



# Falconbridge Wellness Centre

## Program Calendar

(September 2025 to June 2026)

START TIME	END TIME	LOCATION	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
8:30 a.m.	10 a.m.	Gym	Open Sport	Open Sport	Open Sport	Open Sport	Open Sport	
10 a.m.	12 p.m.	Gym	Indoor Walking	Pickleball	Indoor Walking	Pickleball	Pickleball	Pickleball (Starts 10:15 am)
12 p.m.	1 p.m.	Gym					Indoor Walking	
12 p.m.	1:45 p.m.	Gym						Pickleball
1 p.m.	3 p.m.	Gym	Open Sport	Pickleball	Open Sport	Pickleball		
3 p.m.	5 p.m.	Gym	Open Sport	Open Sport	Open Sport	Open Sport		
5 p.m.	7 p.m.	Gym	Basketball	Open Sport (ends at 6:30 pm)	Basketball	Open Sport (ends at 6:30 pm)		
7 p.m.	8:30 p.m.	Gym	Pickleball	Yoga*	Pickleball	Yoga*		
6:15 p.m.	7 p.m.	Upper Level	Tae Kwon Do * (6 to 9 years)		Tae Kwon Do* (6 to 9 years)			
7:15 p.m.	8 p.m.	Upper Level	Tae Kwon Do* (10 + years)		Tae Kwon Do* (10 + years)			
8:15 p.m.	9 p.m.	Upper Level	Tae Kwon Do* (Women 18+)		Tae Kwon Do* (Women 18+)			

*Open sport included with day pass or 10, 20 or 30-visit sport membership.  
Subject to change with notice*

*\*Yoga and Tae Kwon not included with membership.  
Registration and fee apply.*

*For more information, contact [parcs.recreation@greatersudbury.ca](mailto:parcs.recreation@greatersudbury.ca) or 705-674-4455 x5810*

### Workout Centre Hours (September to June)

**Monday - Thursday** 8 a.m. to 9 p.m.  
**Friday** 8 a.m. to 1 p.m.  
**Saturday** 10 a.m. to 2 p.m.  
**Sunday** Closed

### Workout Centre Hours (July & August)

**Monday & Wednesday** 7 a.m. to 11 a.m.  
 6 p.m. to 9 p.m.  
**Tuesday & Thursday** 8 a.m. to 1 p.m.  
**Friday, Saturday, Sunday** Closed

## Falconbridge Wellness Centre

### Calendrier des programmes (De septembre 2025 à juin 2026)

DÉBUT	FIN	LIEU	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
8 h 30	10 h	Gymnase	Sport ouvert	Sport ouvert	Sport ouvert	Sport ouvert	Sport ouvert	
10 h	12 h	Gymnase	Marche intérieure	Pickleball	Marche intérieure	Pickleball	Pickleball	Pickleball (Commence à 10 h 15)
12 h	13 h	Gymnase	X	X	X		Marche intérieure	X
12 h	13 h 45	Gymnase	X	X	X	X	X	Pickleball
13 h	15 h	Gymnase	Sport ouvert	Pickleball	Sport ouvert	Pickleball	X	X
15 h	17 h	Gymnase	Sport ouvert	Sport ouvert	Sport ouvert	Sport ouvert	X	X
17 h	19 h	Gymnase	Basketball	Sport ouvert (avant 18h30)	Basketball	Sport ouvert (avant 18h30)	X	X
19 h	20 h 30	Gymnase	Pickleball	Yoga*	Pickleball	Yoga*	X	X
18 h 15	19 h	Étage supérieur	Taekwondo* (6 à 9 ans)	X	Taekwondo* (6 à 9 ans)	X	X	X
19 h 15	20 h 30	Étage supérieur	Taekwondo* (10 à 12 ans)	X	Taekwondo* (10 à 12 ans)	X	X	X
20 h 15	21 h	Étage supérieur	Taekwondo* (Adultes et ados)	X	Taekwondo* (Adultes et ados)	X	X	X

*Les séances sportives libres sont comprises dans les laissez-passer d'un jour et les la carte à perforer de 10, 20 ou 30 visites. Pourrait changer sans préavis.*

*\*Les cours de yoga et de taekwondo ne sont pas compris dans l'abonnement. Une inscription et un paiement sont requis.*

**Renseignements additionnels : [parks.recreation@greatersudbury.ca](mailto:parks.recreation@greatersudbury.ca) ou 705 674-4455 x5810**

#### Heures du centre (septembre à juin)

**Du lundi au jeudi** de 8 h à 21 h  
**Vendredi** de 8 h à 13 h  
**Samedi** de 10 h à 14 h

#### Heures du centre (juillet et août)

**Lundi et mercredi** de 7 h à 11 h  
de 18 h à 21 h  
**Mardi et jeudi** de 8 h à 13 h

**Dimanche**

Fermé

**Vendredi, samedi, dimanche**

Fermé