



CENTRE SPORTIF CÔTE-DES-NEIGES

4880 Avenue Van Horne Montréal, Québec H3W 1J3

Tél. : (514) 342-9988

PROGRAMMATION SPORTIVE SPORTS PROGRAM

SESSION HIVER 2019 WINTER 2019 SESSION

Inscription en ligne seulement : 7 janvier 2019 de 7h00 à 20h00.
Inscription en ligne et sur place : 8 janvier au 9 janvier 2019 de 9h30 à 20h00.

Online registration only: January 7th, 2019 from 7:00 am to 8:00 pm.
Online registration and in person: January 8th to January 9th, 2019 from 9:30am. to 8:00pm.

www.loisirssportifscdn-ndg.com

****Veuillez avoir en main votre code d'utilisateur et votre mot de passe avant de procéder à l'inscription. Veuillez communiquer avec la réception du Centre Sportif CDN au (514) 342-9988 poste 221 si vous n'avez pas ces accès ou si vous éprouvez de la difficulté.***

****Please have your username and password before registering. Please contact the reception desk at (514) 342-9988 ext. 221 if you experience any problems.***

****Nous nous réservons le droit de refuser et d'annuler une inscription si le participant n'est pas inscrit au bon cours ou niveau. Nous essaierons de reclasser le participant dans le bon niveau si des places sont disponibles.***

****We reserve the right to refuse and cancel a registration if the participant is registered in the wrong class or level. We will try to reclassify the participant in the right level, space permitting.***

MODE DE PAIEMENT

Inscription en ligne: paiement uniquement par carte de crédit **VISA ou MASTERCARD.**
Inscription en personne : paiement en argent comptant, par chèque ou par carte de crédit accepté.

METHOD OF PAYMENT

Online registration: payment by credit card only **VISA or MASTERCARD.**
Registration in person: payment by cash, cheque or credit card accepted.



PROGRAMMATION SPORTIVE / SPORTS PROGRAM SESSION HIVER 2019 / WINTER 2019 SESSION

DU 14 JANVIER AU 7 AVRIL 2019 / JANUARY 14TH TO APRIL 7TH, 2019
La session de cours s'échelonne sur 12 semaines. The session is spread over 12 weeks.

Activités enfants (1 à 5 ans) Children activities (1 to 5 years old)

Programme Karibou / Karibou program GRATUIT! FREE!			
Les Poussins coquins ^{MD} / Cheeky Chicks ^{MD}			
12 – 16 mois	SAMEDI	11:10 – 12:00	0\$
Les Lapins taquins ^{MD} / Bouncing Bunnies ^{MD}			
16 – 20 mois	SAMEDI	10:20 – 11:10	0\$
Les Ratons fripons ^{MD} / Rascally Raccoons ^{MD}			
20 – 24 mois	SAMEDI	09:30 – 10:20	0\$
Les Oursons mignons ^{MD} / Buddy Bears ^{MD}			
2 – 2 ½ ans	SAMEDI	12:00 – 12:50	0\$
Les P'tits loups filous ^{MD} / Wonder Wolves ^{MD}			
2 ½ – 3 ans	VENDREDI	16:20 – 17:10	0\$
Les Renards débrouillards ^{MD} / Feisty Foxes ^{MD}			
3 – 4 ans	VENDREDI	17:10 – 18:00	0\$
Les Aigles agiles ^{MD} / Energetic Eagles ^{MD}			
4 – 5 ans	VENDREDI	18:00 – 18:50	0\$



Activités enfants (5 à 13 ans) Children activities (5 to 13 years old)

Athlétisme / Track and field			
6-8 ans	JEUDI	17:00 – 18:00	65\$
9-12 ans	JEUDI	18:00 – 19:30	65\$
Basketball			
5-6 ans	MARDI	16:30 – 17:30	65\$
7-8 ans	MARDI	17:30 – 18:30	65\$
9-10 ans	MARDI	17:30 – 18:30	65\$
11-13 ans	MARDI	18:30 – 19:30	65\$
Basketball pour filles / Girls basketball			
10-13 ans	MARDI	18:30 – 19:30	35\$
Gymnastique rythmique (QUESTO) / Rhythmic gymnastics			
6-12 ans	LUNDI	16:30 – 17:30	65\$
Handball			
9-13 ans	JEUDI	16:30 – 17:30	65\$
Judo			
9-12 ans	JEUDI	16:45 – 18:15	65\$
Karaté (8 ans et +/8 yrs and +)			
Contactez Mèlarie Taylor au 514-735-4389 (entre 9:00 et 14:00) pour tarifs et horaires. Contact Mèlarie Taylor at 514-735-4389 (between 9:00am. and 2:00pm.) for rates and schedules.			
Soccer			
5-6 ans	MERCREDI	17:00 – 18:00	65\$
7-8 ans	VENDREDI	16:30 – 17:30	65\$
9-10 ans	VENDREDI	17:30 – 18:30	65\$
11-13 ans	VENDREDI	18:30 – 19:30	65\$
Tae Kwon Do ITF			
Contactez Maître Sylvain Boucher, 7 ^e dan au 514-445-2327 pour tarifs et horaires. Contact Master Sylvain Boucher, 7 ^e dan at 514-445-2327 for rates and schedules.			
Tennis			
7-9 ans (DÉBUTANT BEGINNER)	JEUDI	17:30 - 18:30	65\$
10-13 ans (INTERMÉDIAIRE INTERMEDIATE)	JEUDI	18:30 - 19:30	65\$
Volleyball			
10-14 ans	LUNDI	17:00- 18:00	65\$
Zumba			
7-12 ans	DIMANCHE	10:40 -11:40	65\$

Activités enfants (8 à 13 ans) **NOUVEAUTÉ!** Children activities (8 to 13 years old) **NEW!**

Badminton			
8-13 ans	MARDI	16:30 – 17:30	65\$

Activités adultes (15 ans et +) Adults activities (15 years old and +)

Badminton libre / Open badminton		
LUNDI	19:15- 22:15	70\$
Netball		
Contactez Tamzen Bray au 514-489-4207 pour tarifs et horaires. Contact Tamzen Bray at 514-489-4207 for rates and schedules.		

Mise en Forme adulte - Forfaits (15 ans et +) Adults Fitness – Packages (15 years old and +)

Personnalisez votre mise en forme! Inscrivez-vous à 2 cours parmi les 5 programmes de mise en forme suivants et obtenez 30\$ de rabais sur le prix du cours le moins cher. Inscrivez-vous à 3 cours et obtenez un rabais supplémentaire de 15\$!

Cardioboxe (sans contact) / Cardioboxing (no contact)		
DIMANCHE	12:40 - 13:40	70\$
Mise en forme / Total Fitness (2 cours par semaine / 2 classes per week)		
LUNDI ET MERCREDI	18:30 – 19:30	100\$
Spinning (2 cours par semaine / 2 classes per week)		
JEUDI	18:30 - 19:30	100\$
ET DIMANCHE	09:30 - 10:30	
Yoga		
LUNDI	19:30 – 20:30	70\$
Zumba		
MERCREDI	19:30 – 20:30	100\$
ET DIMANCHE	11:40 - 12:40	

Personalize your fitness program! Register for 2 programs within the 5 fitness programs above and get a \$30 rebate on the lower priced program. Register for 3 programs and get an additional \$15 rebate!

Activités adultes (40 ans et +) **GRATUIT!** Adults activities (40 years old and +) **FREE!**

Circuit Santé (programme d'exercices physiques adaptés pour les gens souffrant d'arthrite, de blessure modulaire, de diabète, de Parkinson et de surpoids) / Exercise program adapted for people with arthritis, modular injury, diabetes, Parkinson's and overweight .		
VENDREDI	09:30 – 11:00	0\$

Abonnement musculation – Weight Room Membership

1 jour / 1 day	5\$
1 mois / 1 month	20\$
Heures d'ouverture / Opening Hours :	
LUNDI, MERCREDI, VENDREDI	9:00-14:00 16:30-20:00
MARDI ET JEUDI	9:30-13:30 16:30-20:00
SAMEDI ET DIMANCHE	8:30-13:30

**POLITIQUE DE REMBOURSEMENT (Cours, camps, club aquatique et salle de musculation)
(Conforme à la Loi sur la protection du consommateur du 01/11/2015)**

SI UNE ACTIVITÉ EST ANNULÉE PAR LOISIRS SPORTIFS CDN-NDG, LE COÛT DE L'ACTIVITÉ SERA REMBOURSÉ EN TOTALITÉ AUX PERSONNES QUI Y ÉTAIENT INSCRITES.

Vous devez vous présenter à l'accueil du Centre sportif côte-des-Neiges pour remplir un formulaire de demande de remboursement. Veuillez prévoir un délai de dix jours ouvrables pour le paiement.

Si l'inscription ou le contrat d'abonnement a été payé par carte de crédit, le remboursement sera retourné sur la carte utilisée. Si l'inscription ou le contrat d'abonnement a été payé par chèque ou comptant, un chèque sera remis à la réception du Centre sportif.

COURS ET CAMPS

AVANT LE PREMIER COURS OU LE PREMIER JOUR DE CAMP :

Aucuns frais ne seront retenus pour l'annulation d'une inscription au cours ou au camp.

APRÈS LE PREMIER COURS OU LE PREMIER JOUR DE CAMP :

Il est possible d'annuler en tout temps une inscription à un cours ou au camp. Des frais équivalents au nombre de cours ou de jours écoulés seront retenus du montant de l'inscription, en plus d'une pénalité correspondant au plus petit des montants suivants : 50\$ ou 10% de la valeur des cours ou jours restants. IL EST À NOTER QU'aucun remboursement n'est possible lors d'absence aux cours ou jours écoulés. LES RABAIS SONT ANNULÉS EN CAS DE REMBOURSEMENT.

CLUB AQUATIQUE

AVANT LE PREMIER ENTRAÎNEMENT DU CLUB :

Aucuns frais ne seront retenus pour l'annulation d'une inscription au club aquatique.

APRÈS LE PREMIER ENTRAÎNEMENT DU CLUB :

Il est possible d'annuler en tout temps une inscription au club aquatique. Des frais équivalents au nombre d'entraînements écoulés seront retenus du montant de l'inscription, en plus d'une pénalité correspondant au plus petit des montants suivants : 50\$ ou 10% de la valeur des entraînements restants. IL EST À NOTER QU'aucun remboursement n'est possible lors d'absence à un entraînement déjà écoulé. LES FRAIS DE MATÉRIEL, LES FRAIS DE COMPÉTITIONS ET D'AFFILIATION SONT NON REMBOURSABLES. LES RABAIS SONT ANNULÉS EN CAS DE REMBOURSEMENT.

SALLE DE MUSCULATION

AVANT LA PRESTATION DES SERVICES :

Aucuns frais ne seront retenus pour l'annulation de l'abonnement.

ANNULATION À COURT TERME :

Dans un délai inférieur ou égal à 1/10 de la durée de l'abonnement à partir du moment où le service prévu est fourni, une indemnité égale à 1/10 du coût total de l'abonnement sera retenue.

ANNULATION À LONG TERME :

Dans un délai supérieur à 1/10 de la durée de l'abonnement à partir du moment où le service prévu est fourni, une indemnité égale au prix des services fournis sera retenue.

**REFUND POLICY (courses, camps, aquatic club and weight room)
(Complies with the Consumer Protection Act as of 01/11/2015)**

IF AN ACTIVITY IS CANCELLED BY LOISIRS SPORTIFS CDN-NDG, THE COMPLETE COST OF THE ACTIVITY WILL BE REFUNDED TO THOSE WHO REGISTERED.

Please come to the front desk of the Côte-des-Neiges sports center to complete a refund request form. Please allow up to 10 working days for payment.

If the registration or weight room subscription was paid with a credit card, the refund will be returned on the card used. If the registration or weight room subscription was paid by cheque or cash, a cheque will be delivered at the reception desk of the Sports Center.

COURSES AND CAMPS

BEFORE THE FIRST COURSE:

No fee will be retained when cancelling a course or a camp registration.

AFTER THE FIRST COURSE:

It is possible to cancel a course or a camp registration at any time until the end of the last course or camp. Charges equivalent to the number of expired courses or days spent at the camp will be withheld from the amount of the registration, in addition to a penalty corresponding to the smaller of the following amounts: 50\$ or 10% of the value of the remaining courses or camp days. PLEASE NOTE THAT NO REFUND IS POSSIBLE WHEN HAVING MISSED AND EXPIRED COURSE OR CAMP ALREADY GIVEN. REBATES ARE CANCELLED IN CASE OF A REFUND.

AQUATIC CLUB

BEFORE THE FIRST CLUB PRACTICE:

No fees will be retained when cancelling an aquatic club registration.

AFTER THE FIRST CLUB PRACTICE:

It is possible to cancel an aquatic club registration at any time. Charges equivalent to the number of expired practices will be withheld from the registration amount, in addition to a penalty corresponding to the smaller of the following amounts: 50\$ or 10% of the value of the remaining practices. • PLEASE NOTE THAT NO REFUND IS POSSIBLE IN CASE OF A MISSED PRACTICE ALREADY GIVEN. PLEASE NOTE THAT NO REFUND IS POSSIBLE FOR MATERIAL, COMPETITION AND AFFILIATE FEES. REBATES ARE CANCELLED IN CASE OF REFUND.

WEIGHT ROOM

BEFORE SERVICE DELIVERY:

No fee will be retained when cancelling a weight room subscription

SHORT-TERM CANCELLATION:

Within a period of less or equal to 1/10 of the subscription from the time the service is provided, a penalty of 1/10 of the total cost of the subscription will be withheld.

LONG-TERM CANCELLATION:

Within a period greater than 1/10 of the subscription from the time the service is provided, a penalty charged equivalent to the price of the provided services will be withheld.