

# Programmation jeunesse CAS



## Natation Aquatique

### Natation Préscolaire

Pour les jeunes de 9 mois à 6 ans,  
8 cours de 30 minutes

Niveaux	Coût*
Étoile de mer	71.50\$
à Baleine	à 74.50\$

### Natation Junior

Pour les enfants de 5 ans et +, 8 cours de  
30, 45 et 60 minutes selon le niveau

Niveaux	Coût*
Junior 1 à 10	74.50\$ à 82\$

\* Lors d'une nouvelle inscription, ajouter 1.50\$ pour le carnet de progression.

## Cross Training <Parents-enfants>

**Horaire:**  
7-14 ans: Samedi 9h à 9h55

**Coût:** 52\$/enfant pour 7 semaines-  
10\$ à la fois  
56\$/parent pour 7 semaines  
10\$ à la fois

**PARENT NON OBLIGATOIRE**

## Gardiens Avertis

Obtiens ton certificat en gardiennage par un  
moniteur qualifié de la Croix-Rouge.

**Horaire:** Samedi de 8h30 à 16h30

**Coût:** 40.75\$ / 1 journée  
+ frais d'inscription 16\$

**Âge:** 11 à 15 ans



## Club Aquatique Salaberry

Programme d'entraînement à la compétition  
pour les adultes et les jeunes de 7 ans et plus  
[www.clubaquaquiesalaberry.ca](http://www.clubaquaquiesalaberry.ca)

450 373-6573, poste 207

## Plongeon

Pour les jeunes de 8 ans et plus possédant une base  
de natation en eau profonde

### Découvrons le plongeon

**Horaire:** Dimanche 12h30 à 13h25

**Coût:** 63.60\$ (8 cours de 60 minutes)



## Mini-Gym CAS

Gym ludique pour les 18 mois-5 ans

**Horaire:**  
Les Souris (18-24 mois): Dimanche 9h à 9h50  
Les Chatons (2 à 3½ ans): 10h à 10h50  
Les Ours (3½ à 5 ans): 11h à 11h50

**Coût:** 70\$ / 7 semaines



## Nage Synchronisée

Pour jeunes entre 6 et 14 ans

### Initiation à la nage synchronisée

**Horaire:** samedi 12h30 à 13h30

**Coût:** 132\$/ 20 semaines

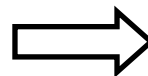
**Club participatif** (possibilité de compétition)

**Horaire:** Mercredi 18h30 à 20h &  
samedi 14h30 à 16h00

**Coût:** 375\$ + plus frais de compétition/35 sem

100, rue St-Thomas, Valleyfield, J6T 4J7  
450 373-6573

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



# Programmation jeunesse CAS



## Natation Aquatique

### Natation Préscolaire

Pour les jeunes de 9 mois à 6 ans,  
8 cours de 30 minutes

Niveaux	Coût*
Étoile de mer	71.50\$
à Baleine	à 74.50\$

### Natation Junior

Pour les enfants de 5 ans et +, 8 cours de  
30, 45 et 60 minutes selon le niveau

Niveaux	Coût*
Junior 1 à 10	74.50\$ à 82\$

\* Lors d'une nouvelle inscription, ajouter 1.50\$ pour le carnet de progression.

## Cross Training <Parents-enfants>

**Horaire:**  
7-14 ans: Samedi 9h à 9h55

**Coût:** 52\$/enfant pour 7 semaines-  
10\$ à la fois  
56\$/parent pour 7 semaines  
10\$ à la fois

**PARENT NON OBLIGATOIRE**

## Gardiens Avertis

Obtiens ton certificat en gardiennage par un  
moniteur qualifié de la Croix-Rouge.

**Horaire:** Samedi de 8h30 à 16h30

**Coût:** 40.75\$ / 1 journée  
+ frais d'inscription 16\$

**Âge:** 11 à 15 ans



## Club Aquatique Salaberry

Programme d'entraînement à la compétition  
pour les adultes et les jeunes de 7 ans et plus  
[www.clubaquaquiesalaberry.ca](http://www.clubaquaquiesalaberry.ca)

450 373-6573, poste 207

## Plongeon

Pour les jeunes de 8 ans et plus possédant une base  
de natation en eau profonde

### Découvrons le plongeon

**Horaire:** Dimanche 12h30 à 13h25

**Coût:** 63.60\$ (8 cours de 60 minutes)



## Mini-Gym CAS

Gym ludique pour les 18 mois-5 ans

**Horaire:**  
Les Souris (18-24 mois): Dimanche 9h à 9h50  
Les Chatons (2 à 3½ ans): 10h à 10h50  
Les Ours (3½ à 5 ans): 11h à 11h50

**Coût:** 70\$ / 7 semaines



## Nage Synchronisée

Pour jeunes entre 6 et 14 ans

### Initiation à la nage synchronisée

**Horaire:** samedi 12h30 à 13h30

**Coût:** 132\$/ 20 semaines

**Club participatif** (possibilité de compétition)

**Horaire:** Mercredi 18h30 à 20h &  
samedi 14h30 à 16h00

**Coût:** 375\$ + plus frais de compétition/35 sem

100, rue St-Thomas, Valleyfield, J6T 4J7  
450 373-6573

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



CITÉ DES ARTS ET DES SPORTS  
COMPLEXE SPORTIF

