



CENTRE SPORTIF CÔTE-DES-NEIGES



4880 Avenue Van Horne Montréal, Québec H3W 1J3 – 514 342-9988



PROGRAMMATION SPORTIVE / SPORTS PROGRAM SESSION AUTOMNE 2021 / FALL 2021 SESSION

Du 27 septembre au 4 décembre 2021 – La session dure 10 semaines.
September 27th to December 4th, 2021 – The session will last 10 weeks.

Veillez 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. 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.

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

Inscription en ligne seulement / Online registration only

Du 13 au 24 septembre 2021 de 9h00 à 21h00 / September 13th-24th, 2021 from 9:00 am to 9:00 pm

Paiement par carte de crédit uniquement / Payment by credit card only

<https://www.loisirssportifscdn-ndg.com>

Politique de remboursement / Refund Policy

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.

Si une personne désire annuler une activité **avant le premier cours**, aucuns frais ne seront retenus.

Si une personne désire annuler une activité **après le premier cours**, des frais équivalents au nombre de cours 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 restants.

À noter qu'aucun remboursement n'est possible lors d'absence aux cours écoulés. Les rabais sont annulés en cas de remboursements.

If an activity is cancelled by Loisirs sportifs CDN-NDG, the complete cost of the activity will be refunded to those who registered.

If a person wishes to cancel an activity **BEFORE THE FIRST COURSE**, no fee will be retained.

If a person wishes to cancel an activity **AFTER THE FIRST COURSE**, charges equivalent to the number of expired courses spent 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.

Please note that no refund is possible when having missed and expired course already given. Rebates are cancelled in case of refund.

****INFORMATIONS IMPORTANTES****

Chers clients,

Nous, Loisirs Sportifs Côte-des-Neiges – Notre-Dame-de-Grâce, sommes heureux de pouvoir vous offrir un programme d'activités cet automne. Nous tenons à vous assurer que toutes les mesures nécessaires ont été mises en place afin d'assurer votre protection et votre sécurité.

Prenez note que certaines activités sportives et aquatiques ne seront pas offertes cet automne en raison de la COVID-19. Toutes les inscriptions se font en ligne et les paiements se font par carte de crédit seulement. Nous vous invitons à vérifier l'accès à votre compte SPORT PLUS et à communiquer avec nous si vous éprouvez des difficultés.

**** SVP MERCI DE LIRE CE QUI SUIT ****

- ***** IMPORTANT : LE PASSEPORT VACCINAL EST REQUIS POUR LES 13 ANS ET PLUS.**
- Consulter notre page Facebook et site web pour avoir accès aux informations utiles et à jour sur nos activités;
- Aucune inscription ne pourra se faire en personne. Nous vous remercions à l'avance de votre compréhension;
- Le nombre de cours et d'activités est réduit pour permettre des battements sécuritaires entre les cours;
- Le nombre de participants par activité est réduit pour permettre la distanciation sociale;
- Nous vous demandons d'en prendre connaissance et de respecter les mesures d'hygiène en place pour assurer votre sécurité, celle des autres participants et de notre. Nous adopterons une politique zéro tolérance pour faire respecter les mesures de santé;
- Conservez précieusement votre reçu d'inscription. Il vous indiquera les dates importantes comme le début et la fin de la session, le numéro du local ainsi que l'horaire de votre activité;
- Lorsque vous accéderez à votre dossier de membre, vous devrez prendre connaissance du questionnaire COVID-19 (reconnaissance de risques) pour chacune des personnes que vous désirez inscrire et cocher la case au bas du formulaire pour pouvoir débiter votre inscription.

Nous avons hâte de vous revoir tous & bonne session d'automne 2021 !

**** IMPORTANT INFORMATION ****

Dear clients,

We, Loisirs Sportifs Côte-des-Neiges – Notre-Dame-de-Grâce, are pleased to be able to offer you a program of activities this fall. We want to assure you that all the necessary measures have been put in place to ensure your protection and safety.

Please note that certain sports and aquatic activities will not be offered this fall due to COVID-19. All registrations are made online and payments are by credit card only. We invite you to verify access to your SPORT PLUS account and to contact us if you experience any difficulties.

**** PLEASE READ THE FOLLOWING ****

- ***** IMPORTANT: A VACCINE PASSPORT IS REQUIRED FOR AGE 13 AND OVER.**
- Visit our Facebook page and website for access to useful and up-to-date information regarding our activities;
- No registration can be done in person. We thank you in advance for your understanding;
- The number of lessons and activities are reduced to allow safe distancing between courses;
- The number of participants per activity is reduced to facilitate social distancing;
- We ask you to be aware of it and to respect the hygiene measures in place to ensure your safety, that of other participants and of our personnel. We will adopt a zero-tolerance policy to enforce health measures;
- Keep your registration receipt in a safe place. It will tell you important dates such as the start and end of the session, the local number and the time of your activity;
- When you access your member file, you must read the COVID-19 questionnaire (risk recognition) for each of the people you wish to register and check the box at the bottom of the form to be able to begin your registration.

We look forward to seeing you all again & happy fall 2021 session!

Programmation sportive / Sports program

Du 27 septembre au 4 décembre 2021 – La session s'échelonne sur 10 semaines

September 27th to December 4th, 2021 – The session is spread over 10 weeks.

Il n'y aura pas de cours le lundi 11 octobre 2021. / There are no classes on Monday, October 11th, 2021.

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

Athlétisme / Track and field

6 – 8 ans / years	Jeudi / Thursday	17:00 - 18:00	65\$
9 – 13 ans / years	Jeudi / Thursday	18:00 - 19:30	65\$

Badminton / Badminton

8 – 12 ans / years	Mercredi / Wednesday	16:45 - 17:45	65\$
--------------------	----------------------	---------------	------

Basketball / Basketball

5 – 6 ans / years	Mardi / Tuesday	16:30 - 17:30	65\$
7 – 8 ans / years	Mardi / Tuesday	17:40 - 18:40	65\$
9 – 12 ans / years	Mardi / Tuesday	18:50 - 19:50	65\$

Gymnastique rythmique / Gymnastics rhythmic

6 – 12 ans / years	Vendredi / Friday	19:30 - 20:30	65\$
--------------------	-------------------	---------------	------

Soccer / Soccer

5 – 6 ans / years	Lundi / Monday	17:00 - 18:00	65\$
7 – 8 ans Filles / years	Mardi / Tuesday	16:30 - 17:30	65\$
9 – 10 ans / years	Mardi / Tuesday	17:40 - 18:40	65\$
11 – 12 ans / years	Mardi / Tuesday	18:50 - 19:50	65\$

Tennis / Tennis

7 – 9 ans / years	Jeudi / Thursday	17:00 - 18:00	65\$
10 – 12 ans / years	Jeudi / Thursday	18:00 - 19:00	65\$

Volleyball / Volleyball

9 – 13 ans / years	N'EST PAS OFFERT. / IS NOT OFFERED.		
--------------------	--	--	--

Zumba Kids / Zumba Kids

7 – 12 ans / years	N'EST PAS OFFERT. / IS NOT OFFERED.		
--------------------	--	--	--

Programmation sportive / Sports program

Du 27 septembre au 4 décembre 2021 – La session s'échelonne sur 10 semaines
September 27th to December 4th, 2021 – The session is spread over 10 weeks.

Il n'y aura pas de cours le lundi 11 octobre 2021. / There are no classes on Monday, October 11th, 2021.

Activités adultes (15 ans et plus) / Adults activities (15 years old and more)

Badminton libre / Open Badminton

15 ans+ / 15 years+	Lundi / Monday	19:15 - 22:00	70\$
---------------------	----------------	---------------	------

Pickleball / Pickleball

15 ans+ / 15 years+	+ Mercredi / Wednesday	19:15 - 20:15	50\$
---------------------	------------------------	---------------	------

Cardioboxe / Cardioboxe

15 ans+ / 15 years+	N'EST PAS OFFERT. / IS NOT OFFERED.		
---------------------	--	--	--

Spinning / Spinning

15 ans+ / 15 years+	Jeudi / Thursday	18:00 - 19:00	100\$
	+ Dimanche / Sunday	10:00 - 11:00	

Mise en forme / Fitness

15 ans+ / 15 years+	Lundi / Monday	18:15 - 19:15	100\$
	+ Mercredi / Wednesday		

Yoga / Yoga

15 ans+ / 15 years+	Mardi / Tuesday	18:45 - 19:45	100\$
	+ Jeudi / Thursday	19:15 - 20:15	

Zumba / Zumba

15 ans+ / 15 years+	Lundi / Monday	19:30 - 20:30	100\$
	+ Mercredi / Wednesday	19:30 - 20:30	

INFORMATIONS IMPORTANTES

IMPORTANT INFORMATION

- 1. L'accès au centre et à la piscine sera refusé à toute personne qui présente des symptômes de COVID-19.** Access to the center and swimming pool will be denied to anyone showing COVID – 19 symptoms.
 - 2. Le port du couvre-visage est obligatoire pour les personnes de 10 ans et plus. Le masque ne peut être retiré que pour la baignade.** For people aged 10 and more, it is mandatory to wear a face mask. It can only be removed for swimming.
 - 3. Vous devez en tout temps respecter les recommandations de la santé publique : se laver les mains, ne pas toucher le visage et garder une distance de 2 m avec les autres.** You must at all times respect public health recommendations: wash your hands, do not touch your face and keep a distance of 2 meters from others.
 - 4. Il est de la responsabilité des baigneurs de respecter la distanciation sociale de 2 m sur le bord de la piscine et dans la piscine.** It is the swimmers' responsibility to respect the social distancing of 2 meters on the edge of the swimming pool AND in the swimming pool.
 - 5. Les vestiaires sont seulement accessibles pour se changer dans les cabines avant et après la baignade. Les casiers et les douches dans les vestiaires ne sont pas accessibles.** The changing rooms are only accessible for changing in the cabins before and after swimming. Lockers and showers in the changing rooms are not accessible.
 - 6. Nous vous suggérons de porter votre maillot de bain sous vos vêtements avant de venir se baigner. Cela nous aidera à réduire le temps d'attente dans les vestiaires.** We suggest that you wear your swimsuit under your clothes before coming to swim. This will help us reduce the waiting time in the locker rooms.
 - 7. Les participants doivent déposer leurs effets personnels sur une chaise sur le bord de la piscine.** Participants must put their personal belongings on a chair on the pool edge.
 - 8. Les règles de sécurité habituelles pour la piscine seront maintenues et appliquées. Se référer au panneau d'affichage du Règlement intérieur de la piscine ou visiter notre site web.** The usual safety rules for the swimming pool will be maintained and applied. Refer to our notice board for the swimming pool's Internal Rules or visit our website.
- **Nous comptons sur la responsabilité, la collaboration et la compréhension de tous les nageurs afin de vous assurer une expérience de nage agréable et sécuritaire. **** We rely on the responsibility, cooperation and understanding of every swimmer to ensure you have a safe and enjoyable swimming experience.

Politique de remboursement

Cours, camps, club aquatique et salle de musculation

(Conforme à la Loi sur la protection du consommateur du 01/11/2015)

Refund policy

Courses, camps, aquatic club and weight room

(Complies with the Consumer Protection Act as of 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.

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.

Cours et camps

Courses and camps

Club aquatique

Aquatic Club

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.

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.

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.

Before the first club practice: no fee will be retained when cancelling a course or a camp 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.