


Spring Schedule

April & May 2025

Time	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
06:00				Lane Swim 0600-0800			
07:00		Open Gym 0600-0930		Lane Swim 0600-0800	Wing PT 0630-0715		
08:00	Open Gym 0600-1030	Practice FORCE 0745-830 *1st Tuesday of the Month	Open Gym 0600-1210	Open Gym 0600-1210	WSup PT 0730-0830		
09:00		FORCE Evaluations 0930-1030			Open Gym 0830-1210	Open Gym 0800-1400	Open Gym 0800-1100
10:00		Parent & Tot Swim 1000-1100					
11:00	Active Academy 1030-1130	Open Gym 1030-1210		Lane Swim 1100-1300		Squash Club 1030-1230	
12:00	Open Gym 1130-1300	Strength & Conditioning 1210-1250	Mobility & Core 1210-1250	Strength & Conditioning 1210-1250	Instructors Choice 1210-1250		Badminton 1100-1400
13:00	Strength - Combat Fitness Room 1210-1250 <i>Combat room is closed during class</i>	Strength & Conditioning 1210-1250	2CFFTS PT Gym 1300-1400	2CFFTS PT Squash Courts 1300-1530	2CFFTS PT Gym & Squash Courts 1300-1530		
14:00	2CFFTS PT Gym & Squash Courts 1300-1530	2CFFTS PT Gym & Squash Courts 1300-1530	ATC PT 1400-1515	2CFFTS PT Gym & Squash Courts 1300-1530	2CFFTS PT Gym & Squash Courts 1300-1530		
15:00		Grappling 1515-1700	431 PT 1430-1515	Grappling 1515-1700 *Active Military Only	2CFFTS PT Gym & Squash Courts 1300-1530		
16:00	Tchoukball 1615-1730	Open Gym 1530-1700	Open Gym 1515-1900	Open Gym 1530-1800	Open Gym 1530-1830	Pickleball 1400-1600	Open Gym 1400-1700
17:00		Active Military Only		Open Gym 1630-1800	Open Gym 1600-1800	Open Gym 1600-1700	
18:00	Open Gym 1730-1900	Pickleball 1700-1900			Board Game Night @ The Mess! 18+ 1700-1900	Military PT	Lane Swim
19:00	Squash Club 1900-2100	Badminton 1900-2100	Squash Club 1900-2100	Open Swim 1800-1930	Badminton 1830-2100	Fitness Classes	Open Swim
20:00	Volleyball BASE TEAM Practice 1900-2100		Volleyball BASE TEAM Practice 1900-2100	Volleyball 1900-2100		Recreation Sport	Instructed Classes - Pool
						Recreation Programming	Force Evaluations
						Squash Club	Military Sport


Spaces are unavailable to the public during a class or program

Registration required

Subject to change without notice -- For updates call 306-694-2873 or visit facebook.com/pspmoosejaw

Avril et mai 2025

Calendrier de printemps

Temps	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
06:00		Gymnase ouvert 0600-0930					
07:00		Pratiquez FORCE 0745-830 *1er mardi du mois			Aile PT 0630-0715		
08:00	Gymnase ouvert 0600-1030		Gymnase ouvert 0600-1210	Gymnase ouvert 0600-1210	WSup PT 0730-0830		
09:00		Évaluations FORCE 0930-1030			Gymnase ouvert 0830-1210	Gymnase ouvert 0800-1400	Gymnase ouvert 0800-1100
10h00		Baignade pour parents et enfants 1000-1100					
11h00	Académie active 1030-1130	Gymnase ouvert 1030-1210				Club de squash 1030-1230	
12h00	Gymnase ouvert 1130-1300	Force et conditionnement 1210-1250	Mobilité et noyau 1210-1250	Force et conditionnement 1210-1250	Choix des instructeurs 1210-1250		Badminton 1100-1400
13h00	Force - Salle de fitness de combat 1210-1250 <i>salle de combat fermée pendant les cours</i>		2CFFTS PT 1300-1400	2CFFTS PT terrains de squash 1300- 1530	2CFFTS PT gymnase et terrains de squash 1300-1530		
14h00	2CFFTS PT gymnase et terrains de squash 1300-1530	2CFFTS PT gymnase et terrains de squash 1300-1530	ATC PT 1400- 1515				
15h00		Grappling 1515-1700 * Militaires actifs uniquement	431 PT 1430-1515				
16h00	Tchoukball 1615-1730	Gymnase ouvert 1530-1700	Gymnase ouvert 1530-1900	Grappling 1515-1700 * Militaires actifs uniquement	Gymnase ouvert 1530-1830	Pickleball 1400-1600	Gymnase ouvert 1400-1700
17h00		Pickleball 1700-1900		Gymnase ouvert 1530-1800	Soirée jeux de société au Mess ! 18+ 1700-1900	PT militaire	Nage en couloir
18h00	Gymnase ouvert 1730-1900					Cours de fitness	Nage libre
19h00	Club de squash 1900-2100	Badminton 1900-2100	Club de squash 1900-2100	Basket-ball 1800-2100	Badminton 1830-2100	Sport récréatif	Cours dirigés - Piscine
20h00	Entraînement de l'équipe de base de volley-ball 1900-2100		Entraînement de l'équipe de base de volley-ball 1900-2100			Programmation récréative	Évaluations des forces
						Club de squash	Sport militaire

Club de squash - Situé dans les courts de squash
Nage en couloir, nage libre - Situé dans la piscine

Les espaces ne sont pas disponibles pour le public pendant un cours ou un programme.

inscription obligatoire

This publication was translated using DeepL translator.
Cette publication a été traduite à l'aide du traducteur DeepL.

Sujet à changement sans préavis - Pour les mises à jour, appelez le 306-694-2873 ou visitez facebook.com/pspmoosejaw