



CENTRE SPORTIF DE LA PETITE BOURGOGNE



PROGRAMMATION PRINTEMPS 2017

inscription le 18 mars 2017
dès 9h sur place ou en ligne

Été 2017

Inscription à partir de samedi 10 juin 2017 dès 9h sur place ou en ligne

suivez-nous sur 

1825 Notre-Dame O, Montréal H3J 2Y4 | 514 932-0800 | cspb.ca

Partenaire de la Ville de Montréal

Avec la participation financière de

Le Sud-Ouest
Montréal

Éducation,
Loisir et Sport
Québec

COURS EN SALLE ADULTES ET AÎNÉS

du 27 mars au 18 juin 2017

Afro Caraïbes	samedi	11h45 à 12h45	70,00 \$
Aikido	lundi et mercredi	20h30 à 21h30	125,00 \$
Entraînement athlétique	mardi et jeudi	11h00 à 12h00	120,00 \$
Essentric	mardi et jeudi	12h00 à 13h00	120,00 \$
Karaté	mardi et jeudi	20h00 à 21h30	125,00 \$
Parent-bébé (2 jours/sem.)	lundi	10h00 à 11h30	120,00 \$
	mercredi	9h30 à 11h00	
Pilates	mardi et jeudi	19h00 à 20h00	120,00 \$
Remise en forme 55 ans +	merc. et vendredi	11h00 à 12h00	120,00 \$
Spinning	lundi et mercredi	7h00 à 8h00	120,00 \$
	vendredi	18h00 à 19h00	70,00 \$
	3 x semaine		179,50 \$
Taekwondo adultes et ados	lundi et mercredi	19h00 à 20h30	95,00 \$
Triple play	mardi et jeudi	18h00 à 19h00	120,00 \$
Yoga	dimanche	9h30 à 10h25	70,00 \$
Yogalates	lundi et mercredi	12h00 à 13h00	120,00 \$
	vendredi	12h00 à 13h00	70,00 \$
	3 x semaine		179,50 \$
Zumba	lundi et mercredi	18h00 à 19h00	120,00 \$

- * Cours à la carte 10 \$
- * Veuillez ajouter 15 \$ aux montants pour les non-résidents
- * L'horaire peut être modifié sans préavis

COURS EN SALLE ENFANTS

du 27 mars au 9 juin 2017

Taekwondo 6-9 ans (2 jours/sem.)	mercredi	16h30 à 18h00	80,00 \$
	vendredi	16h00 à 17h30	
Taekwondo 10-12 ans (2 jours/sem.)	lundi	16h30 à 18h00	80,00 \$
	vendredi	17h30 à 19h00	

du 1 avril au 3 juin 2017

Danse pour enfants 4-5 ans	samedi	13h00 à 13h55	68,00 \$
Danse pour enfants 6 ans +	samedi	14h00 à 14h55	68,00 \$

LE JARDIN DE PIROUETTE ET CABRIOLE

programme de psychomotricité avec parent

du 1 avril au 3 juin 2017

Camomille la chenille 12-18 mois	samedi	8h30 à 9h20	68,00 \$
Cannelle la coccinelle 18-24 mois	samedi	8h30 à 9h20	68,00 \$
Groseille l'abeille 2-2½ ans	samedi	9h30 à 10h20	68,00 \$
Fenouil la grenouille 2½-3 ans	samedi	9h30 à 10h20	68,00 \$
Potiron le papillon 3-4 ans	samedi	10h30 à 11h20	68,00 \$
Grande Feuille l'écureuil 4-5 ans	samedi	10h30 à 11h20	68,00 \$



- * Veuillez ajouter 15 \$ aux montants pour les non-résidents
- * L'horaire peut être modifié sans préavis

GYMNASE BADMINTON

lundi au vendredi	11h30 à 13h30
lundi	20h30 à 22h30
mercredi	18h00 à 20h00 20h30 à 22h30
dimanche	12h00 à 14h00
15 \$/1 heure	5,00 \$/raquette - dépôt de 20,00\$
25 \$/2 heures	0,50 \$/volant

Réservation :

lundi au vendredi le jour même à partir de 7h
dimanche le samedi à partir de 12h

COURS SPÉCIALISÉS ET PRIVÉS

Cours privés en piscine
40 \$/heure (6 heures et plus)
50 \$/heure

RESPONSABLES ET COORDONNATEURS

Directeur général
Dickens Mathurin

Adjointe administrative
Sylvie Trépanier

Coordonnateur aquatique
et responsable des cours privés en piscine
Jean-Baptiste Berthet

Coordonnateur en salle
Jackson Joseph jackson@cspb.ca

CAMP D'ÉTÉ 2017

Inscription le samedi 15 avril 2017 9h sur place seulement
Pour les gens du quartier H3J et H3C seulement
Avoir une preuve de résidence
À partir du 16 avril 2017 inscription pour tous

1825 Notre-Dame O, Montréal H3J 2Y4 | 514 932-0800 | cspb.ca

COURS EN PISCINE AÎNÉS

du 27 mars au 18 juin 2017

Aquaforme aînés

mardi et jeudi 10h00 à 10h55 **120,00 \$**

Bain de Jouvence

mardi et jeudi 8h00 à 8h45 **46,00 \$**

Physi'eau

mardi et jeudi 11h00 à 11h55 **120,00 \$**

COURS EN PISCINE ADULTES

du 27 mars au 18 juin 2017

Aquaboot camp

mardi et jeudi 17h30 à 18h15 **120,00 \$**

Aquaforme

lundi et mercredi 17h30 à 18h25
 lundi et mercredi 18h30 à 19h25
 mardi et jeudi 17h30 à 18h25
 mardi et jeudi 19h30 à 20h25 **120,00 \$**

Aquapoussette

mardi et jeudi 8h45 à 9h30 **91,00 \$**

Aquaspinning

lundi / mercredi / vendredi 9h00 à 9h45
1 x 72,00 \$ / 2 x 133,20 \$ / 3 x 187,20 \$
 mercredi 18h30 à 19h15 **72,00 \$**
 mardi et jeudi 18h30 à 19h15 **135,00 \$**

Aquastep + Aquaspinning

mardi et jeudi 14h00 à 14h55 **120,00 \$**

Prénatal (attestation obligatoire)

lundi et mercredi 19h30 à 20h25
 27 mars au 3 mai 2017 **60,00 \$**
 8 mai au 14 juin 2017 **60,00 \$**

Maîtres-nageurs

mardi et jeudi 6h30 à 7h55
 28 mars au 14 juin 2017 **135,00 \$**

Longueur d'avance (réserver le matin)

lundi au vendredi 10h00 à 11h55 **4,00 \$/jour**

- * Cours à la carte 12 \$ (AQUASPINNING)
- * Cours à la carte 10 \$
- * Veuillez ajouter 15 \$ aux montants pour les non-résidents
- * L'horaire peut être modifié sans préavis

COURS EN PISCINE CROIX-ROUGE ENFANTS 6 À 12 ANS

du 27 mars au 4 juin 2017

Junior 1 73,00 \$		Junior 3 (suite) 73,00 \$		Junior 5-6 80,00 \$	
samedi	8h45 à 9h25	samedi	10h30 à 11h10	samedi	12h15 à 13h10
samedi	11h00 à 11h40	samedi	13h15 à 13h55	samedi	13h00 à 13h55
samedi	13h15 à 13h55	dimanche	10h15 à 10h55	Junior 6 80,00 \$	
dimanche	8h00 à 8h40	dimanche	11h00 à 11h40	samedi	12h20 à 13h15
dimanche	8h45 à 9h25	dimanche	12h15 à 12h55	dimanche	13h00 à 13h55
dimanche	10h15 à 10h55	Junior 4 73,00 \$		Junior 7-8 80,00 \$	
Junior 2 73,00 \$		samedi	9h30 à 10h10	samedi	12h15 à 13h10
samedi	8h45 à 9h25	samedi	12h30 à 13h10	dimanche	11h00 à 11h55
dimanche	8h00 à 8h40	dimanche	9h30 à 10h10	Junior 9-10 80,00 \$	
dimanche	9h30 à 10h10	dimanche	10h15 à 10h55	samedi	11h00 à 11h55
dimanche	12h20 à 13h00	Junior 5 80,00 \$		samedi	12h55 à 13h50
dimanche	13h05 à 13h45	dimanche	11h00 à 11h55	dimanche	13h00 à 13h55
Junior 3 73,00 \$		dimanche	12h15 à 13h10		
samedi	8h00 à 8h40				

COURS EN PISCINE PRÉ-SCOLAIRE ENFANTS 4 MOIS À 6 ANS

du 27 mars au 4 juin 2017

Étoile de mer (avec parent) 68,00 \$		Loutre de mer (avec parent) 68,00 \$		Salamandre (suite) 73,00 \$	
lundi	9h30 à 10h10	samedi	8h00 à 8h40	dimanche	8h45 à 9h25
mercredi	9h30 à 10h10	samedi	8h45 à 9h25	dimanche	10h15 à 10h55
samedi	9h30 à 10h10	samedi	10h15 à 10h55	dimanche	13h15 à 13h55
dimanche	8h00 à 8h40	dimanche	10h15 à 10h55	Poisson lune 73,00 \$	
Canard (avec parent) 68,00 \$		dimanche	11h00 à 11h40	samedi	8h00 à 8h40
mercredi	10h10 à 10h50	dimanche	12h25 à 13h05	samedi	9h30 à 10h10
samedi	8h00 à 8h40	dimanche	13h10 à 13h50	samedi	10h15 à 10h55
samedi	9h00 à 9h40	Salamandre 73,00 \$		dimanche	8h45 à 9h25
samedi	9h30 à 10h10	mardi	17h30 à 18h10	dimanche	9h30 à 10h10
samedi	11h00 à 11h40	samedi	8h00 à 8h40	dimanche	12h15 à 12h55
dimanche	8h45 à 9h25	samedi	8h15 à 8h55	Crocodile 73,00 \$	
Tortue de mer (avec parent) 68,00 \$		samedi	8h45 à 9h25	jeudi	17h30 à 18h10
samedi	10h15 à 10h55	samedi	9h30 à 10h10	samedi	8h45 à 9h25
samedi	12h10 à 12h50	samedi	9h45 à 10h25	samedi	12h15 à 12h55
samedi	13h15 à 13h55	samedi	10h15 à 10h55	dimanche	11h30 à 12h10
dimanche	8h00 à 8h40	samedi	11h00 à 11h40	Baleine 73,00 \$	
dimanche	9h30 à 10h10	samedi	11h15 à 11h55	samedi	10h15 à 10h55
		samedi	13h20 à 14h00		
		dimanche	8h00 à 8h40		

- * Veuillez ajouter 15 \$ aux montants pour les non-résidents
- * L'horaire peut être modifié sans préavis