Dimanche 8 h 30 à 9 h 30	2 juillet au 20 août	45 \$
	Dimanche 9 h 30 à 10 h 30	2 juillet au 20 août	45 \$
Nageur 3 Ils feront des plongeurs, des roulades avant dans l'eau et des appuis renversés. Ils pratiqueront le crawl et le dos crawlé sur 15 m, ainsi que 10 m avec le coup de pied rotatif simultané. L'entraînement par intervalles pour le battement alternatif augmentera à 4 x 15 m.	Dimanche 12 h à 13 h	2 juillet au 20 août	45 \$
Nageur 4 Ils nageront 5 m sous l'eau et ils feront des longueurs au crawl, au dos crawlé, avec le coup de pied rotatif simultané et avec les bras de la brasse, y compris la respiration de cette dernière. Leur toute dernière prouesse comprend la démonstration de la Norme canadienne de Nager pour survivre. Ils effectueront des sprints au crawl sur 25 m et des entraînements par intervalles au crawl et au dos crawlé sur 4 x 25 m.	Dimanche 12 h à 13 h	2 juillet au 20 août	45 \$
Nageur 5 Ils maîtriseront les plongeurs à fleur d'eau, les sauts groupés (en boule), le coup de pied rotatif alternatif et des culbutes arrière dans l'eau. Ils amélioreront leurs nages sur 50 m au crawl et au dos crawlé et leur brasse sur 25 m. Ils augmenteront alors le rythme avec des sprints sur 25 m et deux exercices d'entraînement par intervalles : 4 x 50 m au crawl ou au dos crawlé, et 4 x 15 m à la brasse.	Samedi 9 h à 10 h	1 ^{er} juillet au 19 août	45 \$
Nageur 6 Ils relèveront le défi que présentent les habiletés aquatiques sophistiquées, comme les sauts d'arrêt, les sauts compacts, ainsi que les coups de pieds de sauvetage, comme le coup de pied rotatif alternatif et le coup de pied en ci-seaux. Ils développeront force et puissance avec des sprints de brasse tête levée sur plus de 25 m. Ils nageront facilement des longueurs au crawl, au dos crawlé et à la brasse. Ils pourront effectuer des exercices d'entraînements sur 300 m.	Samedi 9 h à 10 h	1 ^{er} juillet au 19 août	45 \$

HORAIRE ET ANNULATION

L'horaire des activités peut être modifié en tout temps. Une activité annulée en raison de circonstances hors de contrôle (ex.: panne électrique, mauvais temps, etc.) ou par manque de participants ne sera pas remise. Dans ces cas, un remboursement complet sera effectué.

Programmation

Cliquez sur l'activité souhaitée pour accéder à tous les détails ou pour vous inscrire!

Mise en forme

Aqua jogging	16 ans et +	Mardi 12 h à 13 h	27 juin au 15 août	1xsem 50 \$
		Jeudi 12 h à 13 h	29 juin au 17 août	2xsem 90 \$
Aquaforme	50 ans et +	Lundi 11 h à 12 h	26 juin au 14 août	1xsem 50 \$
		Mercredi 11 h à 12 h	28 juin au 16 août	2xsem 90 \$
		Vendredi 11 h à 12 h	30 juin au 18 août	3xsem 130 \$

HORAIRE ET ANNULATION

L'horaire des activités peut être modifié en tout temps. Une activité annulée en raison de circonstances hors de contrôle (ex.: panne électrique, mauvais temps, etc.) ou par manque de participants ne sera pas remise. Dans ces cas, un remboursement complet sera effectué.