

## Informations importantes

### **Semaine du 21 au 25 août 2023**

- ✓ Adresse de la piscine : Piscine du Centre  
175 rue Ringuet
  
- ✓ Heure d'arrivée : Entre 8h30 et 9h00 au complexe Girardin (805 rue Marchand)  
Heure de fin : 16h00 à la piscine du Centre
  
- ✓ Journée thématique : Mercredi le 23 août  
Thématique bas (les participants devront avoir des bas long et « Funky »)
  
- ✓ Matériel :  
Maillot et serviette  
Matériel aquatique (casque de bain, pince-nez, lunettes)  
Espadrilles et sandales  
Vêtements de sport  
Tapis de yoga  
Élastique de type "Theraband"  
Crème solaire  
Lunch, icepack et plusieurs collations  
BOUTEILLE D'EAU OBLIGATOIRE