



EMPLOYÉS ACTIFS

Automne 2018

Du 27 août au 13 décembre

MIDIS ACTIFS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
11 h 40 à 12 h 30	11 h 40 à 12 h 30	11 h 45 à 13 h 15	11 h 40 à 12 h 30	11 h 40 à 12 h 30
BAIN LIBRE PISCINE	HOCKEY ARÉNA DE BLAINVILLE	YOGA SUR INSCRIPTION SEULEMENT : 50 \$ C-115	YOGA C-115	HOCKEY ARÉNA DE LORRAINE
COURSE À L'EXTÉRIEUR DU 27 AOÛT AU 8 OCTOBRE PORTE DU CENTRE SPORTIF	VOLLEYBALL GYMNASE SIMPLE	12 h à 13 h 30	BASKETBALL GYMNASE DOUBLE	VOLLEYBALL GYMNASE SIMPLE
ENTRAÎNEMENT SUR BALLON À PARTIR DU 15 OCTOBRE C-115	ZUMBA PALESTRE	BAIN LIBRE PISCINE	NAGE ET PERFECTIONNEMENT AQUATIQUE PISCINE	BADMINTON GYMNASE DOUBLE
BADMINTON GYMNASE SIMPLE	AQUAGYM ET LONGUEURS PISCINE	12 h à 15 h	ENTRAÎNEMENT LIBRE SALLE DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE	HOCKEY COSOM GYMNASE DOUBLE
SOCCER GYMNASE DOUBLE	ENTRAÎNEMENT LIBRE SALLE DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET DE CARDIOVÉLO	BADMINTON GYMNASE SIMPLE	CARDIOVÉLO SALLE DE CARDIOVÉLO	ENTRAÎNEMENT LIBRE SALLE DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET DE CARDIOVÉLO
ENTRAÎNEMENT LIBRE SALLE DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET DE CARDIOVÉLO		BASKETBALL GYMNASE DOUBLE	16 h 15	
ENTRAÎNEMENT PAR INTERVALLES 27 AOÛT, 17 SEPTEMBRE, 3 ET 15 OCTOBRE, 5 ET 19 NOVEMBRE, 3 DÉCEMBRE PALESTRE		ENTRAÎNEMENT LIBRE SALLE DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET DE CARDIOVÉLO	VÉLO DE MONTAGNE 30 AOÛT, 13 ET 27 SEPTEMBRE, 11 ET 25 OCTOBRE OKA & PARC DU DOMAINE VERT PORTE DU CENTRE SPORTIF	

IL N'Y AURA AUCUNE ACTIVITÉ DURANT LES JOURNÉES PÉDAGOGIQUES, DE MISE À NIVEAU ET LES EXAMENS DE FRANÇAIS.

LES ÉVÉNEMENTS DU MOIS

11 h 40 à 12 h 30

AOÛT	ÉVALUATION DE LA CONDITION PHYSIQUE VENDREDI 31 AOÛT, C-121	PRIX DE PRÉSENCE LORS DE CHAQUE ÉVÉNEMENT!
SEPTEMBRE	TOURNOI AMICAL DE HOCKEY COSOM JEUDI 13 SEPTEMBRE, GYMNASSE DOUBLE	
OCTOBRE	TOURNOI AMICAL DE TENNIS JEUDI 4 OCTOBRE, TERRAINS EXTÉRIEURS	
NOVEMBRE	ÉVÉNEMENT YOGA JEUDI 1 ^{er} NOVEMBRE (SEMAINE DE MISE À NIVEAU), GYMNASSE DOUBLE	
DÉCEMBRE	TOURNOI AMICAL DE VOLLEYBALL MARDI 4 DÉCEMBRE, GYMNASSE DOUBLE	
	ÉVALUATION DE LA CONDITION PHYSIQUE LUNDI 10 DÉCEMBRE, C-121	

POUR TOUS, PEU IMPORTE VOTRE NIVEAU!

REMISE DES PRIX DE PARTICIPATION
Jeudi 13 décembre, midi, au local D-040

Ces activités vous sont offertes dans le cadre du programme PISTE, ainsi qu'en collaboration avec l'équipe de la Vie étudiante (activités du mercredi).

Information : Benoît Beaulieu au poste 2762 ou à benoit.beaulieu@clg.qc.ca

