

SESSION PRINTEMPS

Session du 7 mai au 14 juin 2024

Congés:

- Aucun

Préinscription membres:

- 19 mars, midi.

Inscription générale:

- 26 mars, midi.

Pour 6 cours:

CHEERLEADING	135.68\$ +TX
TRAMPOLINE	135.68\$ +TX
TUMBLING	135.68\$ +TX
PARKOUR	135.68\$ +TX

Que dois-je apporter à mon cours ?

Cheerleading

Espadrilles d'intérieur

Vêtements de sport

(Chandail ou camisole de sport et short)

Tumbling / Parkour

Espadrilles d'intérieur

Vêtements de sport ajustés

(Top, léotard ou chandail et short)

Trampoline

Vêtements de sport ajustés

(Top, léotard ou chandail ajusté et Short ou pantalon)

N'OUBLIE PAS!

Ta bouteille d'eau identifiée

Tes cheveux attachés

D'enlever tous tes bijoux

Espadrille multi-sport d'intérieur



SECTEUR RÉCRÉATIF

Printemps 2024

Cours offerts:

- Parkour
- Tumbling
- Trampoline
- Cheerleading
 - Initiation
 - Récréatif



www.centrecoyotes.com

info@centrecoyotes.com

**50, avenue liberté, Candiac (QC) J5R 6X1
450-633-CHEER (2433)**

Trampoline

COURS	Horaire	Description
Récréatif (8 ans et +)	MERCREDI 18H15 - 19H30	<p>COURS DE 75 MINUTES SUR TRAMPOLINE DE GYMNASTIQUE. LE TRAMPOLINE EST UN SPORT ACROBATIQUE PERMETTANT DE TRAVAILLER LES ROTATIONS AÉROSPATIALES. DANS CE COURS, VOUS APPRENDREZ AUSSI LES BASES DU CONTRÔLE DANS LES AIRS LORS DES SAUTS.</p> <p>TENUE VESTIMENTAIRE: T-SHIRT, PANTALON OU SHORT DE SPORT, BAS, CHEVEUX ATTACHÉS ET UNE BOUTEILLE D'EAU IDENTIFIÉE.</p>

Parkour

COURS	Horaire	Description
Récréatif (8 ans et +)	JEUDI 19H30 À 20H45	<p>COURS DIRIGÉ OÙ LES ENFANTS APPRENNENT À FAIRE DES ACROBATIES À L'AIDE DES ÉQUIPEMENTS GYMNIQUE. COURS DE 75 MINUTES</p> <p>TENUE VESTIMENTAIRE: T-SHIRT, PANTALON OU SHORT DE SPORT, CHEVEUX ATTACHÉS ET UNE BOUTEILLE D'EAU IDENTIFIÉE.</p>

Cheerleading

COURS	Horaire	Description
Little Pack (3 à 5 ans)	VENDREDI 18H À 19H	<p>LE CHEERLEADING EST UN SPORT COMPLET QUI INCORPORE LA DANSE, LA GYMNASTIQUE AU SOL, LES PYRAMIDES ET LES ACROBATIES. IL PERMET AUSSI D'ACCROÎTRE LA FLEXIBILITÉ ET DE FAVORISER UN BON ESPRIT D'ÉQUIPE.</p> <p>TENUE VESTIMENTAIRE: T-SHIRT, SHORT, SOULIERS DE COURSE INTERIEUR, CHEVEUX ATTACHÉS ET UNE BOUTEILLE D'EAU IDENTIFIÉE.</p>
Cutie Pack (6 à 9 ans)	VENDREDI 17H45 À 19H	
Crystal Pack (6 à 9 ans)	MARDI 18H À 19H15	
Sweet Pack (10 à 14 ans)	VENDREDI 19H À 20H15	

Tumbling session printemps

COURS	Âge	Horaire	Description
Blanc	4-5 ans	MERCREDI 17H À 18H JEUDI 18H À 19H	<ul style="list-style-type: none"> • ROULADE AVANT • ROUE • TOMBER EN PONT • ÉQUILIBRE
	6 ans et +	JEUDI 18H À 19H30*	
Bleu	Tous âges	MERCREDI 18H À 19H30* JEUDI 18H À 19H30 VENDREDI 18H30 À 20H	<ul style="list-style-type: none"> • SAUT D'APPEL RONDADE • ÉQUILIBRE ROULADE • RENVERSEMENT AVANT • RENVERSEMENT ARRIÈRE • ENCHAÎNEMENT: ROUE-RONDADE-RENVERSE ARRIÈRE • ENCHAÎNEMENT: RENVERSE AVANT-ROUE-RONDADE
Gris	Tous âges	LUNDI 19H15 À 20H45 MERCREDI 18H À 19H30*	<ul style="list-style-type: none"> • SAUT DE MAIN • SAUT DROIT FLIC • RONDADE FLIC • FLIC • ENCHAÎNEMENT: RENVERSE-RENVERSE-FLIC • ENCHAÎNEMENT: SAUT DE MAIN-RONDADE-FLIC
Noir	Tous âges	MERCREDI 19H30 À 21H00* JEUDI 18H À 19H30	<ul style="list-style-type: none"> • FLIC FLIC • FRONT • RONDADE FLIC BACK • TOE-TOUCH FLIC FLIC • ENCHAÎNEMENT: SAUT DE MAIN-RONDADE FLIC BACK
Argent	Tous âges	MARDI 18H00 À 19H30*	<ul style="list-style-type: none"> • BACK SUR PLACE • FLIC FLIC LAYOUT • TRIPLE TOE-TOUCH BACK • RONDADE FLIC LAYOUT • WHIP
Brillantine	Tous âges	MARDI 19H30 À 21H00*	<ul style="list-style-type: none"> • WHIP WHIP • ENCHAÎNEMENT À VRILLE • TRIPLE SAUTS BACK • VRILLE À L'ARRÊT • ENCHAÎNEMENT À DOUBLE VRILLE

*PLUSIEURS GROUPES DE MÊME COULEUR OFFERTS DANS LA MÊME PLAGE HORAIRE



CENTRE COYOTES

50, avenue liberté, Candiac (QC)
J5R 6X1
450-633-CHEER (2433)

