

**PROGRAMMATION DES ACTIVITÉS CULTURELLES ET RÉCRÉATIVES HIVER 2019**

**LUNDI**

**PEINTURE À L'HUILE\***  
(activité libre)

Heure : 9 h à 15 h  
Où : salle communautaire Sainte-Julienne-En-Haut  
Dates : 7 janvier au 6 mai (aux 2 semaines)  
Tél. : 450 834-3722  
Inscription : Diane Lamarre  
[dianelamarre@videotron.ca](mailto:dianelamarre@videotron.ca)

**LA TROUPE JEZZ**

(multidanse)  
Heure : 17 h 30 à 21 h 10 (cours de 50 minutes)  
Coût : 130 \$ / 14 cours  
Où : Salle communautaire Sainte-Julienne-En-Haut  
Dates : 14 jan. au 22 avril  
Info : Jessica Belley  
f École de danse La troupe JEZZ  
**Inscription Sport-Plus**



**BALADI** (enfant)

Heure : 18 h à 19 h  
Coût : 100 \$ / 10 semaines  
Où : Salle de danse (École Havre-Jeunesse)  
Dates : 11 mars au 20 mai  
Info : Yanet Rodriguez  
Tél. : 450 834-5035  
[lesnuitsdarabie.com](http://lesnuitsdarabie.com)  
**Inscription Sport-Plus**

**BADMINTON LIBRE\***

Heure : 18 h à 19 h 45  
Où : École Havre-Jeunesse  
Dates : 14 janvier au 6 mai  
Réservation obligatoire



**MUSCULATION\***

Heure : 18 h à 21 h 30  
Où : Salle de musculation (École Havre-Jeunesse)  
Dates : 14 janvier au 6 mai



**COURS DE DESSIN ET DE BANDE-DESSINÉE**

Heure : 19 h à 21 h  
Coût : 150 \$ / 6 cours (aux 2 semaines)  
Où : Biblio. Gisèle Paré  
Dates : 28 janvier au 8 avril  
Info : Jean-Pierre Veillet  
Tél. : 450 836-2110  
Min : 4 pers. | Max. : 9 pers.  
**Inscription Sport-Plus**



**HOCKEY COSOM**

(étudiants et adultes)  
Heure : 20 h à 21 h 30  
Coût : 20 \$ / 15 semaines (adultes)  
10\$ / 15 semaines (étudiants 14 ans et plus)  
Où : École Havre-Jeunesse  
Dates : 14 janvier au 6 mai  
Port des lunettes fortement recommandé  
**Inscription Steve Lespérance**



**MARDI**

**YOGA** (Julien)  
Heure : 9 h à 10 h 30  
Coût : 130 \$ / 13 semaines  
Où : Salle communautaire Sainte-Julienne-En-Haut  
Dates : 15 janvier au 16 avril  
Min : 10 pers. | Max. : 24 pers.  
**Inscription Sport-Plus**

**COURS D'ESPAGNOL DÉBUTANT**

Heure : 19 h à 20 h 30  
Coût : 120 \$ / 10 semaines  
Cahier d'exercices «Pensar y aprender» 22 \$ en sus  
Où : École des Virevents  
Dates : 29 janvier au 9 avril  
Min : 8 pers. | Max. : 12 pers.  
Info : Nathalie Sheridan  
Tél. : 514 430-7818  
[sheridan.nathalie@gmail.com](mailto:sheridan.nathalie@gmail.com)  
**Inscription Sport-Plus**

**MUSCULATION\***

(voir détails du lundi)  
Dates : 15 janvier au 7 mai

**ZUMBA TONING**

Heure : 19 h 15 à 20 h 15  
Coût : 127 \$ / 13 semaines  
Où : École des Boutons d'Or  
Dates : 15 janvier au 16 avril  
Maximum : 30 personnes  
**Inscription Sport-Plus**

**ABDOS-FESSES**

Heure : 20 h 20 à 20 h 50  
Coût : 60 \$ / 13 semaines  
Où : École des Boutons d'Or  
Dates : 15 janvier au 16 avril  
Min. : 8 pers. | Max. : 30 pers.  
**Inscription Sport-Plus**

**SPINNING** (Christel)

Heure : 19 h 30 à 20 h 30  
Coût : 65 \$ / 10 semaines  
Où : École Havre-Jeunesse  
Dates : 15 jan. au 26 mars  
Places limitées  
**Inscription Sport-Plus**

**MERCREDI**

**BALLON-BALAI ENFANT\***  
Heure : 18 h à 19 h  
Où : Patinoire du parc Quatre-vents  
Dates : 16 jan. au 27 fév.



**BADMINTON LIBRE\***

Heure : 18 h à 21 h 30  
Où : École Havre-Jeunesse  
Dates : 16 janvier au 8 mai  
Réservation obligatoire

**TENNIS**

(PARENT/ENFANT 3-7ANS)  
Tennis évolution  
Heure : 17 h à 18 h  
Coût : 83 \$ / 8 semaines pour le duo  
Où : École des Virevents  
Dates : 16 jan. au 13 mars



**MINI-TENNIS** (5-8 ANS)

Heure : 18 h à 19 h  
Coût : 83 \$ / 8 semaines  
Où : École des Virevents  
Dates : 16 jan. au 13 mars

**DÉBUTANT** (9-16 ANS)

Heure : 19 h à 20 h  
Coût : 83 \$ / 8 semaines  
Où : École des Virevents  
Dates : 16 jan. au 13 mars  
**Inscription Sport-Plus**

**DU 7 JANVIER AU 30 MAI 2019**

**MUSCULATION\***

(voir détails du lundi)  
Dates : 16 janvier au 8 mai

**MÉDITATION** (Julien)

Heure : 17 h 30 à 18 h 30  
Coût : 130 \$ / 13 semaines  
Où : École des Virevents  
Dates : 16 janvier au 17 avril  
**Inscription Sport-Plus**



**SOCCER INTÉRIEUR\***

Heure : 19 h 30 à 20 h 30  
Où : École secondaire Havre-Jeunesse  
Dates : 16 janvier au 8 mai



**JEUDI**

**CARDIO-TRAÎNEAU** (Marjolaine)  
Heure : 10 h 15 à 11 h 15  
Coût : 80 \$ / 10 semaines  
Où : Réserve Naturelle Beauréal 2777-A Ch. McGill  
Dates : 17 jan. au 21 mars  
**Inscription Sport-Plus**

**VOLLEY BALL\***

Heure : 18 h à 20 h  
Où : École Havre-Jeunesse  
Dates : 17 janvier au 9 mai



**KARATÉ**

Heure : 18 h 30 et 19 h 45  
Coût : 50 \$ / 18 semaines  
Où : Salle communautaire Sainte-Julienne-En-Haut  
Dates : 10 janvier au 30 mai  
Info : Soeur Chantal  
Tél. : 450 865-0624

**BADMINTON LIBRE\***

Heure : 18 h à 21 h 30  
Où : École Havre-Jeunesse  
Dates : 17 janvier au 9 mai  
Réservation obligatoire

**MUSCULATION\***

(voir détails du lundi)  
Dates : 17 janvier au 9 mai

**YOGA** (Alysson)

Heure : 18 h 15 à 19 h 30  
Coût : 100\$ / 12 semaines  
Où : École Havre-Jeunesse  
Dates : 17 janvier au 11 avril  
Min. : 10 pers. | Max. : 20 pers.  
**Inscription Sport-Plus**

**TAI CHI CHUAN**

Heure : 19 h 30 à 20 h 30  
Coût : 100 \$ / 10 semaines  
Où : École Havre-Jeunesse  
Dates : 17 jan. au 28 mars  
Info : Alain Hébert  
Tél. : 450 588-0351  
**Inscription Sport-Plus**



**SAMEDI**

**GYM DANSE 1** (Isaline)  
Âge : 3 ans et +  
Heure : 9 h 30 à 10 h 30  
Coût : 60 \$ / 10 semaines  
Où : École Havre-Jeunesse  
Dates : 26 janvier au 6 avril  
Min. : 5 enf. | Max. : 15 enf.  
**Inscription Sport-Plus**

**DIMANCHE**

**INITIATION AU HOCKEY GLACE** (débutant)

Âge : 4 ans et +  
Heure : 9 h 30 à 10 h 30  
Coût : 40 \$ / 7 semaines  
Où : Patinoire du Parc Quatre-vents  
Dates : 13 jan. au 24 fév.  
Min. : 5 enf. | Max. : 15 enf.  
Matériel obligatoire (Casque, patin, bâton)  
**Inscription Sport-Plus**



**INSCRIPTIONS**

**Résidents : 7 au 20 janvier 2019**  
**Non-résidents : 10 au 20 janvier 2019**

**Inscription via Sport-Plus** en ligne sur [sainte-julienne.com](http://sainte-julienne.com)

**Pour information sur toutes ces activités**

Steve Lespérance, Technicien en loisirs  
Municipalité : 450 831-2688, poste 7171  
Soir (école) : 450 758-3744, poste 24440  
Courriel : [steve.lesperance@sainte-julienne.com](mailto:steve.lesperance@sainte-julienne.com)

Nouvelle politique : Les remboursements se font uniquement sur présentation d'un billet médical.

\* Résidents : gratuit (preuve de résidence obligatoire)  
Non-résidents : 4 \$ / soirée ou 60 \$ / session