



# CENTRE AQUATIQUE DE MIRABEL

## CONDITIONNEMENT PHYSIQUE EN PISCINE HIVER 2026



12 JANVIER AU 20 MARS 2026

L'ÂGE REQUIS POUR PARTICIPER EST DE 15 ANS ET PLUS  
RELÂCHE DE COURS PENDANT LA SEMAINE DU 2 AU 6 MARS

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9 H - 9 H 55	AQUAFORME 1		AQUAFORME 1	AQUAJOGGING	AQUAFORME 1
10 H - 10 H 55	AQUAFORME 2	AQUAPOUSSETTE	AQUAFORME 2	AQUADOUCEUR	AQUAFORME 2
11 H - 11 H 55		AQUADOUCEUR			
19 H - 19 H 55		AQUAZUMBA	AQUAJOGGING		
20 H - 20 H 55		AQUAFORME 2	AQUAFORME 1		



### TARIFICATION

#### INSCRIPTION EN LIGNE

**RÉSIDENT:**  
8 DÉCEMBRE À 18 H

**NON-RÉSIDENT:**  
12 DÉCEMBRE À 9 H

**9 SEMAINES**  
**RÉSIDENT : 82.80 \$**  
**NON-RÉSIDENT : 165.60 \$**

**UNITÉ**  
**RÉSIDENT: 13\$**  
**NON-RÉSIDENT: 26\$**

\*TAXES INCLUSES

#### AQUAFORME 1

INTENSITÉ: LÉGER-MODÉRÉE.

#### AQUAFORME 2

INTENSITÉ: MOYENNE

EAU PEU PROFONDE  
BASSIN COMPÉTITIF

#### AQUAPOUSSETTE

INTENSITÉ: MOYENNE À ÉLEVÉE

EAU PEU PROFONDE  
SIÈGE DAUPHIN FOURNI  
BASSIN RÉCRÉATIF

#### AQUAJOGGING

CEINTURE FLOTTANTE  
FOURNIE  
ÊTRE À L'AISE DANS L'EAU  
EAU PROFONDE  
BASSIN COMPÉTITIF

#### AQUADOUCEUR

INTENSITÉ: LÉGER  
PARFAIT POUR  
PERSONNE AYANT DES  
PROBLÈMES  
ARTICULAIRES  
BASSIN RÉCRÉATIF

#### AQUAZUMBA

MONITRICE DE ZUMBA

EAU PEU PROFONDE  
BASSIN COMPÉTITIF