



LOISIRS, CULTURE ET VIE COMMUNAUTAIRE

ACTIVITÉS LINGUISTIQUES ET DANSE

Espagnol – niveau débutant 1 / 10 cours AVEC ANIBAL ARELLANO

QUAND : Les samedis de midi à 13 h 30
DU : 3 octobre au 5 décembre 2020
LIEU : Salle Émerie-Lapointe

TARIF : Résident : 150 \$ / pers. – Non-résident : 195 \$ / pers.



Espagnol – niveau débutant 2 / 10 cours AVEC ANIBAL ARELLANO

QUAND : Les samedis de 10 h 30 à midi
DU : 3 octobre au 5 décembre 2020
LIEU : Salle Émerie-Lapointe

TARIF : Résident : 150 \$ / pers. – Non-résident : 195 \$ / pers.



Danse hip hop pour enfants de 2 à 5 ans / 12 cours AVEC ÉMILIE WILLIAMS

Les enfants travailleront leur motricité globale par l'apprentissage ludique d'une série de mouvements. Travaille la musicalité, l'éveil à la rythmique, l'amplitude du mouvement, sollicite l'imagination, stimule le langage et le travail d'équipe, le tout dans un environnement sans jugement et respectant le développement des enfants.

QUAND : Les lundis de 18 h 15 à 19 h
DU : 14 septembre au 7 décembre 2020 – Relâche le 12 octobre
LIEU : Salle Émerie-Lapointe
TARIF : Résident : 65 \$ / pers. – Non-résident : 85 \$ / pers.
Maximum de 9 participants



Danse hip hop pour enfants de 6 à 12 ans / 12 cours AVEC ÉMILIE WILLIAMS

Chaque semaine, les élèves seront amenés à découvrir cette danse urbaine, qui vise le développement du corps et le perfectionnement de la coordination.

QUAND : Les lundis de 19 h 15 à 20 h
DU : 14 septembre au 7 décembre 2020 – Relâche le 12 octobre
LIEU : Salle Émerie-Lapointe
TARIF : Résident : 65 \$ / pers. – Non-résident : 85 \$ / pers.
Maximum de 12 participants



Danse pour adultes 18 ans et plus / 12 cours AVEC ÉMILIE WILLIAMS

10 styles de danses différents. Session atelier Drop-in. Jazz, contemporain, moderne, hip-hop, comédie musicale, heels, etc. Sans jugement et surtout dans le plaisir. La danse est un antistress naturel, excellent pour la mise en forme et la coordination.

QUAND : Les lundis de 20 h 15 à 21 h 15
DU : 14 septembre au 7 décembre 2020 – Relâche le 12 octobre
LIEU : Salle Émerie-Lapointe
TARIF : Résident : 100 \$ / pers. – Non-résident : 130 \$ / pers.
Maximum de 6 participants



Danse créative pour enfants de 2 à 5 ans / 12 cours AVEC ÉMILIE WILLIAMS

Chaque semaine, les élèves seront amenés à travailler leur motricité globale par l'apprentissage ludique d'une série de mouvements. Travaille la musicalité, l'éveil à la rythmique, l'amplitude du mouvement, sollicite l'imagination, stimule le langage et le travail d'équipe, le tout dans un environnement sans jugement et respectant le développement des enfants.

QUAND : Les jeudis de 18 h 15 à 19 h
DU : 17 septembre au 3 décembre 2020
LIEU : Salle Émerie-Lapointe
TARIF : Résident : 65 \$ / pers. – Non-résident : 85 \$ / pers.
Maximum de 9 participants



Danse spécialisée comédie musicale pour enfants de 6 à 12 ans / 12 cours AVEC ÉMILIE WILLIAMS

Mimiques, danse, personnages, accessoires. Programme de danse du style Broadway. Les élèves seront amenés à apprendre une série de mouvements tout en incarnant des rôles précis. Travaille la rythmique, l'attitude et les expressions faciales. La comédie musicale est une spécialité à découvrir!

QUAND : Les jeudis de 19 h 15 à 20 h 15
DU : 17 septembre au 3 décembre 2020
LIEU : Salle Émerie-Lapointe
TARIF : Résident : 85 \$ / pers. – Non-résident : 110 \$ / pers.
Maximum de 12 participants



ACTIVITÉS DE MISE EN FORME POUR TOUS

Mise en forme / 12 semaines AVEC JANET OLSEN

QUAND : Les lundis et les mercredis de 19 h 15 à 20 h 15
DU : 14 septembre au 7 décembre 2020
Relâche le 12 octobre
LIEU : Centre communautaire
TARIF 1 FOIS / SEMAINE : Résident : 72 \$ / pers.
Non-résident : 95 \$ / pers.
TARIF 2 FOIS / SEMAINE : Résident : 120 \$ / pers.
Non-résident : 155 \$ / pers.



Yoga / 10 cours AVEC STÉPHANIE SOFIO

QUAND : Les mardis de 19 h à 20 h
DU : 15 septembre au 1 décembre 2020 – Pas de cours le 13 octobre, le 10 novembre et le 8 décembre 2020
LIEU : Centre communautaire
TARIF : Résident : 80 \$ / pers. – Non-résident : 105 \$ / pers.



ZUMBA / 12 COURS AVEC CYNTHIA LEGRIS

QUAND : Les jeudis de 19 h à 20 h
DU : 17 septembre au 3 décembre 2020
LIEU : Centre communautaire
TARIF : Résident : 96 \$ / pers. – Non-résident : 125 \$ / pers.



BADMINTON ET PICKLEBALL POUR TOUS

2 TERRAINS DISPONIBLES - BADMINTON / 1 TERRAIN DISPONIBLE - PICKLEBALL

DU : 14 septembre au 12 novembre 2020
LIEU : Centre communautaire
TARIF : Résident : Gratuit – Non-résident : 5 \$ / pers.
BADMINTON : lundis et mercredis
DE : 16 h à 17 h – 17 h à 18 h
PICKLEBALL : mardis et jeudis - Pas disponible le 13 octobre et le 10 novembre 2020
DE : 13 h à 14 h – 14 h à 15 h – 15 h à 16 h – 16 h à 17 h
RÉSERVATION : au 450 632-9528, poste 229



La distanciation physique de 2 mètres de même que les mesures d'hygiène sont maintenues, mais il est dorénavant possible de s'entraîner à 4 par terrain en évitant, dans la mesure du possible, tout contact.

PROGRAMME STRIDER SCHOOL / 4 COURS

AVEC MINI RIDERS CLUB

Groupe Mini (2-3 ans) et Groupe Riders (4-5 ans)
Le programme comporte des volets éducatifs adaptés aux âges et au niveau des enfants : habilités de base pour être la toute première expérience d'un jeune enfant avec un vélo (équilibre et coordination), techniques de cours destinées à donner aux tout-petits une initiation à la compétition.
QUAND : Les samedis 12, 19 et 26 septembre et le 3 octobre 2020 de 9 h à 9 h 45 (groupe Mini) et de 10 h à 10 h 45 (groupe Riders)
LIEU : Piste Pumptrack (à l'arrière de l'église)
TARIF : Résident : 85 \$ / pers. – Non-résident : 110 \$ / pers.
Les enfants doivent apporter leur vélo d'équilibre, casque, protection pour genoux et coudes. Les gants sont recommandés. Un parent doit accompagner l'enfant pendant les séances.



ACTIVITÉS DE LA CITÉ MOBILE

En raison de la COVID-19, toutes les activités de loisirs de la Cité Mobile sont suspendues jusqu'au nouvel ordre.

