

ACTIVITÉS CULTURELLES ET RÉCRÉATIVES PRINTEMPS-ÉTÉ 2023

INSCRIPTIONS

- 📅 20 mars au 2 avril (résidents)
- 📅 3 avril au 5 avril (non-résidents)
- 📄 Inscription via Sport-Plus 🌐 sainte-julienne.com

POUR INFORMATION SUR TOUTES CES ACTIVITÉS

- 👤 Sabrina Desrochers, technicienne en loisirs
- ☎ 450 831-2688, poste 7171
- ✉ sabrina.desrochers@sainte-julienne.com

LÉGENDE

- 🕒 Durée
- 🕒 Jour / heure
- 📅 Date
- 📍 Endroit
- 💰 Coût
- ✍ Inscription requise
- 👤 Personne responsable
- ☎ Téléphone
- @ Courriel
- 📄 Page Facebook
- 🌐 Site Internet
- 👥 Participants
- ⊕ Infos supplémentaires

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

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

AVIS IMPORTANT

En cas de pluie, les cours à l'extérieur seront remis à la fin de la session. Si le minimum d'inscription n'est pas atteint, le cours sera annulé et vous serez remboursé.

ACTIVITÉS CULTURELLES ADULTE/ADO

PEINTURE À L'ACRYLIQUE

- 🕒 2 h 30 / 6 semaines
- 🕒 Mercredi de 19 h à 21 h 30 | 📅 3 mai au 7 juin
- 📍 2^e étage / Loisirs Sainte-Julienne En-Haut
- 💰 120 \$ pour les adultes / 90 \$ pour les 8-17 ans
- 👤 Suzanne Labrosse
- ☎ 514 622-0364
- ✉ slabrosse@videotron.ca
- 👥 Minimum 4 / maximum 8
- ⊕ Matériel non-inclus

INITIATION À LA DENTELLE AUX FUSEAUX

NOUVEAUTÉ!

- 🕒 3 h / 2 semaines
- 🕒 Samedi de 9 h à 12 h | 📅 6 et 13 mai
- 📍 Bibliothèque Gisèle-Paré
- 💰 50 \$ | 👤 Véronique Louppe
- 👥 Minimum 5 / maximum 8

ABC DU JARDINAGE

- 🕒 3 h / 2 semaines
- 🕒 Mercredi de 9 h à midi
- 📅 Groupe 1 : 5 avril¹ & 19 avril²
- 📅 Groupe 2 : 3 mai¹ & 17 mai²
- 📍 Bibliothèque Gisèle-Paré
- 💰 125 \$ par personne
- 👤 Edith Lachapelle
- 🌐 afleurdepot-ail.ca
- 👥 Minimum 5 / Âge : 14 ans et plus

- Partie théorique couvrant toutes les techniques du jardinage biologique
- Partie pratique couvrant les semis, bouture, taille, plantation (matériel inclus et vous repartez avec vos produits)

ACTIVITÉS SPORTIVES ADULTE/ADOS

BOOTCAMP

- 🕒 45 minutes / 10 semaines
- 🕒 Jeudi de 18 h 30 à 19 h 15
- 📅 13 avril au 15 juin
- 📍 Gymnase / École des Boutons d'or
- 💰 160 \$ | 👤 Amélie Roy
- ☎ 450 365-5766
- ✉ lecozycomptoir@hotmail.com

SÉMINAIRE AUTODÉFENSE (FEMMES SEULEMENT)

NOUVEAUTÉ!

- 🕒 3 h / 1 séance intensive
- 🕒 Samedi de 14 h à 17 h | 📅 27 mai
- 👤 Lucien Crelier (Krav-Maga)
- 📍 Gymnase / École secondaire du Havre-Jeunesse
- 💰 65 \$ | 👥 Minimum 10 / maximum 25



ENTRAÎNEMENT EXTÉRIEUR

NOUVEAUTÉ!

- 🕒 1 h / 6 semaines
- 🕒 Mercredi de 10 h à 11 h
- 📅 14 juin au 19 juillet
- 📍 Extérieur / Parc Joseph-Édouard-Beaupré
- 💰 115 \$ | 👥 Minimum 6 | ⊕ En Corps

CARDIO-VITALITÉ / POUSETTE

- 🕒 1 h
- 🕒 Mardi et jeudi de 9 h à 10 h
- 📍 Réserve naturelle Beauréal
- ☎ 438 396-2610
- ⊕ cardiopleinair.ca

COURS DE TENNIS DÉBUTANT ADULTE

- 🕒 1 h / 6 semaines
- 🕒 Samedi de 12 h 30 à 13 h 30
- 📅 6 mai au 10 juin
- 📍 Terrain de tennis / Parc Quatre-vents
- 💰 60 \$
- 👥 Minimum 4 / maximum 10
- ⊕ Tennis Évolution

ZUMBA

- 🕒 1 h / 8 semaines
- 🕒 Mardi de 19 h 15 à 20 h 15
- 📅 9 mai au 28 juin
- 📍 Extérieur / École secondaire du Havre-Jeunesse
- 💰 95 \$
- 👤 Claudie Chabot-Reid
- 👥 Minimum 16 / maximum 30

YOGA EXTÉRIEUR

- 🕒 1 h / 6 semaines
- 🕒 Mercredi de 18 h à 19 h
- 📅 7 juin au 26 juillet / congé le 28 juin et le 5 juillet
- 📍 Domaine Patenaude, rue Jean-Paul
- 💰 72 \$
- 👤 Alysson Martel
- 👥 Minimum 8

MÉDITATION EXTÉRIEURE

- 🕒 1 h / 6 semaines
- 🕒 Mercredi 19 h 15 à 20 h 15
- 📅 7 juin au 26 juillet / congé les 28 juin et le 5 juillet
- 📍 Domaine Patenaude, rue Jean-Paul
- 💰 72 \$
- 👤 Alysson Martel
- 👥 Minimum 8

TAI CHI CHUAN

- 🕒 1 h / 10 semaines
- 🕒 Jeudi de 19 h à 20 h
- 📅 13 avril au 15 juin
- 📍 Salle des miroirs / École secondaire du Havre-Jeunesse
- 💰 100 \$
- 👤 Alain Hébert
- 👥 Minimum 5 / maximum 10

ACTIVITÉS JEUNESSE

COURS DE PLANCHE À ROULETTE

- 🕒 1 h / 8 semaines
- 🕒 Samedi de 18 h à 19 h
- 📅 29 avril au 17 juin
- 📍 Skate-park / Parc Quatre-vents
- 💰 160 \$ | 👥 Minimum 3 / maximum 8
- ⊕ Atlas Proshop

COURS DE TENNIS PARENTS-ENFANTS / 3 À 5 ANS

- 🕒 1 h / 6 semaines
- 🕒 Samedi de 9 h à 10 h
- 📅 6 mai au 10 juin
- 📍 Terrain de tennis / Parc Quatre-vents
- 💰 60 \$ le duo
- 👥 Minimum 4 / maximum 10
- ⊕ Tennis Évolution

COURS DE MINI TENNIS / 5 À 8 ANS

- 🕒 1 h / 6 semaines
- 🕒 Samedi de 10 h à 11 h
- 📅 6 mai au 10 juin
- 📍 Terrain de tennis / Parc Quatre-vents
- 💰 60 \$
- 👥 Minimum 4 / maximum 10
- ⊕ Tennis Évolution



COURS DE TENNIS DÉBUTANT JUNIOR / 9 À 15 ANS

- 🕒 1 h / 6 semaines
- 🕒 Samedi de 11 h à 12 h
- 📅 6 mai au 10 juin
- 📍 Terrain de tennis / Parc Quatre-vents
- 💰 60 \$
- 👥 Minimum 4 / maximum 10
- ⊕ Tennis Évolution

COURS DE DESSIN 7 ANS ET +

- 🕒 1 h 50 / 6 semaines
- 🕒 Mardi de 18 h à 19 h 50
- 📅 9 mai au 13 juin
- 👤 Jean-Pierre Veillet
- 📍 Bibliothèque Gisèle-Paré
- 💰 180 \$
- 👥 Minimum 4 / Maximum 8