

LE CENTRE DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET BIEN-ÊTRE CPLC J.J.P. LEGAULT

Horaire d'automne pour le gymnase 2026

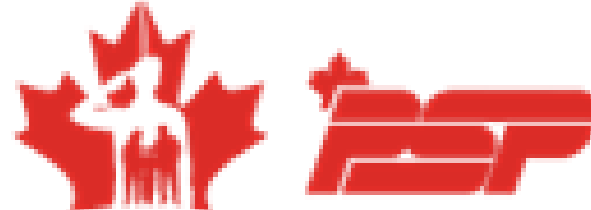
lundi		mardi		mercredi		jeudi		vendredi		sam & dim	
MILITAIRES ACTIFS ET LEURS EPOUSE UNIQUEMENT (06h00-09h00)										Public	
EP Militaire 06h00-09h00		EP Militaire 06h00-09h00		EP Militaire 06h00-09h00		EP Militaire 06h00-09h00		EP Militaire 06h00-09h00		Gymnase Libre 08h00-12h00	
RÉSERVÉ POUR MILITAIRES ET LES MEMBRES (09h00-16h00)											
EP Unité 09h00-10h00		Test de FORCE 09h00-10h00		EP Unité 09h00-10h00		FORCE Test 0900-1000		Militaire et Membre Gymnase Libre 09h00-11h45			
Militaire et Membre Gymnase Libre 09h00-11h45		Militaire et Membre Gymnase Libre 10h15-11h45		Militaire et Membre Gymnase Libre 10h15-14h00		Militaire et Membre Gymnase Libre 10h15-11h45					
Force et Conditionnement		"HIIT" 12h00-12h30		Yoga 12h00-12h45		"HIIT" 12h00-12h30		Prép. FORCE 12h00-12h45		*Fêtes/ Réservations 12h30-15h30	
Militaire et Membre Gymnase Libre 13h00-14h00		Militaire et Membre Gymnase Libre 13h00-14h00				Militaire et Membre Gymnase Libre 13h00-14h30		Militaire et Membre Gymnase Libre 13h00-1600			
EP Militaire 14h30-15h30		EP Militaire 14h30-15h30		EP Militaire 14h30-15h45		EP Militaire 15h00-16h00					
MILITAIRES ACTIFS, MEMBRES ET LE PUBLIC (16h00-20h45)											
Sports Militaire 16h00- 18h00	Gymnase Libre 16h00- 17h30	Sports Militaire 16h00- 17h30	*Escalade 5-8ans 17h00- 18h00	Sports Militaire 16h00- 18h00	Gymnase Libre 16h00- 17h45	Military Sport 16h00-18h00		Gymnase Libre 16h00-20h45		Gymnase Libre 16h00-17h45	
	FERMÉ 18h00										
Jiu-jitsu Brésilien* Adulte 18h00- 19h30	Gymnase Libre 18h15- 20h45	Yoga 17h30-18h00	*Escalade 9-12ans 18h00- 19h30	Soirée Racquette 18h00 - 20h45		*Escalade 13ans + 18h00- 20h00	Jiu-jitsu Brésilien* Adulte 18h00- 19h30	Soirée d'Enfants pourraient avoir une incidence sur ces horaires *le 25 sept, le 23 oct et le 20 nov*			
		Gymnase Libre 19h30- 20h45				Gymnase Libre 19h30-20h45					
FERMÉ 21h00										*frais supplémentaires	

L'horaire peut être modifié sans préavis



LE CENTRE DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE ET BIEN-ÊTRE CPLC J.J.P.
LEGAULT

Horaire pour la piscine. L'automne 2026

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	sam & dim
MILITAIRES ACTIFS ET LEURS EPOUSE UNIQUEMENT (06h00-09h00)					PUBLIC
	Natation en couloir militaire et conjoint 07h00-08h00		Natation en couloir militaire et conjoint 07h00-08h00		
RÉSERVÉ POUR MILITAIRES ET LES MEMBRES (09h00-16h00)					
Aquaforme* 09h30-10h30 & 10h30-11h30		Aquaforme* 09h30-10h30 & 10h30-11h30		Aquaforme* 09h30-10h30 & 10h30-11h30	
Militaire et membre Natation en couloir 11h30- 13h00	Militaire et membre Natation en couloir 11h30- 13h00	Militaire et membre Natation en couloir 11h30- 13h00	Militaire et membre Natation en couloir 11h30- 13h00	Militaire et membre Natation en couloir 11h30- 13h00	Natation en couloir 12h30-13h30
					Natation publique 13h45-15h00
MILITAIRES ACTIFS, MEMBRES ET LE PUBLIC (16h00-20h45)					
Natation publique 18h30-19h30		Natation publique 1830-1930			FERMÉ 18h00
Natation en couloir 19h30-20h30	Water Polo* 19h30-20h30	Natation en couloir 19h30-20h30	Aquaforme* 19h30-20h30		
FERMÉ 21h00					*frais supplémentaires

L'horaire peut être modifié sans préavis