

July - Aug 2025 Summer Schedule

Pool Closure Starts
August 10th

Time	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
06:00							
07:00							
08:00	Open Gym 0600-1030	Open Gym 0600-0930	Open Gym 0600-1210	Open Gym 0600-1210			
09:00							
10:00							
11:00	Active Academy 1030-1130						
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							

Lane Swim
0600-0800

Open Gym
0600-1030

Active Academy
1030-1130

Open Gym
1130-1500

WHosp PT
1500-1545

Tchoukball
1615-1730

Open Gym
1730-1900

Squash Club
1900-2100

Volleyball
BASE TEAM
Practice
1900-2100

Open Gym
0600-0930

Practice FORCE
0745-830
*1st Tuesday of the Month

FORCE Evaluations
0930-1030

Open Gym
1030-1210

Strength & Conditioning
1210-1250

Open Gym
1250-1700

Grappling
1515-1700
*Active Military
Only

Pickleball
1700-1900

Badminton
1900-2100

Lane Swim
0600-0800

Open Gym
0600-1210

Mobility & Core
1210-1250

ATC PT
1400-1515

431 PT
1430-1515

Open Gym
1515-1900

Squash Club
1900-2100

Volleyball
1900-2100

Lane Swim
0600-0800

Open Gym
0600-1210

Strength & Conditioning
1210-1250

Open Gym
1300-1500

WHosp PT
1500-1545

Grappling
1515-1700
*Active Military
Only

Basketball
1800-1900

Wing PT
0630-0715

WSup PT
0730-0830

Open Gym
0830-1210

Open Gym
1530-1830

Board Game
Night @ The
Mess! 18+
1700-1900

Badminton
1830-2100

Open Gym
0800-1400

Squash Club
1030-1230

Pickleball
1400-1600

Open Gym
1600-1700

Military PT

Fitness Classes

Recreation Sport

Recreation
Programming

Squash Club

Squash Club - Located in Squash Courts
Lane Swim, Open Swim - Located in Pool

Open Gym
0800-1100

Open Gym
1100-1400

Open Swim
1000-1200

Open Gym
1400-1700

Lane Swim

Open Swim

Instructed Classes
- Pool

Force Evaluations

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

juillet - août 2025

Calendrier d'été

Fermeture de la piscine à
partir du 10 août

Temps	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
06:00		Gymnase ouvert 0600-0930			Aile PT 0630-0715		
07:00		Pratiquez FORCE 0745-830 *1er mardi du mois			WSup PT 0730-0830		
08:00	Gymnase ouvert 0600-1030		Gymnase ouvert 0600-1210	Gymnase ouvert 0600-1210			
09:00		Évaluations FORCE 0930-1030			Gymnase ouvert 0830-1210	Gymnase ouvert 0800-1400	Gymnase ouvert 0800-1100
10h00	Académie active 1030-1130						
11h00		Gymnase ouvert 1030-1210				Club de squash 1030-1230	
12h00		Force et conditionnement 1210-1250	Mobilité et noyau 1210-1250	Force et conditionnement 1210-1250			Badminton 1100-1400
13h00	Gymnase ouvert 1130-1500						
14h00		Gymnase ouvert 1300-1700	ATC PT 1400-1515				
15h00	WHosp PT 1500-1545	Grappling 1515-1700 * Militaires actifs uniquement	431 PT 1430-1515	WHosp PT 1500-1545		Pickleball 1400-1600	
16h00	Tchoukball 1615-1730	Natation libre 1500-1630		Natation libre 1800-1930		Gymnase ouvert 1600-1700	Gymnase ouvert 1400-1700
17h00		Nage en couloir 1630-1800	Gymnase ouvert 1515-1900	Gymnase ouvert 1545-1800	Gymnase ouvert 1530-1830	PT militaire	Nage en couloir
18h00	Gymnase ouvert 1730-1900	Pickleball 1700-1900			Soirée jeux de société au Mess ! 18+ 1700-1900	Cours de fitness	Nage libre
19h00	Club de squash 1900-2100	Entraînement de l'équipe de base de volley-ball 1900-2100	Club de squash 1900-2100	Basket-ball 1800-2100	Badminton 1830-2100	Sport récréatif	Cours dirigés - Piscine
20h00		Badminton 1900-2100	Volleyball 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