

ACTIVITÉS AQUATIQUES 2018



100% partenaires pour une baignade RÉUSSIE!



La carte Accès Saint-Léonard est obligatoire. La tarification des non-résidents est supérieure à celle des résidents.



5115, rue des Galets, Saint-Léonard H1R 3W6
Téléphone : 514 328-8595 • complexe.aquatique@sodem.net

JOURNÉES D'INSCRIPTION

Session	Résidents de l'arrondissement de Saint-Léonard	Résidents de Montréal	Non-résidents
Hiver 8 janvier au 18 mars	13 décembre	14 décembre	15 décembre
Printemps 2 avril au 11 juin	20 mars	21 mars	22 mars
Été Sessions Régulière Intensive 1 Intensive 2 Intensive 3	13 juin 25 juin au 19 août 25 juin au 10 juillet 12 au 30 juillet 1 ^{er} au 16 août	14 juin	15 juin
Automne 17 septembre au 10 décembre	20 août	21 août	22 août

La carte Accès Saint-Léonard est obligatoire. La tarification des non-résidents est supérieure à celle des résidents.

COMMENT S'INSCRIRE ?

Assurez-vous de respecter la date correspondant à votre lieu de résidence mentionnée au tableau.



INSCRIPTIONS EN LIGNE

Dès 17 h

www.complexeaquatiquesaint-leonard.ca



EN PERSONNE

De 17 h à 20 h

Au Complexe aquatique de Saint-Léonard, 5115, rue des Galets

Pour connaître les détails de l'horaire des activités, consultez notre site au : www.complexeaquatiquesaint-leonard.ca

MODALITÉS DE PAIEMENT

Par Internet : cartes de crédit Visa ou MasterCard.
Au comptoir d'accueil du Complexe aquatique de Saint-Léonard : argent comptant ou Interac.



PROGRAMMATION AQUATIQUE

L'École aquatique AZUR offre les programmes de la Croix-Rouge canadienne et de la Société de sauvetage proposant une vaste gamme d'activités qui sauront répondre à vos besoins et vous feront découvrir les plaisirs de l'eau.

NATATION PRÉSCOLAIRE (4 mois à 5 ans)

AVEC parent dans l'eau



Étoile de mer (4 à 12 mois)



Canard (12 à 24 mois)



Tortue de mer (2 à 3 ans)



Loutre de mer (3 à 5 ans)

SANS parent dans l'eau



Salamandre (4 à 5 ans)



Poisson-lune (4 à 5 ans)



Crocodile (4 à 5 ans)



Baleine (4 à 5 ans)

NATATION JUNIOR (6 ans et plus)

Niveaux 1 à 10

Apprentissage des cinq styles de nage en développant les bonnes techniques de respiration et de natation, en augmentant l'endurance et en adoptant de saines habitudes de vie.



NATATION ADULTE

Perfectionnement des techniques de nage.

AQUAFORME*

Exercices en eau peu profonde.

AQUAJOGGING*

Exercices en eau profonde avec ceinture de flottabilité.

ENTRAÎNEMENT AQUATIQUE**

Une heure d'entraînement en longueur. Les mardis et jeudis, de 20 h à 20 h 55.



* Il n'est pas nécessaire de savoir nager.
** Être en mesure de nager deux longueurs.

HORAIRE DES BAINS LIBRES

HORAIRE	CLIENTÈLE ADMISE	BASSIN
12 h à 13 h	Adultes	Tous les bassins
13 h 30 à 15 h 30	Adultes et familles	Bassin d'acclimatation
15 h 30 à 16 h 25	Tous	Tous les bassins
21 h à 22 h	Adultes	25 m et bassin d'acclimatation

FIN DE SEMAINE

14 h 30 à 16 h 50	Tous	Tous les bassins
19 h à 21 h	Tous	Tous les bassins
21 h à 22 h	Adultes	25 m et bassin d'acclimatation

CONGÉ SCOLAIRE

Du 5 au 9 mars 2018 (l'horaire régulier demeure en vigueur)
13 h 30 à 16 h 25 Tous Tous les bassins

JOURS FÉRIÉS

Vendredi 30 mars
13 h 30 à 16 h 25 Tous 25 m et bassin d'acclimatation

Samedi 31 mars
13 h 30 à 16 h 25 Tous Tous les bassins

Lundi 21 mai
13 h 30 à 16 h 25 Tous Tous les bassins

Lundi 8 octobre
13 h 30 à 16 h 25 Tous Tous les bassins

CONGÉ DES FÊTES

Du 27 au 30 décembre 2017 et du 3 au 5 janvier 2018
13 h à 16 h Tous Tous les bassins

TARIFICATION DES BAINS LIBRES

ENTRÉE INDIVIDUELLE	Résidents	Non-résidents
Enfant (17 ans et moins)	1,40 \$	2,80 \$
Adulte (18 ans et plus)	2,35 \$	4,70 \$
Aîné (65 ans et plus)	Gratuit	4,70 \$

ABONNEMENT 15 BAINS

Enfant (17 ans et moins)	13,85 \$	27,70 \$
Adulte (18 ans et plus)	23,40 \$	46,80 \$

ABONNEMENT ANNUEL

Enfant (17 ans et moins)	24,75 \$	49,50 \$
Adulte (18 ans et plus)	41,55 \$	83,10 \$
Famille (2 adultes et 2 enfants)	85,00 \$	170,00 \$

Casiers de sécurité disponibles à l'entrée. Apportez votre cadenas personnel.



Notes : Les tarifs sont sujets à changement sans préavis.

Le Complexe aquatique de Saint-Léonard sera fermé les 24, 25, 26 et 31 décembre 2017, 1^{er} et 2 janvier 2018 ainsi que le 1^{er} avril.

Le mardi 19 décembre 2017, exceptionnellement, il n'y aura pas de bain à 21 h.

Le Complexe aquatique de Saint-Léonard sera également fermé du 20 août au 9 septembre 2018 en raison de travaux d'entretien annuels.

LE PORT DU BONNET DE BAIN EST OBLIGATOIRE

LE PORT DU BONNET DE BAIN EST OBLIGATOIRE

POUR LES FEMMES ENCEINTES ET LES MAMANS EN CONGÉ DE MATERNITÉ

Il n'est pas nécessaire de savoir nager.

PRÉNATAL

Routines d'exercices légers sur musique, comprenant des exercices d'étirement et de relaxation, en préparation à l'accouchement.

Offert le jour et le soir.

AQUAPOUSSETTE

Une heure d'entraînement pour maman et beaucoup de plaisir pour bébé. L'enfant doit être âgé de 4 mois et plus.

Offert le jour seulement.

COURS PARENTS-ENFANTS

Une demi-heure de chansons et de rires pour découvrir l'amour de l'eau tout en s'amusant. Les enfants doivent être âgés de 4 mois et plus.

Offert le jour, le soir et la fin de semaine.

COURS PRIVÉS

Horaire selon vos disponibilités. Pour une à quatre personnes.

CLUB AQUATIQUE SAINT-LÉONARD

Préalable : Junior 8
Enfants de 9 à 14 ans



CLUB AQUATIQUE SAINT-LÉONARD



La carte Accès Saint-Léonard est obligatoire. La tarification des non-résidents est supérieure à celle des résidents.



PROGRAMME DE FORMATION EN ENSEIGNEMENT ET EN SAUVETAGE



SOCIÉTÉ DE SAUVETAGE

Les experts en sécurité aquatique



5115, rue des Galets, Saint-Léonard H1R 3W6
Téléphone : 514 328-8595 • complexe.aquatique@sodem.net

RÈGLEMENTS ET CONSIGNES GÉNÉRALES



1. Le port du maillot de bain et du bonnet de bain est obligatoire.



2. Il est obligatoire de prendre une douche avant la baignade.



3. Les enfants de moins de 8 ans doivent en tout temps et en tout lieu être accompagnés d'une personne responsable de 16 ans et plus, qui doit être à portée de bras. Une preuve d'âge peut être demandée.



4. Les sacs sont interdits sur le bord de la piscine.



5. Le port de souliers est interdit sur la promenade.



6. Il est interdit de cracher, d'uriner, de se moucher ou de souiller l'eau de toute autre façon.



7. Il est interdit d'apporter ou de consommer de la nourriture ou des boissons sur la promenade, dans la piscine ou dans les vestiaires.



8. Aucun contenant de verre ne doit être apporté sur la promenade et/ou dans la piscine.



9. Il est interdit de courir sur la promenade.



10. Il est interdit de se bousculer sur la promenade ou dans la piscine.



11. L'accès à la piscine publique est interdit à une personne atteinte d'une lésion cutanée, d'une maladie de la peau, d'une maladie contagieuse ou infectieuse ou à une personnes portant un pansement.



12. Les baigneurs doivent être évacués et l'accès à la piscine interdit aussitôt :
- qu'une vérification de sécurité est nécessaire;
- qu'il existe un risque attribuable à la présence de matières dangereuses dans l'eau ou sur la promenade;
- qu'une circonstance met en danger la sécurité.



13. Il est interdit de plonger dans la partie peu profonde ainsi qu'à partir des échelles. Les plongeurs sont permis dans la zone du tremplin uniquement.



14. Tout incident, si minime soit-il, doit être rapporté au responsable avant de quitter les lieux.



15. Seules les couches aquatiques de type «Little Swimmer» sont acceptées.



16. Il est interdit à toute personne ayant les facultés affaiblies d'accéder à la piscine.



17. Conditions d'utilisation des saunas :
- 18 ans et plus;
- serviette obligatoire.



18. Conditions d'utilisation des couloirs de nage :
- respecter le «Guide des nageurs».

19. Il est interdit de pratiquer l'apnée dans la piscine.



20. Il est interdit d'utiliser un masque, un tuba, des palmes et des plaquettes ou gants d'entraînement.



21. Il est interdit d'utiliser des téléphones cellulaires, des appareils photos de tous genres ou des appareils sonores dans les vestiaires, sur la promenade et dans les estrades.



22. Aucun spectateur n'est admis dans l'enceinte de la piscine. Veuillez utiliser les estrades.



23. Aucun objet flottant n'est accepté dans la partie profonde du bassin, à l'exception des ceintures d'aquajogging.



24. L'interdiction de fumer prévaut en tout lieu.



25. Il est interdit de se changer sur la promenade de la piscine.



26. La Ville de Montréal n'est pas responsable des objets perdus ou volés.

27. Les responsables de la piscine ont toute autorité sur le plan d'eau et les aménagements existants et se réservent le droit d'expulser toute personne qui enfreint un ou plusieurs règlements, nuit au bon fonctionnement de la programmation, affecte la sécurité des autres baigneurs et n'observe pas les règles de bonnes moeurs, de civisme et de politesse.

28. Toute personne coupable de menaces, de voies de fait, d'actes indécents ou de vandalisme s'expose à des poursuites judiciaires.

29. Toute personne ne se conformant pas à ces consignes peut être expulsée sans remboursement du prix d'entrée.

LES ÉQUIPEMENTS SUIVANTS SONT À LA DISPOSITION DES BAINEURS

- Planches d'entraînement
- Bouées de flottaison (Pull-buoys)
- Ballons

LES ÉQUIPEMENTS SUIVANTS SONT AUTORISÉS, MAIS DOIVENT ÊTRE FOURNIS PAR L'USAGER

- Vestes de flottaison individuelles (VFI)
- Ceintures d'aquajogging
- Objets gonflables de dimension raisonnable
- Ballons dorsaux

Le matériel devra être utilisé de façon approprié et sécuritaire.

Ces règlements peuvent être modifiés en tout temps.

BASSIN D'ACCLIMATATION



1. Le bassin est réservé en priorité :

- aux enfants de 1,25 mètre (4 pieds) et moins;
- aux enfants de moins de 8 ans, qui doivent en tout temps et en tout lieu être accompagnés d'une personne responsable de 16 ans et plus, qui doit être à portée de bras;

- aux adultes et personnes responsables (16 ans et plus).

Une preuve d'âge peut être demandée.

2. L'accès au bassin (entrée et sortie) doit se faire par les escaliers ou la descente centrale (rampe d'accès) seulement.

3. Il est interdit :

- de plonger;
- de passer sous les rampes;
- de s'asseoir sur le mur séparant le bain à jets de la pataugeoire;
- de sauter dans l'eau à partir du bord de la piscine;
- d'utiliser les rampes pour faire des exercices (ex. : redressements assis).

LES ÉQUIPEMENTS SUIVANTS SONT À LA DISPOSITION DES BAIGNEURS

- Petites planches
- Spaghettis
- Ballons

LES ÉQUIPEMENTS SUIVANTS SONT AUTORISÉS, MAIS DOIVENT ÊTRE FOURNIS PAR L'USAGER

- Vestes de flottaison individuelles (VFI)
- Objets gonflables de dimension raisonnable
- Ballons dorsaux

Le matériel devra être utilisé de façon approprié et sécuritaire.

Ces règlements peuvent être modifiés en tout temps.

BASSIN RÉCRÉATIF

Le bassin est ouvert à tous.



1. Il est interdit :

- de plonger;
- de s'asseoir sur le mur séparant la descente du bassin;
- de sauter dans l'eau à partir du bord de la piscine dans la zone récréative (jeux d'eau);
- d'utiliser les rampes pour faire des exercices (ex. : redressements assis).

LES ÉQUIPEMENTS SUIVANTS SONT À LA DISPOSITION DES BAIGNEURS

- Petites planches
- Spaghettis
- Ballons

LES ÉQUIPEMENTS SUIVANTS SONT AUTORISÉS, MAIS DOIVENT ÊTRE FOURNIS PAR L'USAGER

- Vestes de flottaison individuelles (VFI)
- Objets gonflables de dimension raisonnable
- Ballons dorsaux

Le matériel devra être utilisé de façon approprié et sécuritaire.

Ces règlements peuvent être modifiés en tout temps.

CONDITIONS D'UTILISATION DU TREMPIN DE 1 MÈTRE



1. Les aides flottantes (ex. : swim-aids et VFI) sont interdites. Les utilisateurs doivent être capables de revenir seuls au bord.



2. Une seule personne à la fois est admise sur le tremplin. Les autres baigneurs doivent attendre au pied de l'escalier.



3. Les garde-corps ne doivent pas être utilisés comme « barres parallèles ».



4. La roulette d'ajustement du tremplin ne doit pas être déplacée.



5. La course est interdite. Les pas d'élan sont effectués au bout du tremplin. Un seul bond est autorisé.



6. Les sauts et plonges arrière sont interdits.



7. Les culbutes avant et arrière sont interdites.
8. Les vrilles sont interdites.



9. L'utilisateur doit sauter ou plonger en ligne droite au bout du tremplin.



10. L'utilisateur doit sortir de l'eau immédiatement après avoir plongé ou sauté, en utilisant les échelles.



11. Les femmes enceintes, les personnes souffrant de problèmes de dos ou de troubles cardiaques doivent s'abstenir d'utiliser le tremplin.

CONDITIONS D'UTILISATION DU BAIN À JETS

- **18 ans et plus**
- **Temps d'utilisation maximum : 12 minutes**
(effectuer une rotation entre les places avec jets et les places sans jets)
- **Il est interdit de s'asseoir sur le mur séparant le bain à jets de la pataugeoire**
- **Il est interdit d'utiliser les rampes pour faire des exercices**
(ex. : redressements assis)