

Session Hiver 2026
17 janvier au 22 mars 2026
8 semaines de cours

Palestre de Masson - 75 chemin de Montréal Est

Fourmis 18-36 mois (un parent avec l'enfant) - Mixte

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Lundi	16h30-17h10	163\$	10
Mardi	16h30-17h10	163\$	10
Mercredi	17h-17h40	163\$	10
Mercredi	17h15-17h55	163\$	10
Jeudi	16h30-17h10	163\$	10
Samedi	8h30-9h10	163\$	10
Samedi	8h45-9h25	163\$	10
Samedi	9h15-9h55	163\$	10
Samedi	10h30-11h10	163\$	10
Samedi	10h45-11h25	163\$	10

Coccinelles 3-4 ans (sans parent) - Mixte

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Lundi	16h30-17h20	176\$	8
Lundi	17h15-18h05	176\$	8
Mardi	17h15-18h05	176\$	8
Mardi	17h-17h50	176\$	8
Mercredi	17h-17h50	176\$	8
Jeudi	17h-17h50	176\$	8
Jeudi	17h15-18h05	176\$	8
Samedi	8h30-9h20	176\$	8
Samedi	8h45-9h35	176\$	8
Samedi	9h35-10h25	176\$	8

Sauterelles 4-5 ans - Mixte

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Lundi	17h-18h	190\$	8
Lundi	18h10-19h10	190\$	8
Mardi	17h-18h	190\$	8
Mardi	18h-19h	190\$	8
Mardi	18h10-19h10	190\$	8
Mercredi	17h30-18h30	190\$	8
Jeudi	17h-18h	190\$	8
Jeudi	18h10-19h10	190\$	8
Samedi	8h30-9h30	190\$	8
Samedi	9h25-10h25	190\$	8
Samedi	9h40-10h40	190\$	8
Samedi	10h35-11h35	190\$	8

Chenilles 6-8 ans - Mixte

Niveau 1 à 4

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Lundi	17h-18h30	209\$	10
Mardi	18h35-20h05	209\$	10
Mercredi	17h-18h30	209\$	10
Mercredi	18h35-20h05	209\$	10
Jeudi	17h-18h30	209\$	10
Jeudi	18h-19h30	209\$	10
Samedi	8h30-10h	209\$	10
Samedi	10h05-11h35	209\$	10
Samedi	12h05-13h35	209\$	10

Niveau 4 à 8

Lundi	18h35-20h05	209\$	10
-------	-------------	-------	----

Gymnastique pour Garçons

GARCONS 4-6 ans *** aucun pré-requis

Lundi	17h40-18h40	176\$	8
-------	-------------	-------	---

GARCONS débutant/intermédiaire 6-10 ans *** aucun pré-requis

Lundi	18h45-20h15	209\$	10
-------	-------------	-------	----

Fantastiques 9 ans + / Mixte

Niveau 1 à 8

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Lundi	17h15-19h15	234\$	10
Mercredi	18h30-20h30	234\$	10
Jeudi	18h-20h	234\$	10
Samedi	10h-12h	234\$	10
Samedi	11h40-13h40	234\$	10

Cours pour "Ado" 12 à 16 ans / Mixte

Débutant / Intermédiaire (Niveau 1 à 8)

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Mercredi	18h20-20h20	234\$	10

Gymnastique pour adultes 16 à 99 ans - Mixte

Débutant / Intermédiaire

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Mardi	20h-21h30	209\$	10

Mini-Élite

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
MIXTES Débutant (1) 3-5 ans **doit avoir fait un minium d'une session coccinelle ou sauterelle			
Mardi	17h-18h30	209\$	8
Mercredi	18h-19h30	209\$	8
Samedi	8h30-10h	209\$	8
MIXTES Intermédiaire (2) 4-6 ans **doit avoir fait un minium d'une session mini-élite débutant			
Lundi	17h30-19h30	234\$	8
Jeudi	17h30-19h30	234\$	8
Samedi	10h10-12h10	234\$	8

Élites 4-6 ans - Mixte

(* doit avoir suivi le mini-élite au moins une session)

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Mardi ET	17h45-19h45	426\$	10
Samedi	9h30-11h30		

Gym avancé 7 ans et + / Fille

(*doit avoir réussi le programme niveau 3 ou élite, ou avoir eu une invitation d'un entraîneur)

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Lundi ET	18h30-20h30	426\$	10
Vendredi	17h-19h		
Mardi ET	18h30-20h30	426\$	10
Jeudi	18h30-20h30		

Introduction à la compé 7 ans et + / Fille

(*doit avoir suivi le gym avancé ou élite, ou avoir eu une invitation d'un entraîneur)

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Mercredi ET	17h30-20h30	578\$	10
Samedi	12h05-15h05		
Lundi ET	17h30-20h30	578\$	10
Vendredi	17h30-20h30		

Acrobatie au sol 6-12 ans - Mixte Débutant/Intermédiaire

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Mardi	19h-20h	190\$	10
Mercredi	18h-19h	190\$	10
Samedi	12h45-13h45	190\$	10

Tumbling - 6-12 ans - Mixte Débutant/Intermédiaire

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Jeudi	19h35-20h35	190\$	10
Samedi	13h55-14h55	190\$	10

Lapins : trampoline 6-9 ans - Mixte

Débutant/Intermédiaire

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Mercredi	17h30-18h30	190\$	8

Kangourous : trampoline 10 ans + / Mixte

Débutant/Intermédiaire

Jour	Heure	Prix	Places disponibles
Jeudi	19h35-20h35	190\$	8

Circuits de gymnastique/trampoline sans rendez-vous

enfants 1-15 ans accompagné d'un adulte

Jour	Heure	Prix
Samedi	15h-16h30	15.00\$ / par enfant, payable sur place

Fêtes d'enfants

Jour	Heure	Option	Réservation
Samedi	17h-19h	option 1 ou 2	<i>Sur réservation seulement, contactez le centre pour les dates disponibles / voir site internet section "Autres services" pour informations et détails</i>
Dimanche	13h-15h	option 1 ou 2	
Dimanche	15h30-17h30	option 1 ou 2	

Cliniques Spécialisées - mixte - 7 à 15 ans

Palestre de Masson - 75 chemin de Montréal Est

Inscription par spécialité désirée - 25\$ par clinique par participant

Dates	Heure	Mouvement ciblé	Places disponibles
Lundi 19 janvier	19h-20h	Renversement arrière et avant	10 places par clinique / sur réservation seulement / ***(inscription disponible en ligne jusqu'à la journée avant la clinique)***
Lundi 26 janvier	19h-20h	Flic arrière	
Lundi 2 février	19h-20h	Roue sans main - saut de main sans main	
Lundi 9 février	19h-20h	Salto arrière	
Lundi 16 février	19h-20h	Salto avant	
Lundi 23 février	19h-20h	Flic arrière	
Lundi 9 mars	19h-20h	Roue sans main - saut de main sans main	
Lundi 16 mars	19h-20h	Renversement arrière et avant	

CONGÉS:

7 et 8 février / 2-3-4-5-6-7-8 mars 2026