

ACTIVITÉS AQUATIQUES PRINTEMPS

AQUATIC ACTIVITIES SPRING

RELÂCHE DU VENDREDI 7 AVRIL AU LUNDI 10 AVRIL
INCLUSIVEMENT ET LUNDI 22 MAI.

NO CLASSES FROM FRIDAY, APRIL 7 TO MONDAY,
APRIL 10 INCLUSIVELY AND MONDAY, MAY 22.

INSCRIPTION EN LIGNE SEULEMENT

Lundi 27 mars, dès 18:00
(voir page 6 pour les détails)

Pour plus de détails sur nos programmes aquatiques,
consultez www.ville.mont-royal.qc.ca.

ONLINE REGISTRATION ONLY

Monday, March 27, as of 18:00
(see page 6 for details)

For further details on our Aquatic programs, consult
www.town.mount-royal.qc.ca.

BAIN LIBRE - PRINTEMPS

Du 1^{er} avril au 1 juin (10 semaines)
La Carte-loisirs est obligatoire pour les résidents.
Renseignements : 514 734-2928 ou 514 734-4125.

PUBLIC SWIM - SPRING

From April 1 to June 1 (10 weeks)
The Recreation card is mandatory for residents.
Information: 514 734-2928 or 514 734-4125.

HORAIRE

SCHEDULE

	LUNDI MONDAY	MARDI TUESDAY	MERCREDI WEDNESDAY	JEUDI THURSDAY	VENDREDI FRIDAY	SAMEDI SATURDAY	DIMANCHE SUNDAY
Bain adulte matinée / Morning adult swim	07:00 - 9:10		07:00 - 09:10			07:30 - 08:45	07:30 - 08:45
Bain familial* / Family swim*		16:30 - 17:20		16:30 - 17:20		14:30 - 17:30	14:30 - 17:30
Bain adulte soirée / Evening adult swim	18:35 - 19:35	19:30 - 21:00	18:35 - 19:35	19:30 - 21:00			

*Un couloir est réservé à la nage en longueurs.

*One lane is available for lap swim.

PISCINE PIERRE-LAPORTE (résidents de Mont-Royal)

PIERRE-LAPORTE POOL (Mount Royal Residents)

TARIFS* ADMISSION*	0-4 ans/years	5-14 ans/years	15 ans et + 15 years & +	60 ans et + 60 years & +	Famille / Family (4 pers.)
Quotidien / Daily	Gratuit / Free	2 \$	3 \$	1,50 \$	6 \$
Abonnement / Membership	Gratuit / Free	35 \$	50 \$	25 \$	80 \$

*Avec la Carte-loisirs.
NON-RÉSIDENTS : supplément de 50% sur les tarifs.

*With the Recreation card.
NON-RESIDENTS: Additional 50% on fees.

VOUS N'ÊTES PAS CERTAIN DU NIVEAU DANS LEQUEL INSCRIRE VOTRE ENFANT?

Participez à notre session d'évaluation le **19 mars**
à la piscine Pierre-Laporte avec des moniteurs certifiés.

Communiquez avec le Régisseur des
activités aquatiques, **Laurent Jutras**, au
laurent.jutras@ville.mont-royal.qc.ca
pour prendre rendez-vous (OBLIGATOIRE).

NOT SURE OF WHAT LEVEL YOUR CHILD SHOULD BE IN?

Participate in our evaluation session on **March 19**
at the Pierre-Laporte pool with certified instructors.

Contact the Aquatic Activities
Supervisor, **Laurent Jutras** at
laurent.jutras@town.mount-royal.qc.ca
to schedule an appointment (MANDATORY).

ACTIVITÉS AQUATIQUES PRINTEMPS

AQUATIC ACTIVITIES SPRING

NATATION PARENT ENFANT ET PRÉSCOLAIRE
(4 mois à 5 ans)
NATATION NAGEUR (5 à 12 ans)
NATATION ADOS (13 à 16 ans)

NOUVEAU
Programme
Nager pour la vie
NEW
Program
swim for life

PARENT AND TOT AND PRESCHOOL SWIM
(4 months to 5 years)
SWIMMER SWIM (5 to 12 years)
TEEN SWIM (13 to 16 years)

RENSEIGNEMENTS IMPORTANTS PRINTEMPS-ÉTÉ

1. On ne peut inscrire son enfant qu'à **un** cours Nager pour la vie à la fois. La Ville se réserve le droit d'annuler sans préavis une deuxième inscription.
2. Tout enfant peut s'inscrire à un deuxième cours ou niveau durant la même année selon les conditions suivantes :
 - Disponibilité de places;
 - Avoir terminé et réussi le niveau précédent;
 - Durant les séries estivales, s'inscrire au plus tard le jeudi qui précède le début de la prochaine série.
3. La Ville se réserve le droit d'annuler une inscription si elle juge que le demandeur ne satisfait pas aux exigences particulières du niveau. **L'annulation se fera aux frais du demandeur selon la politique de remboursement** (voir page 10).
4. La Ville se réserve le droit de jumeler ou d'annuler les cours si le taux de participation n'est pas suffisant.
5. Pour des raisons de sécurité, nous demandons aux parents de demeurer à la mezzanine de la piscine Pierre-Laporte ou dans l'enceinte de la pataugeoire de la piscine municipale durant les leçons.

IMPORTANT INFORMATION SPRING-SUMMER

1. You may register for only **one** Swim for life lesson at a time. The Town reserves the right to cancel, without warning, a second registration within the same session.
2. A child may register for a second lesson and level in the same year under the following conditions:
 - If space permits;
 - Completion and passing of the previous level;
 - During the summer series, registration must be done by the Thursday before the start of the next series.
3. The Town reserves the right to cancel a registration if it is deemed that the applicant does not meet the specific requirements necessary for the level. **The cancellation will be at the expense of the applicant according to the refund policy** (see page 12).
4. The Town reserves the right to combine or cancel classes if registration is insufficient.
5. For safety reasons, parents are asked to remain on the mezzanine of the Pierre-Laporte pool or in the wading pool area of the municipal pool during lessons.

LEÇONS PRIVÉES (RÉSIDENTS SEULEMENT)

PISCINE PIERRE – LAPORTE - PRINTEMPS

Le dépliant et l'horaire des cours privés se trouvent sur le site Web de la Ville, sous l'onglet Piscine Pierre- Laporte. Aucune place n'est garantie.

**8 leçons de 30 minutes
pour 1 enfant**

210 \$

**8 lessons of 30 minutes
for 1 child**

Pour un cours semi-privé, veuillez procéder à l'inscription du premier enfant et communiquez ensuite avec le Régisseur des activités aquatiques afin d'ajouter le deuxième enfant à la série de leçons.

Le prix sera ajusté en conséquence.

PRIVATE LESSONS (RESIDENTS ONLY)

PIERRE – LAPORTE POOL - SPRING

The private lessons flyer and schedule are available on the Town's website in the Pierre Laporte Pool section. No place is guaranteed.

For semi-private lessons, please register the first child to the activity and then contact the Aquatic Activities Supervisor to add the second child to the lessons.

The price will be adjusted accordingly.

ACTIVITÉS AQUATIQUES PRINTEMPS

AQUATIC ACTIVITIES SPRING

PRINTEMPS

PISCINE PIERRE-LAPORTE

Du 3 avril au 5 juin (8 semaines)

Les cours du mercredi se terminent le 24 mai

SPRING

PIERRE-LAPORTE POOL

From April 3 to June 5 (8 weeks)

Monday classes end on May 24

NOUVEAU
Programme
Nager pour la vie

NEW
Program
swim for life

PARENT ET ENFANT 1 à 3 (4 à 36 mois)

L'ENFANT DOIT ÊTRE ACCOMPAGNÉ PAR UN ADULTE
DANS L'EAU À CHAQUE COURS

PARENT AND TOT 1 to 3 (4 to 36 months)

THE CHILD MUST BE ACCOMPANIED BY AN
ADULT IN THE WATER DURING EACH CLASS.

NIVEAU / LEVEL	LUNDI / MONDAY	MERCREDI / WEDNESDAY	VENDREDI / FRIDAY	SAMEDI / SATURDAY	DIMANCHE / SUNDAY	COÛT / FEES
Parent et Enfant 1-2 Parent and Tot 1-2 (4 - 24 mois / months)				10:00 - 10:40		70 \$ 10/gr
Parent et Enfant 2-3 Parent and Tot 2-3 (24 - 36 mois / months)			17:40 - 18:10		10:10 - 10:40	

PRÉSCOLAIRE 1 à 5 (3 à 5 ans)

1. Veuillez respecter la progression proposée par Nager pour la vie (débutez par Préscolaire 1).
2. L'enfant doit avoir réussi son niveau avant de passer au suivant.

PRESCHOOL 1 to 5 (3 to 5 years)

1. Follow the progression suggested by Swim for life (start with Preschool 1).
2. The child must have passed the level before moving on to another.

NIVEAU / LEVEL	LUNDI / MONDAY	MERCREDI / WEDNESDAY	VENDREDI / FRIDAY	SAMEDI / SATURDAY	DIMANCHE / SUNDAY	COÛT / FEES
Préscolaire 1 Preschool 1		16:45 - 17:15	17:05 - 17:35	10:10 - 10:40	10:10 - 10:40	70 \$ 4/gr
Préscolaire 2 Preschool 2	16:45 - 17:15	16:45 - 17:15	17:05 - 17:35 19:35 - 20:05	10:10 - 10:40	10:45 - 11:15	
Préscolaire 3 Preschool 3	16:45 - 17:15	17:20 - 17:50	17:40 - 18:10 19:35 - 20:05	10:45 - 11:15	10:45 - 11:15	
Préscolaire 4 Preschool 4	16:45 - 17:15	17:20 - 17:50	17:40 - 18:10		11:30 - 12:00	
Préscolaire 5 Preschool 5	17:20 - 17:50		18:15 - 18:45	11:30 - 12:00	11:30 - 12:00	

ACTIVITÉS AQUATIQUES

AQUATIC ACTIVITIES

PRINTEMPS PISCINE PIERRE-LAPORTE

Du 3 avril au 5 juin (8 semaines)

SPRING PIERRE-LAPORTE POOL

From April 3 to June 5 (8 weeks)

NAGEUR 1 à 6 (5 à 12 ans)

L'enfant doit avoir réussi son niveau avant de passer au suivant.
Le niveau est déterminé par les habiletés de l'enfant.
Veuillez consulter le guide Nager pour la vie.

SWIMMER 1 to 6 (5 to 12 years)

The child must have passed the level before moving on to another.
The level is determined by the child's swimming skills. Please consult the Swim for life guide.

NIVEAU / LEVEL	LUNDI / MONDAY	MERCREDI / WEDNESDAY	VENDREDI / FRIDAY	SAMEDI / SATURDAY	DIMANCHE / SUNDAY	COÛT / FEES
Nageur 1 Swimmer 1	17:20 - 17:50	17:20 - 17:50	17:05 - 17:35 18:15 - 18:45	10:45 - 11:15 11:30 - 12:00	10:10 - 10:40 11:30 - 12:00	70 \$ 6/gr
Nageur 2 Swimmer 2	17:20 - 17:50	16:45 - 17:15	18:15 - 18:45 19:35 - 20:05	10:45 - 11:15 11:30 - 12:00	10:45 - 11:15	
Nageur 3 Swimmer 3				12:05 - 12:50 12:55 - 13:40	12:05 - 12:50	75 \$ 8/gr
Nageur 4 Swimmer 4			20:10 - 20:55	12:05 - 12:50	12:05 - 12:50	
Nageur 5 Swimmer 5			20:10 - 20:55	12:55 - 13:40		
Nageur 6 Swimmer 6			20:10 - 20:55	13:45 - 14:30	13:05 - 13:40	

NAGEUR 7 à 9 (8 à 12 ans)

Jeune Sauveteur

Les nageurs 7 à 9 sont les cours de **Jeune sauveteur** avec niveau initié, averti et expert. Ces cours sont une initiation aux cours de formation.

SWIMMER 7 to 9 (8 to 12 years)

Swim Patrol

The swimmer 7 to 9 is part of the **Swim patrol** program with rookie, ranger and star levels. These courses are an initiation to training courses.

NIVEAU / LEVEL	LUNDI / MONDAY	MERCREDI / WEDNESDAY	VENDREDI / FRIDAY	SAMEDI / SATURDAY	DIMANCHE / SUNDAY	COÛT / FEES
Nageur 7 (Initié) Swimmer 7 (Rookie)				12:15 - 13:30		75 \$ 12/gr
Nageur 8 (Averti) Swimmer 8 (Ranger)					12:15 - 13:30	
Nageur 9 (Expert) Swimmer 9 (Star)					13:10 - 14:25	

ACTIVITÉS AQUATIQUES PRINTEMPS

AQUATIC ACTIVITIES

NATATION ADO (13 à 16 ans)

Établissez vos propres objectifs. Travaillez avec des moniteurs certifiés pour apprendre à nager, pour améliorer votre capacité à nager et votre condition physique en milieu aquatique.

TEEN SWIM (13 to 16 years)

Set your own goals. Work with certified instructors to learn to swim, or improve your current swimming ability and water fitness.

NIVEAU / LEVEL	LUNDI / MONDAY	MERCREDI / WEDNESDAY	VENDREDI / FRIDAY	VENDREDI / FRIDAY	DIMANCHE / SUNDAY	COÛT / FEES
Ado 1 / Teen 1				13:45 - 14:30		80 \$
Ado 2 / Teen 2				13:45 - 14:30		10/gr

**INSCRIVEZ-VOUS TÔT CAR LE NOMBRE DE PLACES EST TRÈS LIMITÉ DANS CHAQUE GROUPE.
REGISTER EARLY AS SPACES IS VERY LIMITED IN EACH GROUP.**

ENTRAÎNEMENT DE NATATION (7 à 17 ans)

PISCINE PIERRE-LAPORTE

Inscrivez-vous à une deuxième journée de la même activité et épargnez 20 \$.

Destiné aux enfants ayant déjà des acquis en styles de nage et voulant améliorer leur forme physique et leur endurance.

Du 4 avril au 1^{er} juin (9 semaines)

7 à 10 ans

Préalables : Nager 50 m en crawl et en dos crawlé sans arrêt; pouvoir se maintenir à la surface de l'eau pendant une minute en eau profonde.

Mardi : 17:30 - 18:25

Jeudi : 17:30 - 18:25

11 à 17 ans

Préalables : Nager 75 m en crawl et en dos crawlé sans arrêt; pouvoir se maintenir à la surface de l'eau pendant une minute en eau profonde.

Mardi : 18:30 - 19:25

Jeudi : 18:30 - 19:25

7 à 14 ans, 1 fois par semaine
7 to 14 years, once a week

60 \$

70 \$

15 à 17 ans, 1 fois par semaine
15 to 17 year, once a week

SWIM TRAINING (7 to 17 years)

PIERRE-LAPORTE POOL

Register for a second day in the same activity and save \$20.

For children with some knowledge of the various swimming strokes wishing to improve their level of fitness and endurance.

From April 4 to June 1st (9 weeks)

7 to 10 years

Prerequisites: Swim crawl and back crawl nonstop for 50 m; stay afloat above water in the deep end for one minute.

Tuesday: 17:30 - 18:25

Thursday: 17:30 - 18:25

11 to 17 years

Prerequisites: Swim crawl and back crawl nonstop for 75 m; stay afloat above water in the deep end for one minute.

Tuesday: 18:30 - 19:25

Thursday: 18:30 - 19:25

ACTIVITÉS AQUATIQUES ÉTÉ

AQUATIC SUMMER ACTIVITIES

INSCRIPTION EN LIGNE SEULEMENT

Lundi 27 mars, dès 18:00

Pour plus de détails sur nos programmes aquatiques, consultez www.ville.mont-royal.qc.ca.

L'horaire des piscines et de la pataugeoire sera disponible à compter du 23 mai 2023.

ONLINE REGISTRATION ONLY

Monday, March 27, as of 18:00

For further details on our Aquatic programs, consult www.town.mount-royal.qc.ca.

The swimming and wading pools schedule will be available as of May 23, 2023.

BAIN LIBRE - ÉTÉ

PISCINE MUNICIPALE

Du 5 juin au 10 septembre (13 semaines)

PISCINE PIERRE-LAPORTE

Du 24 juin au 18 août (8 semaines)

Pour les tarifs, voir ici-bas. L'abonnement à la piscine municipale vous donne accès à Pierre-Laporte pendant l'été.

PUBLIC SWIM - SUMMER

MUNICIPAL POOL

From June 5 to September 10 (13 weeks)

PIERRE-LAPORTE POOL

From June 24 to August 18 (8 weeks)

For entrance fees, refer to the table below. The municipal pool membership gives you access to Pierre-Laporte during the summer.

PISCINE MUNICIPALE TARIFS (résidents de Mont-Royal)

TARIFS* ADMISSION*	0-4 ans/years	5-14 ans/years	15 ans et + 15 years & +	60 ans et + 60 years & +	Famille / Family (4 pers.)
Quotidien / Daily	Gratuit / Free	3 \$	4 \$	2 \$	8 \$
Abonnement / Membership	Gratuit / Free	70 \$	115 \$	57,50 \$	180 \$

*Avec la Carte-loisirs.

NON-RÉSIDENTS : supplément de 50% sur les tarifs.

MUNICIPAL POOL FEES (Mount Royal Residents)

*With the Recreation card.

NON-RESIDENTS: Additional 50% on fees.

LEÇONS PRIVÉES (RÉSIDENTS SEULEMENT) PISCINE MUNICIPALE- ÉTÉ

Le dépliant et l'horaire des cours privés se trouvent sur le site Web de la Ville, sous l'onglet Piscine Municipale. Aucune place n'est garantie.

10 leçons de 30 minutes pour 1 enfant
10 lessons of 30 minutes for 1 child

260 \$

210 \$

8 leçons de 30 minutes pour 1 enfant
8 lessons of 30 minutes for 1 child

Pour un cours semi-privé, veuillez procéder à l'inscription du premier enfant et communiquez ensuite avec le Régisseur des activités aquatiques afin d'ajouter le deuxième enfant à la série de leçons.

Le prix sera ajusté en conséquence.

PRIVATE LESSONS (RESIDENTS ONLY) MUNICIPAL POOL - SUMMER

The private lessons flyer and schedule are available on the Town's website in the Pierre Laporte Pool section. No place is guaranteed.

For semi-private lessons, please register the first child to the activity and then contact the Aquatic Activities Supervisor to add the second child to the lessons.

The price will be adjusted accordingly.

ACTIVITÉS AQUATIQUES ÉTÉ

AQUATIC SUMMER ACTIVITIES

PROGRAMME NAGER POUR LA VIE – ÉTÉ

AUCUNE AUGMENTATION DE PRIX.
Veuillez consulter la page 47 pour les renseignements importants.

PISCINE MUNICIPALE

Du 24 juin au 18 août

Les séries A à F ont lieu à la piscine municipale. Veuillez noter que les cours annulés en raison du mauvais temps **NE SERONT PAS** repris.

PISCINE PIERRE-LAPORTE

Du 24 juin au 13 août

Les séries PL ont lieu à la piscine Pierre-Laporte.

HORAIRE POUR CHAQUE SÉRIE

Du lundi 26 juin au vendredi 7 juillet

Du lundi 10 juillet au vendredi 21 juillet

Du lundi 24 juillet au vendredi 4 août

Du lundi 7 août au vendredi 18 août

Samedi et dimanche du 24 juin au 16 juillet

Samedi et dimanche du 22 juillet au 13 août

Samedi et dimanche du 24 juin au 16 juillet

Samedi et dimanche du 22 juillet au 13 août

NOUVEAU
Programme
Nager pour la vie

NEW
Program
swim for life

PROGRAM SWIM FOR LIFE - SUMMER

NO PRICE INCREASE.
Please see page 47 for important information.

MUNICIPAL POOL

From June 24 to August 18

Series A to F are held at the Municipal Pool. Please note that cancelled courses due to bad weather **WILL NOT BE** rescheduled.

PIERRE-LAPORTE POOL

From June 24 to August 13

The PL series are held at the Pierre-Laporte Pool.

SCHEDULE FOR EACH SERIES

From Monday, June 26 to Friday, July 7

From Monday, July 10 to Friday, July 21

From Monday, July 24 to Friday, August 4

From Monday, August 7 to Friday, August 18

Saturday and Sunday from June 24 to July 16

Saturday and Sunday from July 22 to August 13

Saturday and Sunday from June 24 to July 16

Saturday and Sunday from July 22 to August 13

PARENT ET ENFANT 1 à 3 (4 à 36 mois)

L'enfant doit être accompagné par un adulte dans l'eau à chaque cours.

PARENT AND TOT 1 to 3 (4 to 36 months)

The child must be accompanied by an adult in the water during each class.

NIVEAU / LEVEL	A	B	C	D	E / F	PL-E / PL-F	COÛT / FEES
Parent et Enfant 1-2 Parent and Tot 1-2 (4 - 24 mois / months)			09:45 - 10:15		08:55 - 09:25		80 \$ (A-D) 10/gr
Parent et Enfant 2-3 Parent and Tot 2-3 (24 - 36 mois / months)				09:45 - 10:15		09:15 - 09:45	70\$ (E-F / PL-E PL-F) 10/g

ACTIVITÉS AQUATIQUES ÉTÉ

AQUATIC SUMMER ACTIVITIES

PRÉSCOLAIRE 1 à 5 (3 à 5 ans)

1. Veuillez respecter la progression proposée par Nager pour la vie (débuter par Préscolaire 1).
2. L'enfant doit avoir réussi son niveau avant de passer au suivant.

PRESCHOOL 1 to 5 (3 to 5 years)

1. Follow the progression suggested by Swim for life (start with Preschool 1).
2. The child must have passed the level before moving on to another.

NIVEAU / LEVEL	A	B	C	D	E / F	PL-E / PL-F	COÛT / FEES
Préscolaire 1 Preschool 1	09:45 - 10:15	09:45 - 10:15	09:45 - 10:15	09:45 - 10:15		09:50 - 10:20	80 \$ (A-D) 4/gr
Préscolaire 2 Preschool 2	09:45 - 10:15	09:45 - 10:15		09:45 - 10:15	08:55 - 09:25	09:50 - 10:20	70\$ (E-F / PL-E PL-F) 4/gr
Préscolaire 3 Preschool 3	09:45 - 10:15	09:45 - 10:15	09:45 - 10:15		08:55 - 09:25	09:15 - 09:45	
Préscolaire 4 Preschool 4	10:20 - 10:50	10:20 - 10:50	10:20 - 10:50	10:20 - 10:50	09:30 - 10:00		
Préscolaire 5 Preschool 5	10:55 - 11:25	10:55 - 11:25	10:55 - 11:25	10:55 - 11:25	10:05 - 10:35		

NAGEUR 1 à 6 (5 à 12 ans)

L'enfant ne peut passer au niveau suivant sans avoir réussi le niveau précédent.
Le niveau est déterminé par les habiletés de l'enfant.
Veuillez consulter le guide Nager pour la vie.

SWIMMER 1 to 6 (5 to 12 years)

A child cannot move on to the next level without successfully completing the previous level.
The level is determined by the child's swimming skills.
Please consult the Swim for life guide.

NIVEAU / LEVEL	A	B	C	D	E / F	PL-E / PL-F	COÛT / FEES
Nageur 1 Swimmer 1	10:20 - 10:50	10:20 - 10:50	10:20 - 10:50	10:20 - 10:50	09:30 - 10:00		80 \$ (A-D) 6/gr
Nageur 2 Swimmer 2	10:55 - 11:25	10:55 - 11:25	10:55 - 11:25	10:55 - 11:25	10:05 - 10:35		70 \$ (E-F / PL-E PL-F) 6/gr
Nageur 3 Swimmer 3	10:20 - 11:05	10:20 - 11:05	10:20 - 11:05	11:30 - 12:15	09:30 - 10:15		80 \$ (A-D) 8/gr
Nageur 4 Swimmer 4	11:30 - 12:15	11:30 - 12:15	11:30 - 12:15	11:30 - 12:15	10:20 - 11:05		70 \$ (E-F / PL-E PL-F) 8/gr
Nageur 5 Swimmer 5	11:30 - 12:15		11:30 - 12:15	11:30 - 12:15		10:25 - 11:10	80 \$ (A-D) 10/gr
Nageur 6 Swimmer 6		11:30 - 12:15		11:20 - 12:05		10:25 - 11:10	70 \$ (E-F / PL-E PL-F) 10/gr

ACTIVITÉS AQUATIQUES ÉTÉ

AQUATIC SUMMER ACTIVITIES

NAGEUR 7 à 9 (8 à 12 ans)

Jeune Sauveteur

Les nageurs 7 à 9 sont les cours de **Jeune sauveteur** avec niveau initié, averti et expert. Ces cours sont une initiation aux cours de formation.

SWIMMER 7 to 9 (8 to 12 years)

Swim Patrol

The swimmer 7 to 9 is part of the **Swim patrol** program with rookie, ranger and star levels. These courses are an initiation training courses.

NIVEAU / LEVEL	A	B	C	D	E / F	PL-E / PL-F	COÛT / FEES
Nageur 7 (Initié) Swimmer 7 (Rookie)	11:15 - 12:15						80 \$ (A-D) 12/gr
Nageur 8 (Averti) Swimmer 8 (Ranger)		11:15 - 12:15					
Nageur 9 (Expert) Swimmer 9 (Star)			11:15 - 12:15				

NATATION ADO (13 à 16 ans)

Établissez vos propres objectifs. Travaillez avec des moniteurs certifiés pour apprendre à nager, pour améliorer votre capacité à nager et votre condition physique en milieu aquatique.

TEEN SWIM (13 to 16 years)

Set your own goals. Work with certified instructors to learn to swim, or improve your current swimming ability and water fitness.

NIVEAU / LEVEL	A	B	C	D	E / F	PL-E / PL-F	COÛT / FEES
Ado 1 / Teen 1						11:15 - 12:00	80 \$ (PL-E PL-F) 10/gr
Ado 2 / Teen 2						11:15 - 12:00	

ACTIVITÉS AQUATIQUES ÉTÉ

AQUATIC SUMMER ACTIVITIES

ÉQUIPES DE NATATION ET DE PLONGEON

20 \$ de rabais à l'inscription d'un enfant aux deux équipes (saison régulière seulement).

Inscription jusqu'au 19 mai à 16:00.

SWIM AND DIVING TEAMS

\$20 discount when your child is registered to both teams (regular season only).

Registration until May 19 at 16:00.

LES PIRANHAS DE VMR

Rejoignez-vous à un groupe de jeunes dynamiques et faites partie des équipes aquatiques de VMR. Consultez notre dépliant sur le site Web de la Ville, sous l'onglet Piscine municipale.

TMR PIRANHAS

Join a dynamic group of children participating in the TMR aquatic teams. Consult our flyer on the Town's Website, in the Municipal pool section.

PREMIÈRE RENCONTRE - IMPORTANT!

Cette soirée de lancement aura lieu LE JEUDI 15 JUIN à 19:00. Des renseignements importants sur le déroulement de la saison vous seront communiqués.

FIRST MEETING - IMPORTANT!

The Piranhas team invites you to the opening event, on THURSDAY, JUNE 15 at 19:00. Important information concerning the program will be given.

BÉNÉVOLAT - OBLIGATOIRE

Pour assurer le bon déroulement des activités, chaque famille doit offrir un minimum de huit heures de bénévolat durant la saison (participation à deux événements complets).

VOLUNTEERING - MANDATORY

To keep activities running smoothly, each family is asked to volunteer eight hours of time throughout the season (participating in two complete events).

PROGRAMME D'APPRENTI SAUVETEUR

Programme GRATUIT pour tous les membres des Piranhas qui vise l'inclusion et la proactivité!

Vous trouverez les renseignements concernant le programme sur le site Web de la Ville, sous l'onglet Piscine municipale.

LEADERS PROGRAM

FREE program for all members of the Piranhas which focuses on inclusion and proactivity!

You can find information on this program on the Town's Website in the Municipal Pool section.

ÉQUIPE DE NATATION

PISCINE MUNICIPALE

Préalables :

6 à 8 ans : Pouvoir nager 25 m en crawl et en dos crawlé sans arrêt; être à l'aise en eau profonde.

9 ans et plus : Pouvoir nager 50 m en crawl et en dos crawlé sans arrêt; être à l'aise en eau profonde.

AVANT-SAISON

Du 12 au 23 juin

6 à 8 ans, 9 et 10 ans

Lundi au vendredi : 17:00 - 17:55

11 et 12 ans, 13 à 15 ans

Lundi au vendredi : 18:00 - 18:55

SWIM TEAM

MUNICIPAL POOL

Prerequisites:

6 to 8 years: Swim crawl and back crawl nonstop for 25 m; comfortable in deep water.

9 years and over: Swim crawl and back crawl nonstop for 50 m; comfortable in deep water.

PRE-SEASON

From June 12 to 23

6 to 8 years, 9 and 10 years

Monday to Friday: 17:00 - 17:55

11 and 12 years, 13 to 15 years

Monday to Friday: 18:00 - 18:55

**6 à 14 ans
6 to 14 years**

65 \$

75 \$

**15 et plus
15 years and over**

ACTIVITÉS AQUATIQUES ÉTÉ

AQUATIC SUMMER ACTIVITIES

SAISON RÉGULIÈRE

Du 26 juin au 11 août

Les compétitions ont lieu le mercredi soir.
Participation obligatoire.

EN MATINÉE

6 à 8 ans, 9 et 10 ans, 11 et 12 ans

Lundi, mardi, mercredi et vendredi : 08:00 - 09:00

13 et 14 ans, 15 ans et plus

Lundi, mardi, mercredi et vendredi : 11:00 - 12:00

EN SOIRÉE

8 à 10 ans

Lundi, mardi, et vendredi : 18:00 - 19:00

Mercredi* : 08:00 - 09:00

11 à 14 ans, 15 ans et plus

Lundi, mardi et vendredi : 18:00 - 19:00

Mercredi* : 08:00 - 09:00

**L'entraînement du mercredi matin est ajouté au volet EN SOIRÉE afin d'améliorer l'intégration des enfants à l'équipe et de favoriser leur préparation à la compétition.*

6 à 14 ans
6 to 14 years

150 \$

170 \$

15 ans et plus
15 years and over

Bonnet de bain et t-shirt de l'équipe inclus. / Bathing cap and team T-shirt included.

ÉQUIPE DE PLONGEON

PISCINE MUNICIPALE

Préalables : Avoir 6 ans et plus; avoir suivi le niveau Nageur 3 du programme de natation de Nager pour la vie; être à l'aise en eau profonde.

AVANT-SAISON

Du 12 au 23 juin

Lundi au vendredi : 17:00 - 17:55

6 à 14 ans
6 to 14 years

65 \$

75 \$

15 ans et plus
15 years and over

DIVING TEAM

MUNICIPAL POOL

Prerequisites: 6 years and over; Swim for life Swimmer 3 level completed; comfortable in deep water.

PRE-SEASON

From June 12 to 23

Monday to Friday: 17:00 - 17:55

SAISON RÉGULIÈRE

Du 27 juin au 11 août

Mardi, jeudi et vendredi : 17:00 - 18:15

La majorité des compétitions ont lieu le lundi soir.

Participation obligatoire.

6 à 14 ans
6 to 14 years

135 \$

150 \$

15 ans et plus
15 years and over

REGULAR SEASON

From June 27 to August 11

Tuesday, Thursday and Friday: 17:00 - 18:15

Majority of competitions will be held on Monday evenings.

Participation mandatory.

ACTIVITÉS AQUATIQUES PRINTEMPS ET ÉTÉ

AQUATIC ACTIVITIES SPRING AND SUMMER

PROGRAMMES DE FORMATION

Le gouvernement du Québec a annoncé un plan d'action afin de favoriser l'activité physique, sportive et récréative chez les jeunes pour 2022-2027. Les cours de formations afin de devenir sauveteur et moniteur sont maintenant gratuits grâce à une subvention du gouvernement. Les formations suivantes sont incluses: Médaille de Bronze, Croix de Bronze, Premiers soins général, Sauveteur National et Moniteur en Natation. La Ville de Mont-Royal fait partie des organismes subventionnés.

INSCRIVEZ-VOUS TÔT. PLACES LIMITÉES.

Vous pouvez vous inscrire à plus d'un cours tout en respectant le continuum de cours de la Société de sauvetage.

Note : La réussite des programmes de formation est en fonction des résultats d'un examen. La réussite des cours n'est pas garantie.

NOUVEAU
NEW

TRAINING PROGRAMS

The Government of Quebec has announced an action plan to promote physical, sports and recreational activity among young people for 2022-2027. Training courses to become a lifeguard and instructor are now free thanks to a government grant. The following courses are included: Bronze Medallion, Bronze Cross, General First Aid, National Lifeguard and Swim Instructor. The Town of Mount Royal is one of the funded organizations.

REGISTER EARLY. LIMITED SPACE.

You may enroll in more than one course while following the Lifesaving Society.

Note: Successful completion of the training programs is determined by the results of an exam. The successful completion of the programs is not guaranteed.

ÉTOILE DE BRONZE

Les participants apprennent la réanimation cardiorespiratoire (RCR). Ils développent la confiance en soi et les compétences en sauvetage.
Préalables : Avoir 11 à 14 ans et pouvoir nager 100 m; Jeune sauveteur est un atout.

PRINTEMPS

PISCINE PIERRE-LAPORTE

Du 16 avril au 28 mai (7 semaines)

Dimanche : 17:30 - 19:00

SESSION 1 - ÉTÉ

PISCINE PIERRE-LAPORTE

Du 1 juillet au 16 juillet (6 cours)

Samedi et dimanche : 16:15 - 18:00

SESSION 2 - ÉTÉ

PISCINE PIERRE-LAPORTE

Du 22 juillet au 6 août (6 cours)

Lundi au vendredi : 16:15 - 18:00

BRONZE STAR

Participants will learn cardiopulmonary resuscitation (CPR). They will also develop their self-esteem and gain lifesaving skills.
Prerequisites: 11 to 14 years; swim 100 m; Swim patrol is an asset.

SPRING

PIERRE-LAPORTE POOL

From April 16 to May 28 (7 weeks)

Sunday: 17:30 - 19:00

SESSION 1 - SUMMER

PIERRE-LAPORTE POOL

From July 1 to July 16 (6 classes)

Saturday and Sunday: 16:15 - 18:00

SESSION 2 - SUMMER

PIERRE-LAPORTE POOL

From July 22 to August 6 (6 classes)

Monday to Friday: 16:15 - 18:00

Masque de poche
et certificat compris.

90 \$

Pocket mask and
certificate included.

ACTIVITÉS AQUATIQUES PRINTEMPS ET ÉTÉ

AQUATIC ACTIVITIES SPRING AND SUMMER

MÉDAILLE DE BRONZE

Comprendre les composantes de base du sauvetage : le jugement, les connaissances, les habiletés et la forme physique. **Préalables** : 1. Détenir le brevet Étoile de Bronze de la Société de sauvetage **OU** 2. Avoir au moins 13 ans à l'examen final.
Note : Présence à 75% minimum obligatoire.

PRINTEMPS

PISCINE PIERRE-LAPORTE

Du 15 avril au 27 mai (7 semaines)

Samedi : 17:30 - 20:00

Examen : samedi **27 mai** de 17:30 - 20:00

SESSION 1 - ÉTÉ

PISCINE PIERRE-LAPORTE

Du 3 juillet au 14 juillet

Lundi au vendredi : 16:15 - 18:00

Examen : vendredi **14 juillet** de 16:15 à 18:00

SESSION 2 - ÉTÉ

PISCINE PIERRE-LAPORTE

Du 17 au 28 juillet

Lundi au vendredi : 16:15 - 18:00

Examen : vendredi **28 juillet** de 16:15 à 18:00

SESSION 3 - ÉTÉ

PISCINE PIERRE-LAPORTE

Du 31 juillet au 11 août

Lundi au vendredi : 16:15 - 18:00

Examen : vendredi **11 août** de 16:15 à 18:00

BRONZE MEDALLION

Understand the basic components of lifesaving: judgement, knowledge, skill and fitness.

Prerequisites: 1. Lifesaving Bronze Star certificate **OR**

2. 13 years of age by the final exam.

Note: 75% attendance minimum mandatory.

SPRING

PIERRE-LAPORTE POOL

From April 15 to May 27 (7 weeks)

Saturday: 17:30 - 20:00

Exam: Saturday, **May 27** from 17:30 - 20:00

SESSION 1 - SUMMER

PIERRE-LAPORTE POOL

From July 3 to July 14

Monday to Friday: 16:15 - 18:00

Exam: Friday, **July 14** from 16:15 à 18:00

SESSION 2 - SUMMER

PIERRE-LAPORTE POOL

From July 17 to 28

Monday to Friday: 16:15 - 18:00

Exam: Friday, **July 28** from 16:15 to 18:00

SESSION 3 - SUMMER

PIERRE-LAPORTE POOL

From July 31 to August 11

Monday to Friday: 16:15 - 18:00

Exam: Friday, **August 11** from 16:15 to 18:00

Pour plus d'information
voir page 57

Gratuit !
Free!

For more information
see page 57

ACTIVITÉS AQUATIQUES PRINTEMPS ET ÉTÉ

AQUATIC ACTIVITIES SPRING AND SUMMER

CROIX DE BRONZE

Acquérir les notions de base en surveillance d'installations aquatiques et les principes des procédures d'urgence. **Préalable** : Médaille de bronze.

Note : Présence à 75% minimum obligatoire.

SESSION 1 - ÉTÉ

PISCINE PIERRE-LAPORTE

Du 3 juillet au 14 juillet

Lundi au vendredi : 18:15 - 20:30

Examen : vendredi **14 juillet** de 18:15 à 20:30

SESSION 2 - ÉTÉ

PISCINE PIERRE-LAPORTE

Du 17 au 28 juillet

Lundi au vendredi : 18:15 - 20:30

Examen : vendredi **28 juillet** de 18:15 à 20:30

SESSION 3 - ÉTÉ

PISCINE PIERRE-LAPORTE

Du 31 juillet au 11 août

Lundi au vendredi : 18:15 - 20:30

Examen : vendredi **11 août** de 18:15 à 20:30

Pour plus d'information
voir page 57

Gratuit !
Free!

BRONZE CROSS

Learn the basic principles of supervising aquatic facilities and emergency response procedures.

Prerequisite: Bronze Medallion.

Note: 75% attendance minimum mandatory.

SESSION 1 - SUMMER

PIERRE-LAPORTE POOL

From July 3 to July 14

Monday to Friday: 18:15 - 20:30

Exam: Friday, **July 14** from 18:15 to 20:30

SESSION 2 - SUMMER

PIERRE-LAPORTE POOL

From July 17 to July 28

Monday to Friday: 18:15 - 20:30

Exam: Friday, **July 28** from 18:15 to 20:30

SESSION 3 - SUMMER

PIERRE-LAPORTE POOL

From July 31 to August 11

Monday to Friday: 18:15 - 20:30

Exam: Friday, **August 11** from 18:15 to 20:30

For more information
see page 57

PREMIERS SOINS GÉNÉRAL 15 ans et plus

CENTRE DES LOISIRS

Ce cours est donné en salle et est un préalable au cours de Sauveteur national.

Note : La formation est dispensée en anglais, mais la documentation est offerte dans les deux langues.

PRINTEMPS

15 et 16 avril

Samedi et dimanche : 08:30 à 17:30

ÉTÉ

15 et 16 juillet

Samedi et dimanche : 08:30 à 17:30

Pour plus d'information
voir page 57

Gratuit !
Free!

For more information
see page 57

GENERAL FIRST-AID 15 years and over

RECREATION CENTRE

This course is given in class and is a prerequisite for the National Lifeguard course.

Note: The class will be given in English. Material available in both languages.

SPRING

April 15 and 16

Saturday and Sunday: 08:30 to 17:30

SUMMER

July 15 and 16

Saturday and Sunday: 08:30 to 17:30

ACTIVITÉS AQUATIQUES PRINTEMPS ET ÉTÉ

AQUATIC ACTIVITIES SPRING AND SUMMER

SAUVETEUR NATIONAL (INTENSIF)

Développer une compréhension approfondie des principes de surveillance, un bon jugement et une attitude responsable.

Préalables : Avoir au moins 15 ans à l'examen final; avoir réussi Croix de Bronze et Premiers soins général ou l'équivalent.

Notes : La présence à tous les cours est obligatoire. La réussite du cours est en fonction des résultats d'un examen pratique.

ÉTÉ

PISCINE PIERRE-LAPORTE

22 juillet au 6 août (6 cours)

Samedi et dimanche : 12:30 - 20:30

Examen : dimanche **6 août** de 12:30 à 20:30

La formation est dispensée en anglais mais la documentation est offerte dans les deux langues.

Pour plus d'information
voir page 57

Gratuit !
Free!

For more information
see page 57

NATIONAL LIFEGUARD (INTENSIVE)

Develop an in-depth knowledge of supervising principles, good judgement and a responsible attitude.

Prerequisites: 15 years of age by the final exam; Bronze Cross and General First-Aid or equivalent completed.

Notes: Attendance at all classes is mandatory. Successful completion of the course is determined by the results of a practical exam.

SUMMER

PIERRE-LAPORTE POOL

July 22 to August 6 (6 classes)

Saturday and Sunday: 12:30 - 20:30

Exam: Sunday, **August 6** from 12:30-20:30

The class will be given in English.
Material available in both languages.

MONITEUR NATATION

Préalables : Il faut être âgé de 15 ans avant la dernière journée du cours de Moniteur en natation et détenir un certificat de Croix de bronze (ou d'un niveau supérieur).

Le cours de Moniteur en natation de la Société de sauvetage permet de préparer le moniteur à enseigner et à évaluer les styles de nage élémentaires et les habiletés connexes. Les candidats acquièrent des méthodes pédagogiques éprouvées, divers exercices de développement des styles de nage et des méthodes de correction. Des moniteurs en natation détenteurs d'une certification valide sont responsables d'enseigner et de certifier les candidats dans tous les niveaux du programme Nager pour la vie.

Pour plus d'information
voir page 57

Gratuit !
Free!

For more information
see page 57

SWIM INSTRUCTOR

Prerequisites: 15 years of age by the end of the Swim Instructor Course, and Bronze Cross (or higher) certification.

The Lifesaving Society Swim Instructor course prepares the instructor to teach and evaluate basic swim strokes and related skills. Candidates acquire proven teaching methods, a variety of stroke development drills and correction techniques. Current Swim Instructors teach and certify candidates in all levels of the Swim for Life® program.

ACTIVITÉS AQUATIQUES PRINTEMPS ET ÉTÉ

AQUATIC ACTIVITIES SPRING AND SUMMER

COURS POUR ADULTES 15 ans et plus

COURSES FOR ADULTS 15 years and over

ADULTES: Nager pour la vie - Adulte 1

S'adresse aux personnes qui désirent s'initier aux plaisirs de l'eau, en particulier celles qui ont peur de l'eau ou qui ne sont pas à l'aise en partie profonde.

Aucune expérience en natation n'est requise.

NOUVEAU
NEW

PRINTEMPS

PISCINE PIERRE-LAPORTE

16 avril au 4 juin

Dimanche: 13:45 - 14:30

ÉTÉ

PISCINE MUNICIPALE

Série E: Du 24 juin au 16 juillet

Samedi et dimanche: 10:40 - 11:25

Série F: Du 22 juillet au 13 août

Samedi et dimanche: 10:40 - 11:25

par session

80 \$

per session

ADULTS: Swim for Life - Adult 1

Introduces adults to aquatic pleasures, in particular those afraid of water or not comfortable in deep water.

No previous swimming experience required.

SPRING

PIERRE-LAPORTE POOL

April 16 to June 4

Sunday: 13:45 - 14:30

SUMMER

MUNICIPAL POOL

E Series: From June 24 to July 16

Saturday and Sunday: 10:40 - 11:25

F Series: From July 22 to August 13

Saturday and Sunday: 10:40 - 11:25

ADULTES: Nager pour la vie - Adulte 2

S'adresse aux personnes qui sont à l'aise dans l'eau (y compris en partie profonde) et qui désirent améliorer leurs styles de nage et développer leur endurance.

Préalable : Pouvoir nager le crawl et le dos crawlé sur 25 m.

NOUVEAU
NEW

PRINTEMPS

PISCINE PIERRE-LAPORTE

16 avril au 4 juin

Dimanche: 13:45 - 14:30

ÉTÉ

PISCINE MUNICIPALE

Série E: Du 24 juin au 16 juillet

Samedi et dimanche: 10:40 - 11:25

Série F: Du 22 juillet au 13 août

Samedi et dimanche: 10:40 - 11:25

par session

80 \$

per session

ADULTS: Swim for Life - Adult 2

Designed for adults who are comfortable in water (including in the deep end) and who wish to further develop their swimming skills and endurance.

Prerequisite: Swim front crawl and back crawl 25 m.

SPRING

PIERRE-LAPORTE POOL

April 16 to June 4

Sunday: 13:45 - 14:30

SUMMER

MUNICIPAL POOL

E Series: From June 24 to July 16

Saturday and Sunday: 10:40 - 11:25

F Series: From July 22 to August 13

Saturday and Sunday: 10:40 - 11:25

ACTIVITÉS AQUATIQUES PRINTEMPS ET ÉTÉ

AQUATIC ACTIVITIES SPRING AND SUMMER

AQUAFORME

Une excellente façon de se mettre en forme. Nouilles et poids seront mis à contribution pour accroître la résistance. **Préalable** : Être à l'aise en eau profonde.

PRINTEMPS

PISCINE PIERRE-LAPORTE

Du 3 avril au 5 juin (8 semaines)

(Relâche le 10 avril et le 22 mai)

Lundi : 19:15 - 20:15

ÉTÉ PISCINE MUNICIPALE

Du 19 juin au 14 août (9 semaines)

Lundi : 20:15 - 21:00

par session
per session

75 \$

8 \$

la séance*
per class*

AQUAFITNESS

A great way to get in shape. Noodles and weights will be used to increase resistance.

Prerequisite: Comfortable in deep water.

SPRING

PIERRE-LAPORTE POOL

From April 3 to June 5 (8 weeks)

(No class April 10 and May 22)

Monday: 19:15 - 20:15

SUMMER MUNICIPAL POOL

From June 19 to August 14 (9 weeks)

Monday: 20:15 - 21:00

AQUA ABDO

Un entraînement cardiovasculaire complet et dynamique, suivi d'une période de tonification musculaire.

PRINTEMPS

PISCINE PIERRE-LAPORTE

Du 5 avril au 24 mai (8 semaines)

Mercredi : 19:45 - 20:30

par session
per session

65 \$

8 \$

la séance*
per class*

AQUA ABDO

A complete and dynamic cardiovascular class, followed by muscle toning exercises.

SPRING

PIERRE-LAPORTE POOL

From April 5 to May 24 (8 weeks)

Wednesday: 19:45 - 20:30

AQUA D'OR 60 ans et plus

Joignez-vous à d'autres aînés pour vous mettre en forme de façon unique et amusante grâce à la résistance de l'eau.

PRINTEMPS

PISCINE PIERRE-LAPORTE

Combinez deux journées de cours et obtenez

20 \$ de rabais.

Du 3 avril au 5 juin (8 semaines)

Lundi **ET/OU** mercredi : 09:30 - 10:20

ÉTÉ

PISCINE MUNICIPALE

Combinez des journées de cours et obtenez 20 \$ de rabais sur une deuxième et troisième journée.

Du 26 juin au 18 août (8 semaines)

Lundi au vendredi : 10:00 - 11:00

par session (1 fois par semaine)
per session (once a week)

45 \$

6 \$

la séance*
per class*

AQUAGOLD 60 years and over

Join other seniors for a fun and unique way to stay in shape using water's natural resistance.

SPRING

PIERRE-LAPORTE POOL

Combine two days of courses and

obtain a \$20 discount.

From April 3 to June 5 (8 weeks)

Monday **AND/OR** Wednesday: 09:30 - 10:20

SUMMER

MUNICIPAL POOL

Combine days of courses and obtain a \$20 discount on a second and third day.

From June 26 to August 18 (8 weeks)

Monday to Friday: 10:00 - 11:00

*Non disponible si le cours est complet. / *Not available if the class is full.
La réduction pour aînés ne s'applique pas. / The reduction for seniors does not apply.