

Enfants

Lundi

- Basketball 13-17 ans / **Libre** (Gym 2) 18h30-19h30 60\$ (8 séances)
- Kin-Ball 8-12 ans (Gym 1) 18h30-19h30 <https://bit.ly/courscivilverdunh23>

Mardi

- Badminton 7-12 ans / **Libre** (Gym 2) 18h30-19h30 60\$ (8 séances)
- Tennis 7-8 ans (Gym 1) 18h30-19h30 130\$ (8 séances)
- Ultimate Frisbee 13-17 ans (Gym 2) 19h45-21h30 <https://verdun.ultimatecentral.com>

Mercredi

- Tennis 9-10 ans (Gym 1) 18h30-19h30 130\$ (8 séances)

Jeudi

- Tennis 11+ (Gym 1) 18h30-19h30 130\$ (8 séances)

Samedi

- Zone Énergie* 7-12 ans (Gym 1) 9h-12h 115\$ (8 séances)
- Athlétisme jeunes (Gym 2) 9h-10h <https://www.bougebouge.com>
- Tennis 5-6 ans (Gym 1) 10h15-11h15 130\$ (8 séances)
- Tennis 7-8 ans (Gym 1) 11h30-12h30 130\$ (8 séances)
- Tennis 9-10 ans (Gym 1) 12h45-13h45 130\$ (8 séances)
- Tennis 11+ (Gym 1) 13h45-14h45 130\$ (8 séances)
- Basketball 8-12 ans / **Libre** (Gym 2) 13h30-14h30 60\$ (8 séances)
- Volleyball 7-12 ans (Gym 2) 14h45-16h 80\$ (8 séances)

Parents/Enfants

- Soccer - **Mercredi** (Gym 2) 18h30-19h30 65\$ (8 séances)
- Badminton - **Samedi** (Gym 2) 12h15-13h15 65\$ (8 séances)
- Hockey Cosom - **Samedi** (Gym 1) 15h-16h 65\$ (8 séances)

INFORMATIONS:

- La programmation débute le lundi 16 janvier et se termine le samedi 11 mars.
- Lieu : Académie Beurling / 6100 Champlain Blvd, Verdun, Quebec, H4H 1A5
- Gymnase #1 : Entrée principale de l'école (accessible par le boulevard Champlain).
- Gymnase #2 : Entrée derrière l'école (la porte d'entrée se situe en face de la patinoire du parc Beurling).
- Cours d'une durée de 1h.
- Arrivez à l'heure et en tenue sportive (nous n'avons pas accès aux vestiaires).
- Prévoir une gourde d'eau.
- Les séances d'Ultimate Frisbee sont présentées par les Traceurs de Verdun.
- Les séances d'athlétisme sont présentées par le club de course BougeBouge.
- Les séances de Kin-Ball sont présentées par l'Association de Kin-Ball Montréal.
- * **Zone Énergie: 3h**
- 1h30 d'activités sportives variées à l'intérieur du gymnase (prévoir une collation et 1h de sport extérieur).

*Parents/Enfants

- Les activités Parents/Enfants sont présentées dans le même gymnase. Le tarif indiqué inclus la participation de deux membres de la même famille.

Adultes

Lundi

- Tennis / Initié (Gym 1) 19h45-21h 200\$ (8 séances)
- Cadio Tennis (Gym 1) 21h-22h 70\$ (8 séances)
- Volleyball / Libre (Gym 2) 20-22h 100\$ (8 séances)

Mardi

- Tennis / Débutant (Gym 1) 19h30-20h30 200\$ (8 séances)
- Badminton / Libre (Gym 1) 20h45-22h 85\$ (8 séances)

Mercredi

- Tennis / Initié (Gym 1) 19h45-21h 200\$ (8 séances)
- Cadio Tennis (Gym 1) 21h-22h 70\$ (8 séances)
- Basketball / Libre (Gym 2) 20h-22h 100\$ (8 séances)

Jeudi

- Hockey Cosom / Libre (Gym 1) 20h-22h 100\$ (8 séances)

Parents/Enfants

- Soccer - Mercredi (Gym 2) 18h30-19h30 65\$ (8 séances)
- Badminton - Samedi (Gym 2) 12h15-13h15 65\$ (8 séances)
- Hockey Cosom - Samedi (Gym 1) 15h-16h 65\$ (8 séances)

INFORMATIONS:

- La programmation débute le lundi 16 janvier et se termine le samedi 11 mars.
- Lieu : Académie Beurling / 6100 Champlain Blvd, Verdun, Quebec, H4H 1A5
- Gymnase #1 : Entrée principale de l'école (accessible par le boulevard Champlain).
- Gymnase #2 : Entrée derrière l'école (la porte d'entrée se situe en face de la patinoire du parc Beurling).
- Cours d'une durée de 1h à 2h selon l'activité.
- Arrivez à l'heure et en tenue sportive (nous n'avons pas accès aux vestiaires).
- Prévoir une gourde d'eau.
- Les activités Parents/Enfants sont présentées dans le même gymnase. Le tarif indiqué inclus la participation de deux membres de la même famille.
- Les séances d'activités Parents/ Enfants sont d'une durée de 1h.