



Lac-Mégantic

# ACTIVITÉS LIBRES CSM

Du 7 septembre au 22 décembre 2021

| BONNET DE BAIN OBLIGATOIRE<br><br>PISCINE | ACTIVITÉ ET ÂGE   | HORAIRE                        |                                | DESCRIPTION  |   |
|---|---|--------------------------------|--------------------------------|--|---|
|   | BAIN ADULTE<br>15 ans et plus   | Mercredi<br>et Vendredi        | 8 h 30 à 9 h 30                |  | Période de bain libre et corridors pour nager en longueurs lorsque possible. <u>Matériel fourni</u> : planches, petits haltères, matériel d'aquaforme, bouées de traction et palettes.                            |
|   | BAIN EN LONGUEUR<br>15 ans et plus<br><br>Prérequis :<br>nager 100 mètres | Samedi                         | 12 h 45 à 14 h 15              |  | <u>Matériel fourni</u> : planches, bouées de traction et palettes.<br><br><u>Note</u> :<br>Pour les entraînements du matin, le paiement se fait directement à la piscine (argent comptant ou carte d'abonnement). |
|   |   | Dimanche                       | 12 h 45 à 14 h 15              |  |   |
|   |   | Lundi                          | 6 h 30 à 8 h<br>18 h à 19 h 25 |  |   |
|   | Mercredi  | 6 h 30 à 8 h<br>20 h à 20 h 55 |                                |  |   |
|   | Vendredi  | 6 h 30 à 8 h                   |                                |  |   |
| BAIN FAMILIAL<br>Pour tous                | Samedi  | 14 h 30 à 15 h 55              |                                | Bassin de 25 m et pataugeoire avec jeux d'eau. Le tremplin est accessible les 25 dernières minutes. Un corridor est disponible pour nager en longueur lorsque possible. <u>Matériel fourni</u> : serpentins, ballons, vêtements de flottaison individuels (VFI). |   |
|   | Dimanche  | 14 h 30 à 15 h 55              |                                |  |   |

| LES NON-MAGASINAIRES OBLIGATOIRES<br><br>GYMNASSE | ACTIVITÉ ET ÂGE        | HORAIRE        |                | PORT DU CASQUE RECOMMANDÉ<br><br>ARÉNA | ACTIVITÉ ET ÂGE                    | HORAIRE    |             |  |  |
|---|------------------------|----------------|----------------|--|------------------------------------|------------|-------------|--|--|
|   | BADMINTON<br>Pour tous | Lundi          | 13 h à 14 h 30 |  | PATIN LIBRE 50 +<br>50 ans et plus | Jeudi      | 9 h à 11 h  |  |  |
|   |                        |                | 17 h 30 à 19 h |  |                                    |            |             |  |  |
|   |                        |                | 19 h 30 à 21 h |  |                                    |            |             |  |  |
| PICKLEBALL LIBRE<br>15 ans et plus                | Mercredi               | 10 h à 11 h 30 |                | PATIN LIBRE<br>Pour tous               |                                    | Dimanche   | 10 h à 12 h |  |  |
|   |                        | 12 h 30 à 14 h |                |  |                                    |            |             |  |  |
|   |                        | 17 h à 18 h 30 |                |  |                                    |            |             |  |  |
|   | Lundi                  | 10 h à 11 h 30 |                |  | Lundi                              | 9 h à 11 h |             |  |  |
|   |                        | 13 h à 14 h 30 |                |  |                                    |            |             |  |  |
|   |                        | 15 h à 16 h 30 |                |  |                                    |            |             |  |  |
| Mardi   | 10 h à 11 h 30         |                | Mardi          | 9 h à 11 h                             |                                    |            |             |  |  |
|   | 17 h à 18 h 30         |                |                |  |                                    |            |             |  |  |
|   | 19 h à 20 h 30         |                |                |  |                                    |            |             |  |  |
| VOLLEYBALL LIBRE<br>15 ans et plus                | Mardi                  | 10 h à 11 h 30 |                | Mercredi                               | 9 h à 11 h                         |            |             |  |  |
|   |                        | 12 h 30 à 14 h |                |  |                                    |            |             |  |  |

NOTE : le casque est fortement recommandé.

*Horaires spécial pour les journées pédagogiques à venir prochainement !*



## TARIFS

|                           |      |         |         |      |
|---------------------------|------|---------|---------|------|
| Enfants, étudiants, aînés | Rés. | 3,50 \$ | Non-rés | 7 \$ |
| Adultes                   |      | 4,50 \$ |         | 9 \$ |

## Les CARTES D'ABONNEMENT DESJARINDS

pour les activités libres sont disponibles pour les résidents et les non-résidents. C'est avantageux! Informez-vous auprès du personnel de l'accueil.



**C'EST LE TEMPS D'EN PROFITER !** Tous les premiers dimanches du mois, au CSM, **LES ACTIVITÉS LIBRES SONT GRATUITES !** Cette promotion est valide pour les résidents de la Ville de Lac-Mégantic et des municipalités partenaires (sur présentation de la carte citoyen ou de la carte d'accès).

À NOTER : L'horaire des activités libres peut être sujet à changement ou annulé. Le cas échéant, le CSM s'engage à informer la clientèle dans les meilleurs délais possibles. Vous trouverez l'information sur la page facebook du CSM.

INFO

## MESURES SPÉCIFIQUES REQUISES POUR LES ACTIVITÉS LIBRES

- **PASSEPORT VACCINAL** pour les 13 ans et plus
- **RÉSERVATION PAR TÉLÉPHONE** (maximum 48 h à l'avance). Des ratios de participants à la piscine sont à respecter et des mesures sont prises afin de respecter les normes sanitaires en vigueur. Vous êtes priés de ne pas vous présenter au CSM si vous avez été exposé à la COVID-19 à votre connaissance, ou si vous présentez des symptômes s'apparentant à la COVID-19.

COVID-19

## CENTRE SPORTIF MÉGANTIC

5400, rue Papineau, Lac-Mégantic (Qc) G6B 0B9 | 819 583-0630 | [www.centresportifmegantic.com](http://www.centresportifmegantic.com) | [csmcentresportifmegantic](https://www.facebook.com/csmcentresportifmegantic)