

ACTIVITÉS ADOLESCENTS / ADULTES

ARTS PLASTIQUES

Dessin *
16 ans et +
Lundi de 18 h 30 à 20 h
Maison du brasseur
(Atelier de peinture)
90 \$

Peinture Adulte *

17 ans et +
Jeudi 9 h à 12 h ou 13 h à 16 h
Maison du brasseur
(Atelier de peinture)
220 \$

COURS DE LANGUES

Cours d'anglais conversation dynamique *
débutant et intermédiaire
18 ans et +
Mercredi 18 h à 19 h 30 (déb.)
Mercredi 19 h 45 à 21 h 15 (interm.)
Collège Ste-Anne
Samedi 14 h 30 à 16 h (déb.)
Samedi Centre Albert-Gariépy
Hiver-Printemps 239 \$

Cours d'Espagnol *
débutant | intermédiaire | conversation
16 ans et +
Lundi 19 h à 21 h (déb.)
Mercredi 19 h à 21 h (interm.)
Jeudi 19 h à 21 h (conversation)
Collège Ste-Anne
160 \$

DANSES

Ballet classique et danse contemporaine *
16 ans et +
Lundi au jeudi 16 h 45 à 21 h 30
Maison du brasseur, salon C et D
Selon le niveau

Danse Latine en duo (Salsa-Batchata-Cumbia) *
18 ans et +
Mercredi 19 h 45 à 21 h 15
Collège Ste-Anne, studio 3
150 \$ - À la carte 20 \$

Kizomba débutant *
18 ans et +
Jeudi 19 h 45 à 21 h
Collège Ste-Anne, studio 3
120 \$ - À la carte 20 \$

CARDIO MOUVEMENTS

Danse Fit *
16 ans et +
Mardi 19 h 45 à 20 h 45
Collège Ste-Anne, studio 3
80 \$ - À la carte 10 \$

Cardio Tae Boxe *
16 ans et +
Jeudi 18 h 30 à 19 h 30
Collège Ste-Anne, studio 3
80 \$ - À la carte 10 \$

Djamboola Fitness *
16 ans et +
Mardi 18 h 30 à 19 h 30
Collège Ste-Anne, studio 3
80 \$ - À la carte 10 \$

Zumba Fitness *
16 ans et +
Lundi 19 h 15 à 20 h 15
Mercredi 18 h 30 à 19 h 30
Collège Ste-Anne, studio 3
80 \$ 1/semaine - 144 \$ 2/semaine

Body Toning *
16 ans et +
Lundi 18 h à 19 h
Collège Ste-Anne, Studio 3
80 \$ - À la carte 10 \$



ACTIVITÉS ADOLESCENTS / ADULTES

LOISIRS

Club de jeux d'échecs *
16 ans et +
Vendredi de 18 h 30 à 21 h 30
Centre Albert-Gariépy,
locaux 107-109
35 \$ - À la carte 5 \$

Email sur cuivre
18 ans et +
Mardi 9 h à 16 h
Centre Albert-Gariépy, local 117
Résidents : 25 \$
Non résidents : 35 \$

Volley-ball libre *
16 ans et +
Mardi 18 h 45 à 20 h 15
Collège St-Louis, gymnase
100 \$ - À la carte 10 \$

MISE EN FORME & BIEN ÊTRE

Barre au sol et yoga danse réparateur *
16 ans et +
Mercredi 18 h 30 à 19 h 30
Collège Ste-Anne, studio 2
80 \$ - À la carte 10 \$

Initiation et/ou pratique de la méditation pleine conscience
16 ans et +
Initiation (niveau 1)
Lundi 13 h à 14 h 30
Mercredi 19 h à 20 h 30
Pratique (niveau 2)
Mardi 19 h à 20 h 30
Centre Albert-Gariépy, local 205
1/semaine 50 \$ - 2/semaine 90 \$
À la carte 5 \$



Marche nordique et ballon
18 ans et +
Mercredi et/ou Vendredi 9 h à 10 h
Maison du brasseur, salon C
1/semaine 49 \$ - 2/semaine 83 \$
À la carte 5 \$

Taichi *
débutant et intermédiaire
18 ans et +
Lundi 19 h 30 à 20 h 30 (débutant)
Centre communautaire Saint-Pierre
Jeudi 19 h 30 à 20 h 30 (inter.)
Collège Ste-Anne, studio 2
80 \$ - À la carte 10 \$

Pilates *
16 ans et +
Lundi et/ou mercredi 19 h 30 à 20 h 30
Collège Ste-Anne, studio 2
1/semaine 80 \$ - 2/semaine 144 \$
À la carte 10 \$

Power yoga débutant *
16 ans et +
Mardi 19 h à 20 h
Collège Ste-Anne, Studio 2
80 \$ - À la carte 10 \$

Yoga combiné (Hatha-Raja-Iyengar-Nidra) débutant et intermédiaire
16 ans et +
Mardi 19 h à 20 h 30 (débutant)
Mercredi 19 h à 20 h 30 (inter)
Centre Albert-Gariépy, local 203
80 \$ - À la carte 10 \$

Yoga Yin-Yang *
16 ans et +
Jeudi 19 h à 20 h
Centre Albert-Gariépy, local 216
1/semaine 80 \$ - 2/semaine 144 \$
À la carte 10 \$

MUSIQUE

Piano
16 ans et +
Mardi ou mercredi
Entre 15 h 30 et 21 h
Centre Albert-Gariépy, studio 10

30 min : 25 \$
45 min : 36,5 \$
60 min : 46,5 \$

Violon
16 ans et +
Lundi, mardi ou jeudi
Entre 15 h 30 et 21 h 30
Centre Albert-Gariépy, studio 2

30 min : 25 \$
45 min : 36,50 \$
60 min : 46,50 \$

* les cours peuvent être donnés en français et en anglais.

Pour tout nouveau participant référé s'inscrivant à une session, bénéficiez d'un crédit de 10\$ sur votre prochaine inscription!