



# CENTRE SPORTIF Pays-d'en-Haut

## Programmation été 2023

### SESSION

- Du 12 juin au 20 août 2023 (8 semaines) - Programmation Nager pour la vie
- Du 12 juin au 20 août 2023 (8 semaines) - Programmation Mise en forme aquatique
- Du 12 juin au 20 août 2023 (8 semaines) – Programmation Mise en forme en salle

*Note : tous les cours de la programmation (Nager pour la vie, mise en forme aquatique et mise en forme en salle) seront suspendus durant les semaines de la construction, soit du 23 juillet au 5 août 2023, inclusivement.*

### INSCRIPTIONS

- **Du 28 mai au 1<sup>er</sup> juin 2023**, pour les résidents d'une des municipalités partenaires au Centre sportif Pays-d'en-Haut (Estérel, Lac-des-Seize-Îles, Morin-Heights, Piedmont, Saint-Adolphe-d'Howard, Saint-Sauveur, Sainte-Adèle, Sainte-Anne-des-Lacs et Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson)
- **Du 2 juin au 6 juin 2023**, pour tous

Notez que du 28 mai au 6 juin 2023, vous pourrez vous inscrire en ligne ou en personne selon l'horaire suivant :

### HEURES ET DATES D'INSCRIPTIONS (En ligne ou en personne)

En ligne	Du 28 mai au 6 juin 2023	9 h à 20 h Tous les jours
En personne	Du 28 mai au 6 juin 2023	9 h à 20 h Du lundi au vendredi  9 h à 17 h Samedi et dimanche

## Évaluation gratuite du niveau des nageurs

Vous souhaitez vous inscrire ou inscrire un membre de votre famille à un cours offert dans le cadre du Programme Nager pour la vie? Afin de choisir le bon niveau au moment de l'inscription, présentez-vous au Centre sportif Pays-d'en-Haut où nos experts seront disponibles pour évaluer le nageur et vous recommander le niveau approprié, selon l'âge et les habiletés du nageur. L'évaluation se fait **dans l'eau** et par conséquent, vous devez avoir votre bonnet et maillot de bain.

Notes :

- *L'évaluation n'est pas nécessaire pour les enfants âgés de 4 mois à 3 ans, car l'inscription se fait en fonction de l'âge du participant;*
- *Cette évaluation permet seulement de déterminer le bon niveau du nageur et ne priorise pas votre place lors de la période d'inscriptions.*

Service d'évaluation gratuit et sans rendez-vous, offert selon les plages horaires suivantes :

- Jeudi 18 mai de 17 h 30 à 19 h;
- Vendredi 19 mai de 17 h 30 à 19 h;
- Samedi 20 mai de 14 h à 18 h.

À votre arrivée, présentez-vous à l'accueil, on se fera un plaisir de vous diriger!

### TERRAIN SYNTHÉTIQUE

Pour connaître les disponibilités en lien avec les réservations du terrain synthétique, consultez les horaires à l'adresse suivante : <https://www.sport-plus-online.com/PrmsMVC/?Vird=1562&ArrId=1775&CalendrierAvecEntete=True>

Pour toute demande d'informations et/ou de réservation, veuillez communiquer avec Sylvain Descoteaux, au 579 202-1722 poste 8403 ou à : [sdescoteaux@cspdh.com](mailto:sdescoteaux@cspdh.com)

### HORAIRE – PLATEAU LIBRE (Horaire sujet à changement)

**Horaire du 1<sup>er</sup> mai au 23 juin 2023**

LUNDI AU VENDREDI	(\$) Gratuit	6 h à 8 h
-------------------	--------------	-----------

**Horaire du 24 juin au 1<sup>er</sup> septembre 2023**

LUNDI AU VENDREDI	(\$) Gratuit	6 h à 9 h
-------------------	--------------	-----------

## **SECTEUR ARÉNA**

Pour toute demande d'informations en lien avec les réservations de glace, les horaires de patinage libre, hockey libre et bâton-rondelle, veuillez-vous informer auprès du responsable aréna, Sylvain Descoteaux, au 579 202-1722 poste 8403 ou à : [sdescoteaux@cspdh.com](mailto:sdescoteaux@cspdh.com).

---

---

252, boul. de Sainte-Adèle, Sainte-Adèle, Québec, J8B 0K6 – 579 202-1722

[www.centresportifpaysdenhaut.com](http://www.centresportifpaysdenhaut.com)