

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Questions/commentaires

Tout au long de la session, les responsables sont disponibles pour répondre à vos questions et recueillir vos commentaires et vos suggestions. Ils sont présents toutes les fins de semaine.

Responsables :

- Natation : Christine Dufour et Léa Sohier
- Activités en salle : Alexandre Côté, Marie Sévigny et Catherine Pouliot

RAPPEL - Carnet de progression

Nous vous invitons à apporter le carnet de progression le plus rapidement possible au moniteur de votre enfant. Cela lui permettra d'en apprendre davantage sur son parcours. De plus, il pourra consigner le résultat de l'évaluation de fin de session dans le même carnet.

Horaire des baignades libres – Semaine de relâche

Profitez de la semaine de relâche pour venir pratiquer vos techniques de natation et vous amusez !

Pour l'horaire complet des baignades libres, [cliquez ici](#).

NATATION



Niveau Salamandre – le parent accompagne l'enfant dans l'eau



Nous souhaitons vous rappeler que **la présence du parent dans l'eau est nécessaire pour tous les cours dans la piscine avec tremplins**. Le rôle du parent est de permettre à tous les enfants de bouger en même temps et ainsi maximiser le temps de pratique. Vous deviendrez, un peu, nos assistants-moniteurs. L'aide que vous apporterez à votre enfant sera de moins en moins grand plus la session avance.

NOUVEAU – Cours médaille de bronze à la relâche

Le Peps est fier de vous offrir pour une première année, en formule intensive, le cours de médaille de bronze du 5 au 9 mars de 9h à 16h. Pour y participer les jeunes doivent avoir 13 ans au plus tard le 9 mars et démontrer les habiletés de natation équivalentes au niveau Junior 10.

Pour inscription et informations, [cliquez ici](#).

Évaluation mi-session

La fin de semaine des 17 et 18 février, les moniteurs seront heureux de discuter avec vous du progrès de votre enfant. Pour l'occasion les cours se termineront quelques minutes plus tôt.

Congé les 3 et 4 mars

Nous vous rappelons qu'il n'y a pas de cours de natation les 3 et 4 mars en raison de la semaine de relâche.



ESCALADE, TRAMPOLINE ET TENNIS

Rappel, les séances des 4 et 25 février sont ANNULÉES



CIRCUIT CARDIO X-TRÊME

Rappel, la séance du 11 février est ANNULÉE !



ATELIERS CULINAIRES

Voilà une idée intéressante et pratique pour vos jeunes :

- 17 ou 18 fév. de 10h à 12h: Viens cuisiner tes collations, au coût de 42\$

Un parent doit y être présent. Vivez l'expérience avec votre jeune !

ACTIVITÉS ET FORMATIONS À VENIR

RCR/DEA niveau C (14 ans et plus)

- Dimanche, 18 février 9h à 12h et 13h à 15h

PRÊTS À RESTER SEUL (9-13 ans)

- Samedi, 24 février 9h à 15h30

NOUVEAU- SECOURISME JEUNESSE ET MULTI-SPORTS (11-15 ANS) – CAMP DE LA RELÂCHE

- Lundi au vendredi, 5 au 9 mars, 9h à 16h
- 9h-12h Prêts à rester seul et Gardiens avertis
- 13h à 16h volet sport

Inscription à ces activités à la réception du PEPS, en ligne ou par téléphone : 418-656-7377

CAMPS SPORTS DE LA RELÂCHE AU PEPS



Du 5 au 9 mars

Faites vivre à vos enfants des heures de plaisir dans le plus grand complexe sportif de l'Est du Canada ! Les étudiants-athlètes du Rouge et Or engagés sauront leur faire découvrir ou perfectionner plusieurs activités.

Les inscriptions se poursuivent jusqu'au 16 février.

Faites-vite pour assurer une place dans la discipline de votre choix !

Informations et inscriptions : <http://bit.ly/2kHNPcp>