



Activités aquatiques

JUNIOR

Automne 2022



VILLE DE
QUÉBEC



l'accent
d'Amérique

Cheminement des cours de natation JUNIOR

Activités aquatiques – junior

6 à 16 ans (avoir 6 ans le jour du premier cours)



Junior 1

Le cours vise à familiariser l'enfant avec les installations aquatiques. De plus, on présente une introduction aux flottaisons et aux glissements dans l'eau au participant qui n'a jamais suivi de cours de natation, à celui qui est peu à l'aise dans l'eau et à celui qui ne peut nager seul.



Junior 2

Préalables: avoir réussi le niveau Junior 1 ou pouvoir se déplacer en eau profonde avec une aide, flotter et glisser sur le ventre et sur le dos sans aide et nager 5 m de façon continue.



Junior 3

Préalables: avoir réussi le niveau Junior 2 ou nager 5 m sur le ventre en tournant les bras et nager 10 m sur le dos.



Junior 4

Préalables: avoir réussi le niveau Junior 3 ou pouvoir nager le crawl sur une distance de 5 m, nager 10 m sur le dos et 15 m de façon continue.



Junior 5

Préalables: avoir réussi le niveau Junior 4 ou pouvoir nager le crawl et sur le dos sur 10 m et nager 25 m (1 longueur) de façon continue.



Junior 6

Préalables: avoir réussi le niveau Junior 5 ou pouvoir nager le crawl et le dos crawlé sur 15 m, exécuter le coup de pied fouetté sur le dos sur 5 m et nager 50 m (2 longueurs) de façon continue.



Junior 7

Préalables: avoir réussi le niveau Junior 6 ou pouvoir nager le crawl et le dos crawlé sur 25 m, le dos élémentaire sur 15 m et nager 75 m (3 longueurs) de façon continue.



Junior 8

Préalables: avoir réussi le niveau Junior 7 ou pouvoir nager le crawl et le dos crawlé sur 50 m, le dos élémentaire sur 25 m, exécuter le coup de pied fouetté sur le ventre sur 15 m et nager 150 m (6 longueurs) de façon continue.



Junior 9

Préalables: avoir réussi le niveau Junior 8 ou nager le crawl et le dos crawlé sur 75 m, le dos élémentaire et la brasse sur 25 m et nager 300 m (12 longueurs) de façon continue.



Junior 10

Préalables: avoir réussi le niveau Junior 9 ou nager le crawl et le dos crawlé sur 100 m, le dos élémentaire et la brasse sur 50 m, la marinière sur 15 m et nager 300 m (16 longueurs) de façon continue.

Équivalence : préscolaire vs junior

Loutre et salamandre	Junior 1
Poisson-lune incomplet	Junior 1
Poisson-lune complet	Junior 2
Crocodile incomplet	Junior 2
Crocodile complet	Junior 3
Baleine incomplet	Junior 3
Baleine complet	Junior 4

JUNIOR 1

Activité et description	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 1 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 9 h à 9 h 45
Junior 1 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 9 h 50 à 10 h 35
Junior 1 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 10 h 40 à 11 h 25
Junior 1 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 11 h 30 à 12 h 15
Junior 1 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 18 h à 18 h 45
Junior 1 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 18 h 50 à 19 h 35
Junior 1 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 19 h 40 à 20 h 25
Junior 1 6 à 16 ans	École secondaire l'Odyssée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 12 h 40 à 13 h 25
Junior 1 6 à 16 ans	École secondaire l'Odyssée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 8 h 30 à 9 h 15
Junior 1 6 à 16 ans	Édifce Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 10 h 10 à 10 h 55
Junior 1 6 à 16 ans	Édifce Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 8 h 30 à 9 h 15
Junior 1 6 à 16 ans	Édifce Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	2022-10-03	8 semaines	Lundi de 18 h 50 à 19 h 35
Junior 1 6 à 16 ans	Édifce Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-04	8 semaines	Mardi de 17 h 55 à 18 h 40
Junior 1 6 à 16 ans	Édifce Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 18 h 55 à 19 h 40
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 17 h à 17 h 45
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 17 h 50 à 18 h 35
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 18 h 40 à 19 h 25
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 8 h à 8 h 45
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 8 h 50 à 9 h 35
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 9 h 40 à 10 h 25
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 10 h 30 à 11 h 15
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 12 h à 12 h 45
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 12 h 50 à 13 h 25

Activité et description	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 13 h 40 à 14 h 25
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 8 h à 8 h 45
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 8 h 50 à 9 h 35
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 9 h 40 à 10 h 25
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 10 h 30 à 11 h 15
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 12 h à 12 h 45
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 12 h 50 à 13 h 25
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 13 h 40 à 14 h 25
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 17 h 45 à 18 h 30
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 18 h 35 à 19 h 20
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 17 h 45 à 18 h 30
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 18 h 35 à 19 h 20
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 17 h à 17 h 45
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 17 h 50 à 18 h 35
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 18 h 40 à 19 h 25
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 19 h 30 à 20 h 15
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 8 h à 8 h 45
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 8 h 50 à 9 h 35
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 9 h 40 à 10 h 25
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 10 h 20 à 11 h 05
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 11 h 10 à 11 h 55
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 10 h 45 à 11 h 30

Activité et description	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 11 h 35 à 12 h 20
Junior 1 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 12 h 25 à 13 h 10

JUNIOR 2

Activité et description	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 2 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 10 h 40 à 11 h 25
Junior 2 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 11 h 30 à 12 h 15
Junior 2 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 9 h à 9 h 45
Junior 2 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 9 h 50 à 10 h 35
Junior 2 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 18 h à 18 h 45
Junior 2 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 18 h 50 à 19 h 35
Junior 2 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 19 h 40 à 20 h 25
Junior 2 6 à 16 ans	École secondaire l'Odyssée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 12 h 40 à 13 h 25
Junior 2 6 à 16 ans	École secondaire l'Odyssée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 8 h 30 à 9 h 15
Junior 2 6 à 16 ans	Édifice Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 8 h 30 à 9 h 15
Junior 2 6 à 16 ans	Édifice Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 9 h 20 à 10 h 05
Junior 2 6 à 16 ans	Édifice Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 19 h 40 à 20 h 25
Junior 2 6 à 16 ans	Édifice Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-04	8 semaines	Mardi de 17 h 55 à 18 h 40
Junior 2 6 à 16 ans	Édifice Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 18 h 05 à 18 h 50
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine Jacques-Amyot (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 10 h 05 à 10 h 50
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine Jacques-Amyot (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 10 h 55 à 11 h 40
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 17 h à 17 h 45
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 17 h 50 à 18 h 35
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 18 h 40 à 19 h 25

Pour déterminer le cours qui convient à votre enfant, consultez le tableau [Cheminement des cours de natation - junior](#).

Activité et description	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 8 h à 8 h 45
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 8 h 50 à 9 h 35
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 9 h 40 à 10 h 25
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 10 h 30 à 11 h 15
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 12 h à 12 h 45
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 12 h 50 à 13 h 25
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 13 h 40 à 14 h 25
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 8 h à 8 h 45
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 8 h 50 à 9 h 35
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 9 h 40 à 10 h 25
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 10 h 30 à 11 h 15
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 12 h à 12 h 45
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 12 h 50 à 13 h 25
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 13 h 40 à 14 h 25
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 17 h 45 à 18 h 30
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 18 h 35 à 19 h 20
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 17 h 45 à 18 h 30
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 18 h 35 à 19 h 20
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 18 h à 18 h 45
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 18 h 50 à 19 h 35
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 19 h 40 à 20 h 25
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 8 h à 8 h 45
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 8 h 50 à 9 h 35

Activité et description	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 10 h 55 à 11 h 40
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 11 h 45 à 12 h 30
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 12 h 35 à 13 h 20
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 8 h à 8 h 45
Junior 2 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 8 h 50 à 9 h 35

JUNIOR 3

8 semaines	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 3 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 9 h à 9 h 45
Junior 3 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 9 h 50 à 10 h 35
Junior 3 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 10 h 40 à 11 h 25
Junior 3 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 11 h 30 à 12 h 15
Junior 3 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 18 h à 18 h 45
Junior 3 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 18 h 50 à 19 h 35
Junior 3 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 19 h 40 à 20 h 25
Junior 3 6 à 16 ans	École secondaire l'Odyssée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 12 h 40 à 13 h 25
Junior 3 6 à 16 ans	École secondaire l'Odyssée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 9 h 20 à 10 h 05
Junior 3 6 à 16 ans	École secondaire l'Odyssée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 10 h 10 à 10 h 55
Junior 3 6 à 16 ans	Édifice Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 9 h 20 à 10 h 05
Junior 3 6 à 16 ans	Édifice Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 10 h 10 à 10 h 55
Junior 3 6 à 16 ans	Édifice Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 19 h 10 à 19 h 55
Junior 3 6 à 16 ans	Édifice Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 18 h 05 à 18 h 50
Junior 3 6 à 16 ans	Édifice Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 19 h 45 à 20 h 30
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine Jacques-Amyot (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 11 h 45 à 12 h 30

8 semaines	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine Jacques-Amyot (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 12 h 35 à 13 h 20
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 17 h à 17 h 45
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 17 h 50 à 18 h 35
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 8 h à 8 h 45
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 8 h 50 à 9 h 35
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 12 h à 12 h 45
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 12 h 50 à 13 h 25
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 13 h 40 à 14 h 25
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 8 h à 8 h 45
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 8 h 50 à 9 h 35
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 12 h à 12 h 45
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 12 h 50 à 13 h 25
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 13 h 40 à 14 h 25
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 17 h 45 à 18 h 30
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 18 h 35 à 19 h 20
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 17 h 45 à 18 h 30
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 18 h 35 à 19 h 20
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 18 h à 18 h 45
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 18 h 50 à 19 h 35
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 9 h 40 à 10 h 25
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 10 h 55 à 11 h 40
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 11 h 45 à 12 h 30
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 12 h 35 à 13 h 20

8 semaines	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 9 h 40 à 10 h 25
Junior 3 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 10 h 30 à 11 h 15

JUNIOR 4

Activité et description	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 4 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 10 h 40 à 11 h 25
Junior 4 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 11 h 30 à 12 h 15
Junior 4 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 9 h à 9 h 45
Junior 4 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 9 h 50 à 10 h 35
Junior 4 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 18 h à 18 h 45
Junior 4 6 à 16 ans	École secondaire l'Odysée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 9 h 45 à 10 h 30
Junior 4 6 à 16 ans	École secondaire l'Odysée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 12 h 35 à 13 h 20
Junior 4 6 à 16 ans	École secondaire l'Odysée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 9 h 20 à 10 h 05
Junior 4 6 à 16 ans	École secondaire l'Odysée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 10 h 10 à 10 h 55
Junior 4 6 à 16 ans	Édifice Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 11 h à 11 h 45
Junior 4 6 à 16 ans	Édifice Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 19 h 10 à 19 h 55
Junior 4 6 à 16 ans	Édifice Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 18 h 55 à 19 h 40
Junior 4 6 à 16 ans	Édifice Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 19 h 45 à 20 h 30
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 18 h 40 à 19 h 25
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 19 h 30 à 20 h 15
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 9 h 40 à 10 h 25
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 10 h 30 à 11 h 15
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 9 h 40 à 10 h 25
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 10 h 30 à 11 h 15

Pour déterminer le cours qui convient à votre enfant, consultez le tableau [Cheminement des cours de natation - junior](#).

Activité et description	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 17 h 45 à 18 h 30
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 18 h 35 à 19 h 20
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 17 h 45 à 18 h 30
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 18 h 35 à 19 h 20
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 19 h 40 à 20 h 25
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 8 h à 8 h 45
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 8 h 50 à 9 h 35
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 9 h 40 à 10 h 25
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 10 h 30 à 11 h 15
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 8 h à 8 h 45
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 8 h 50 à 9 h 35
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 9 h 40 à 10 h 25
Junior 4 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 10 h 30 à 11 h 15

JUNIOR 5

Activité et description	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 5 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 9 h à 9 h 55
Junior 5 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 18 h 50 à 19 h 45
Junior 5 6 à 16 ans	École secondaire l'Odyssee (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 11 h à 11 h 55
Junior 5 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 19 h 30 à 20 h 25
Junior 5 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 19 h 25 à 20 h 20
Junior 5 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 19 h 25 à 20 h 20
Junior 5 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 18 h à 18 h 55
Junior 5 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 8 h à 8 h 55

Pour déterminer le cours qui convient à votre enfant, consultez le tableau [Cheminement des cours de natation - junior](#).

Activité et description	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 5 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 9 h à 9 h 55
Junior 5 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 10 h à 10 h 55
Junior 5 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 11 h à 11 h 55
Junior 5 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 8 h à 8 h 55
Junior 5 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 9 h à 9 h 55

JUNIOR 6

Activité et description	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 6 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 9 h à 9 h 55
Junior 6 6 à 16 ans	École secondaire l'Odyssée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 11 h à 11 h 55
Junior 6 6 à 16 ans	Édifice Denis-Giguère (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 11 h à 11 h 55
Junior 6 6 à 16 ans	Piscine Jacques-Amyot (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 10 h 05 à 11 h
Junior 6 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 19 h 30 à 20 h 25
Junior 6 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 12 h à 12 h 55
Junior 6 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 19 h 25 à 20 h 20
Junior 6 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 19 h 25 à 20 h 20
Junior 6 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 19 h à 19 h 55
Junior 6 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 8 h à 8 h 55
Junior 6 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 9 h à 9 h 55
Junior 6 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 10 h à 10 h 55
Junior 6 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 11 h à 11 h 55

JUNIOR 7

Activité et description	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 7 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 10 h à 10 h 55
Junior 7 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 12 h à 12 h 55
Junior 7 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 19 h 25 à 20 h 20

JUNIOR 7 ET 8

Activité et description	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 7 et 8 6 à 16 ans	École secondaire l'Odysée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 10 h 35 à 11 h 30
Junior 7 et 8 6 à 16 ans	École secondaire l'Odysée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 13 h 05 à 14 h
Junior 7 et 8 6 à 16 ans	École secondaire l'Odysée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-04	8 semaines	Mardi de 17 h 45 à 18 h 40
Junior 7 et 8 6 à 16 ans	Piscine Jacques-Amyot (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 11 h 05 à 12 h
Junior 7 et 8 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 18 h à 18 h 55
Junior 7 et 8 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 10 h à 10 h 55
Junior 7 et 8 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 8 h à 8 h 55
Junior 7 et 8 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 9 h à 9 h 55

JUNIOR 8

Activité et description	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 8 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 10 h à 10 h 55
Junior 8 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 13 h à 13 h 55
Junior 8 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 19 h 25 à 20 h 20

JUNIOR 9

Activité et description	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 9 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 11 h à 11 h 55
Junior 9 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 13 h à 13 h 55
Junior 9 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-03	8 semaines	Lundi de 19 h 25 à 20 h 20

JUNIOR 9 ET 10

Activité et description	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 9 et 10 6 à 16 ans	École secondaire l'Odyssée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 11 h 35 à 12 h 30
Junior 9 et 10 6 à 16 ans	École secondaire l'Odyssée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 13 h 05 à 14 h
Junior 9 et 10 6 à 16 ans	École secondaire l'Odyssée (Arrondissement de La Haute-Saint-Charles)	22-10-04	8 semaines	Mardi de 17 h 45 à 18 h 40
Junior 9 et 10 6 à 16 ans	Piscine Jacques-Amyot (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 12 h 05 à 13 h
Junior 9 et 10 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-09-30	8 semaines	Vendredi de 19 h à 19 h 55
Junior 9 et 10 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-01	8 semaines	Samedi de 11 h à 11 h 55
Junior 9 et 10 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 10 h à 10 h 55
Junior 9 et 10 6 à 16 ans	Piscine Sylvie-Bernier (Arrondissement Sainte-Foy–Sillery–Cap-Rouge)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 11 h à 11 h 55

JUNIOR 10

Activité et description	Endroit	Début	Durée	Horaire
Junior 10 6 à 16 ans	École secondaire de La Seigneurie (Arrondissement de Beauport)	22-10-02	8 semaines	Dimanche de 11 h à 11 h 55
Junior 10 6 à 16 ans	Piscine municipale du Bourg-Royal (Arrondissement de Charlesbourg)	22-10-05	8 semaines	Mercredi de 19 h 25 à 20 h 20