

## Programmation Adultes

Horaire Hiver 2019\*  
Début des cours lundi 7 janvier 2019  
10 semaines

<b>Adultes</b>	<b>55 minutes par cours</b>
Aquacombo	Lundi 18 h
Aquacombo	Mercredi 18 h
AFC	Mardi 19 h
Aquacardio	Jeudi 18 h
Aquajogging	Mardi 20 h
Aquajogging	Mercredi 19 h
Aqua boot camp	Jeudi 19 h
Essentiel 1	Samedi 8h
Essentiel 1	Mardi 18 h
Essentiel 2	Lundi 19 h
Essentiel 2	Mercredi 20 h
Essentiel 2	Samedi 8 h
Maître-nageur	Lundi 20 h
Maître-nageur	Jeudi 20 h
Maître-nageur	Dimanche 8 h

**\*Loisirs 3000 se donne le droit de modifier l'horaire en fonction des inscriptions.**

Il n'y aura pas de cours de natation les 15, 16 et 17 mars 2019.

Inscription en ligne dès 22 décembre 2018

<http://www.loisirs3000.ca/fr/activites-aquatiques-CAH>