

CARTES VACANCES FAMILIALES DES FAC

Du 16 décembre au 6 janvier, les membres des FAC et les personnes à leur charge peuvent amener des membres de leur famille en visite au centre en présentant leur carte NDI 20 ou CFone pour obtenir un laissez-passer temporaire. Prenez du temps en famille et profitez du centre !

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET SPORT

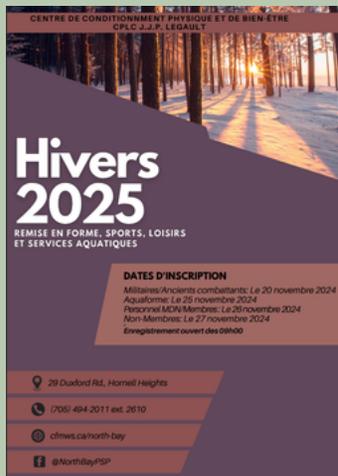
La magasin de sport sera fermés du 19 décembre au 2 janvier. La dernière session d'évaluation FORCE de l'année aura lieu le 19 décembre à 09h00.

le marathon cinématographique de JOURS JOYEUX présente



lundi 16 déc, Sur les Traces du Père Noël
mardi 18 déc, Sur les Traces du Père Noël 2
mercredi 18 déc, Sur les Traces du Père Noël 3

Tenue dans le théâtre du Centre de conditionnement physique et de bien-être J.J.P Legault, à 18h00



La brochure d'hiver est disponible



Programme de natation pour les vacances

	23 déc	24 déc	25 déc	27 déc	29/29 déc
Natation en couloir	11h30-13h00	11h30-13h00	Fermé	11h30-13h00	12h30-13h30
Natation publique	18h30-19h30		Fermé		13h45-15h00
	30 déc	31 déc	2 jan	3 jan	4/5 jan
Natation en couloir	11h30-13h00	11h30-13h00	11h30-13h00	11h30-13h00	12h30-13h30
Natation publique	18h30-19h30		13h15-15h30		13h45-15h00

Il n'y a pas de natation en couloirs militaires les mardis et jeudis de 7h00 à 8h00 du 16 décembre au 6 janvier.



LA PISCINE SERA FERMÉE POUR L'ENTRETIEN SAISONNIER DU 6 AU 19 JANVIER.



CENTRE DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET DE BIEN-ÊTRE C.P.L.C. J.J.P. LEGAULT

2024 | 2025

Brochure de vacances

HEURES D'OUVERTURE

16-20 déc	07H00-21H00
21-22 déc	08H00-16H00
23 déc	07H00-21H00
24 déc	07H00-16H00
25-26 déc	FERMÉ
27 déc	07H00-21H00
28-29 déc	08H00-16H00
30 déc	07H00-21H00
31 déc	07H00-16H00
1 jan	FERMÉ

DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
----------	-------	-------	----------	-------	----------	--------

LES HEURES RESTREINTES DANS LES SALLES DE MUSCULATION ET DE CARDIO ONT ÉTÉ SUPPRIMÉES POUR LES DÉTENTEURS D'UNE CARTE DE MEMBRE DU 16 AU 31 DÉCEMBRE.

LES HEURES D'OUVERTURE DU GYMNASSE INDIQUÉES EN ROUGE SONT RÉSERVÉES AUX MEMBRES MILITAIRES ET AUX DÉTENTEURS D'UNE CARTE DE MEMBRE.

DES LAISSEZ-PASSERS SONT DISPONIBLES POUR LE GRAND PUBLIC APRÈS 16 HEURES DU LUNDI AU VENDREDI ET TOUTE LA JOURNÉE LES FIN DE SEMAINE

1 Gymnase ouvert 08h00-18h00	2 Gymnase ouvert 09h00-11h30 13h00-14h00 18h00-20h45 Force et condition 12h00-12h45 Ballon-volant militaire 18h00-20h45	3 Gymnase ouvert 13h00-14h00 "HIIT" 12h00-12h30 Classe de spin 17h30-18h15 Ballon-panier militaire 16h00-17h45 Soirée récréation 18h00-20h00	4 Gymnase ouvert 09h30-11h30 13h00-14h00 Yoga 12h00-12h45 Ballon-volant militaire 16h00-17h45 Soirée racquet 18h00-20h45	5 Gymnase ouvert 13h00-14h00 20h00-20h45 "HIIT" 12h00-12h30 Ballon-panier militaire 16h00-17h45 Fêtes 18h00-20h00	6 Journée sportive FAC 08h00-14h30 Gymnase ouvert 16h00-20h45	7 Réservations de groupe 08h00-13h00 Fêtes 13h00-15h00 Gymnase ouvert 15h00-18h00
8 Gymnase ouvert 08h00-12h45 Fêtes 13h00-15h00	9 Gymnase ouvert 09h00-11h30 13h00-16h00 16h00-18h00 Force et condition 12h00-12h45 Ballon-volant militaire 18h00-20h45	10 Gymnase ouvert 13h00-16h00 HIIT 12h00-12h30 Spin 17h30-18h15 Ballon-panier militaire 16h00-17h45 Soirée récréation 18h00-20h00	11 Gymnase ouvert 09h30-11h30 13h00-16h00 Yoga 12h00-12h45 Ballon volant militaire 16h00-17h45 Soirée racquet 18h00-20h45	12 Gymnase ouvert 13h00-16h00 16h00-20h45 HIIT 12h00-12h30 Ballon-panier militaire 16h00-17h45 Fêtes 18h00-20h00	13 Gymnase ouvert 09h00-11h30 13h00-16h00 16h00-20h45 Prép "FORCE" 12h00-12h45	14 Gymnase ouvert 08h00-12h45 15h00-18h00 Fêtes 13h00-15h00
15 Gymnase ouvert 08h00-12h45 Fêtes 13h00-16h00	16 Gymnase ouvert 07h00-16h00 16h00-17h45 Ballon-volant militaire 18h00-20h45	17 Gymnase ouvert 07h00-10h00 10h00-20h45	18 Gymnase ouvert 07h00-16h00 18h00-20h45 Ballon volant militaire 16h00-17h45	19 Gymnase ouvert 07h00-16h00 16h00-20h45	20 Gymnase ouvert 07h00-16h00 16h00-20h45	21 Gymnase ouvert 08h00-12h45 15h00-15h45 Fêtes 13h00-15h00
22 Gymnase ouvert 08h00-16h00	23 Gymnase ouvert 07h00-16h00 16h00-20h45	24 Gymnase ouvert 07h00-16h00	25 FERMÉ	26 FERMÉ	27 Gymnase ouvert 07h00-16h00 16h00-20h45	28 Gymnase ouvert 08h00-16h00
29 Gymnase ouvert 08h00-16h00	30 Gymnase ouvert 07h00-16h00 16h00-20h45	31 Gymnase ouvert 07h00-16h00	1 FERMÉ	2 Gymnase ouvert 07h00-16h00 16h00-20h45	3 Gymnase ouvert 09h00-11h30 13h00-16h00 16h00-20h45 Prép "FORCE" 12h00-12h45	4 Gymnase ouvert 08h00-18h00