

# ACTIVITÉS SPORTIVES

## AUTOMNE 2022

12 septembre au 9 décembre

21 septembre : Activités annulées, Défi Lionel  
12 octobre : horaire du vendredi

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>Gymnase simple</b> C-022	11 h 40 à 12 h 30 Volleyball	11 h 40 à 12 h 30 Futsal	12 h à 13 h 30 18 h à 21 h Volleyball  13 h 30 à 15 h Futsal	11 h 40 à 12 h 30 Basketball	11 h 40 à 12 h 30 Volleyball
<b>Gymnase double</b> C-012 partie 1  C-012 partie 2	11 h 40 à 12 h 30 Futsal	11 h 40 à 12 h 30 Basketball	12 h à 13 h CrossFit®  13 h à 15 h Badminton  12 h à 13 h Boxe  13 h 30 à 15 h Basketball	11 h 40 à 12 h 30 Badminton	11 h 40 à 12 h 20 Basketball   11 h 40 à 12 h 30 Badminton
<b>Palestre</b> C-S03	11 h 40 à 12 h 30 Circuit d'entraînement				
<b>Salle multi</b> C-115	12 h à 13 h 15 Yoga				
<b>Piscine</b> C-015	11 h 40 à 12 h 30 Bain libre	11 h 40 à 12 h 30 Bain libre	12 h à 13 h 30 Bain libre	11 h 40 à 12 h 30 Entraînement aquatique	
<b>Salle de musculation</b> C-121	11 h 40 à 12 h 30 Musculation et cardiovélo  18 h 15 à 21 h 15 Musculation et cardiovélo	11 h 40 à 12 h 30 Musculation et cardiovélo  18 h 15 à 21 h 15 Musculation et cardiovélo	12 h à 15 h Musculation et cardiovélo  18 h 15 à 21 h 15 Musculation et cardiovélo	11 h 40 à 12 h 30 Musculation et cardiovélo  18 h 15 à 21 h 15 Musculation et cardiovélo	11 h 40 à 12 h 30 Musculation et cardiovélo
Abonnement nécessaire pour accéder à la salle de musculation en soirée. Rendez-vous au L-117. Annuel: 75 \$ Session: 48 \$ Résidences: 35 \$					

### Activités payantes nécessitant une inscription

Communauté étudiante

25 \$

sur Colnet

Membres du personnel

50 \$

c.brault-supper@clg.qc.ca

Suggestion, demande, idée d'activité?



### 1<sup>er</sup> cours gratuit!

Participez\* au cours d'essai gratuit et courez la chance de gagner l'inscription à l'un des cours payants offerts pour la session!

\*Inscription nécessaire