

MICRO

PROGRAMMATION

AUTOMNE - 2025

WWW.CSCB.ORG



 Centre
sportif et culturel
de Brandon

MICRO-PROGRAMMATION
DUE AUX TRAVAUX DE
RÉNOVATIONS EN COURS



➤ PÉRIODE D'INSCRIPTION ◀
11 SEPTEMBRE AU 2 OCTOBRE 2025

MUNICIPALITÉS MEMBRES



MUNICIPALITÉS PARTENAIRES





Sachez que pour tous les cours en groupe en salle et les cours de mise en forme, il est toujours possible de reprendre un cours manqué, et ce dans n'importe quel cours offert cette session.



COURS DE GROUPE EN SALLE

Session : 11 semaines

Début : 6 octobre au 18 décembre 2025

Endroit : Gym À l'exception de certains cours qui se dérouleront à l'école primaire de la Ville Saint-Gabriel

Tarifs : Inscription à 1 cours

Membre: 126,45\$ | Partenaire : 143,15\$ | Non-membre : 168,45\$

Inscription à 2 cours

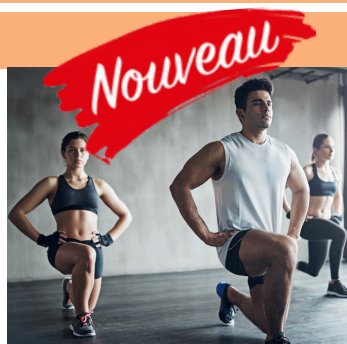
Membre: 227,65\$ | Partenaire : 257,60\$ | Non-membre : 303,20\$

*Taxes incluses

	FullBody Muscu 	Auto défense 	Tonus & stretching au bâton 	Zumba Beach Party 	Zumba fitness 	Strong By ZUMBA 	Cours de spinning
Lundi	13h à 14h avec Faye Masse						11h30 à 12h30 avec Faye Masse 18h à 19h 19h15 à 20h15 avec Carole Pavan
Mardi		19h15 à 20h30 *Lieu: École primaire, Ville Saint-Gabriel avec Maxime Giroux				18h à 19h *Lieu: École primaire, Ville Saint-Gabriel avec Carole Pavan	19h30 à 20h30 avec Carole Pavan
Mercredi				18h à 19h *Lieu: École primaire, Ville Saint-Gabriel avec Carole Pavan	19h15 à 20h15 *Lieu: École primaire, Ville Saint-Gabriel avec Carole Pavan		
Jeudi	9h à 10h avec Faye Masse		10h30 à 11h30 avec Faye Masse				18h à 19h avec Faye Masse

*Notez que certains cours peuvent être annulés, en raison d'un manque d'inscription.

*Possibilité de venir à la carte, en vous procurant la carte Multi-activités. Aussi possible de s'inscrire à un cours, même si la session est déjà débutée.



Pour plus de renseignements, (450) 835-1454, poste 8404.

FULLBODY-MUSCU

Cours en groupe survolant les rudiments de la musculation, en utilisant les machines ou le poids du corps. Un cours travaillé en thématique (super séries, intervalles, tempo, split, etc...). En plus de combiner les bonnes positions, le gainage et la respiration. Le tout avec une approche individuelle!

Session : 11 semaines

Début : 6 octobre au 18 décembre 2025

Quand : Lundi 13h à 14h / Jeudi 9h à 10h

Endroit : Gym

Tarifs

Membre: 126,45\$

Partenaire : 143,15\$

Non-membre : 168,45\$



RABAIS POUR COURS MULTIPLES

Obtenez un rabais de à l'inscription de 2 cours (rabais déjà calculé au tarif indiqué plus haut) et d'un rabais de à l'inscription de 3 cours et plus.

Équipements obligatoires : gant de boxe, hand wrap Mexican, protecteur buccal et corde à sauter. En vente au CSCB.



Il faut ajouter des frais annuels d'affiliation **récréative** de 20\$ valide pour la saison 2025. Les frais annuels d'affiliation **compétitive** sont de 100\$ valide pour la saison 2025.



COURS DE BOXE ADULTE

Cours de boxe pour adulte, sous forme d'abonnement mensuel ou annuel. Tous les abonnements donnent accès au Club de boxe Brandon de façon illimitée, durant toute la durée de l'abonnement, pour les 3 soirs de la semaine.

HORRAIRE DES COURS

LUNDI : 18H À 19H30
MERCREDI : 18H À 19H30
VENDREDI : 18H À 19H30

Essai gratuit!
Informez-vous



TYPE D'ABONNEMENT	MEMBRE	PARTENAIRE	NON-MEMBRE
ABONNEMENT COURS DE BOXE RÉCRÉATIF	1 mois 93.30\$ 3 mois 182.50\$ Année 560.05\$	1 mois 105.75\$ 3 mois 206.90\$ Année 634.75\$	1 mois 124.40\$ 3 mois 243.35\$ Année 746.75\$
ABONNEMENT FORFAIT POUR COMBATTANT Inclus aussi le cours du jeudi du combattant de 17h30 à 19h30 <i>*Prérequis: Évaluation avec l'entraîneur avant l'inscription</i>	1 mois 116.50\$ 3 mois 226.90\$	1 mois 132\$ 3 mois 257.20\$	1 mois 155.30\$ 3 mois 302.55\$
Abonnement annuel combattant : Inclus aussi l'accès au gym	Année 656.65\$	Année 744.20\$	Année 875.50\$

*Les abonnements annuels peuvent être payés en 3 paiements

RÉSERVÉ

**Une section du gym est réservée au Club de boxe Brandon du lundi au vendredi, de 16h à 21h

COURS DE BOXE ENFANT

Quand : Samedi 10h à 11h

Session : 11 semaines

Début : 11 octobre au 20 décembre 2025

Tarifs : Membre: 91,75\$

Partenaire : 104,05\$

Non-membre : 122,35\$



COURS DE BOXE ENFANT FUNBOX COMPÉTITIF

Quand : Jeudi du combattant 17h30 à 19h30
et samedi 10h à 11h

Session : 11 semaines

Début : 9 octobre au 20 décembre 2025

Tarifs : Membre: 144,35\$

Partenaire : 163.60\$

Non-membre : 192,40\$

**Prérequis: Évaluation avec l'entraîneur avant l'inscription*

COURS POUR LES ENFANTS ÂGÉS DE 6 À 10 ANS

Équipements obligatoires : gant de boxe, hand wrap Mexican, protecteur buccal et corde à sauter. En vente au CSCB.



Il faut ajouter des frais annuels d'affiliation **récréative** de 20\$ valide pour la saison 2025. Pour les enfants du **Funbox**, les frais sont de 50\$ valide pour la saison 2025.

GYM ouvert 24/7

Obtenez **20% de rabais** sur les articles d'entraînement sélectionné à la boutique Lefrançois Sports en présentant votre code à barres.



Centre de conditionnement physique



Lefrançois Sports

MEMBRE

PARTENAIRE

NON-MEMBRE

BRONZE

Accès au Centre de conditionnement physique libre



BRONZE/ÉTUDIANT*

Accès au Centre de conditionnement physique libre

**La carte étudiante sera exigée comme preuve de fréquentation scolaire*

ARGENT

Accès au Centre de conditionnement physique libre

1 programme d'entraînement fait par l'entraîneur

10 accès à la piscine, au bain libre en longueur, selon l'horaire

OR

Accès au Centre de conditionnement physique libre

Accès à la salle de spinning

2 programmes d'entraînement faits par l'entraîneur

20 accès à la piscine, au bain libre en longueur, selon l'horaire



JOURNALIER

Accès au Centre de conditionnement physique libre

1 mois 38.65\$
6 mois 113.55\$
Année 170.50\$

1 mois 43.80\$
6 mois 119.50\$
Année 193.15\$

1 mois 51.50\$
6 mois 140.60\$
Année 227.10\$

1 mois 29.60\$
6 mois 85.25\$
Année 141.90\$

1 mois 29.60\$
6 mois 85.25\$
Année 164.55\$

1 mois 29.60\$
6 mois 85.25\$
Année 198.80\$

Année 227.10\$

Année 255.45\$

Année 301\$

Année 340.70\$

Année 386\$

Année 454.25\$

Jour 17\$

Jour 17\$

Jour 17\$



La salle de spinning est maintenant accessible **gratuitement**. Informez-vous lors de votre adhésion.



Inscription pour les 12 à 14 ans avec autorisation parentale. Un adulte doit accompagner l'enfant, en tout temps, dans le gym.

RÉSERVÉ

Une section du gym **est réservée** au Club de boxe Brandon, du lundi au vendredi, de 16h à 21h.

RÉSERVÉ

CARTE MULTI-ACTIVITÉS

Cette carte donne accès aux activités sportives du CSCB (si le cours n'est pas complet).



CARTE 5 COURS : 87,55\$
CARTE 10 COURS : 154,50\$

**Taxes incluses*

La carte Multi-activités vous offre la possibilité de prendre des cours à la carte!

Pour plus de renseignements, (450) 835-1454, poste 8404.