

Activité	âge	jour	heure	début	fin	Congés	lieu	local	prix	Prof	info	
<b>ESPACE FAMILLE</b>												
<b>Ateliers éducatifs &amp; Ludiques</b> (Prog. du ministère)	<b>Atelier d'éveil</b>	6-12 mois	ven	10h à 11h	05-oct.	02-nov.	CCSD	003	Gratuit	Isabelle	5-12-26 oct & 2-nov.	
	<b>Les touche à tout</b>	12-23 mois	mer	9h à 10h30	26-sept.	28-nov.						
	<b>Les petits curieux</b>	2-3	mer	10h30 à 11h	26-sept.							
	<b>Les Imagin'actifs</b>	3-5	mar/jeu	9h30 à 12h30	25-sept.	27-29-nov						
<b>Café-causerie</b> (halte-garderie gratuite)	13+	ven	9h à 11h	05-oct.	07-déc.	02-nov.	CCSD	103		Isabelle	28 sep; 19 oct - 9-23 nov & 7 déc.	
<b>Cuisine Collective</b>	13+	jeu/dim	9h à 14h	1 fois/mois. CCSD-123. Coût: nourriture à acheter.								
<b>Halte-allaitement</b> (En partenariat avec Nourri-Source Laval)		lundi	27 août; 17 sept.; 1er-15-29 oct.; 12-16 nov.; 10 déc. 2018 de 9h30 à 11h.				CCSD	003	Gratuit			Inscription non requise
<b>Yoga maman bébé</b> (bébé 9 mois et moins)	13+	ven	9h à 9h45	28-sept.	07-déc.	02-nov.	CCSD	120	\$79	Nadine		
<b>Zumba Maman</b> (avec bébé 9 mois et moins)			lun 11h30 et/ou jeu 13h; dès le 24-sept. Voir Zumba adulte pour inscription. \$79									

<b>PROGRAMME PETITE ENFANCE</b>											
<b>Danse créative</b>	3	sam	8h45 à 9h30	15-sept.	08-déc.	6-oct; 3-nov	CCSD	120	\$79	Andréanne	Maillot, chausson et collant rose pâle à acheter, en sus.
<b>Éveil à la danse</b> (avec parent)	2	sam	9h30 à 10h	15-sept.	08-déc.	6-oct; 3-nov	CCSD	120	\$79	Patrice	
<b>Éveil musical *</b>	2-4	sam	9h à 9h35	22-sept.	08-déc.	6-oct; 3-nov	CCSD	003	\$79		
<b>Français - initiation</b> (francisation)	4-5	sam	9h à 10h	22-sept.	08-déc.	6-oct; 3-nov	CCSD	115	\$79	Audréanne	
<b>Gymnastique</b> (Affilié au club de gymnastique)	<b>Tout-petits</b> (avec parent) <b>Bambins</b> (avec parent) <b>Initiation</b>	16-23 mois 2-3 3-4	sam sam samedi	8h45 à 9h15 9h15 à 10h 10h à 10h45	22-sept. 22-sept. 22-sept.	01-déc. 01-déc. 01-déc.	06-oct. 06-oct. 06-oct.	EJL Ngym EJL	\$99 \$119 \$119		*Avec parent
<b>Judo</b> (Fédération Judo QC)	<b>Judo bambin</b> <b>Pré-judo</b>	2-3 3-4 4-5	sam dim dim	9h à 9h35 9h35 à 10h10 10h10 à 10h45	16-sept. 02-déc.	02-déc. 7-oct; 4 nov	CCSD	003	\$75 \$75 \$75		Frais d'affiliation à Judo QC en sus.
<b>Mini chefs *</b>	3-5	sam	9h à 9h45	29-sept.	01-déc.	6-oct; 3-nov	CCSD	123	\$99		
<b>On Danse, on Bouge!</b> (avec parent)	1-3	ven	16h40 à 17h10	28-sept.	30-nov.	2 & 16-nov	CCSD	120	\$79	Barbara	*Avec parent
<b>Pré-ballet</b> (voir programme Jeunes-Ballet pour inscription)	Activité pour l'année jusqu'en avril 2019. 08-déc. 6-oct; 3-nov CCSD 120 \$179										
<b>Soccer</b> (Affilié au club de soccer)	<b>Mini soccer</b> (avec parent) <b>Soccer initiation</b>	2-3 4-5	sam samedi	8h45 à 9h20 9h20 à 10h	22-sept.	08-déc.	29-sep; 6-oct	CC Gym	\$75 \$79	Rachel & Louis	*Avec parent
<b>Trampo-Kidz</b> (Cours sur mini-trampoline. Avec parent.)	2-3 4-5	sam samedi	10h à 10h30 10h30 à 11h	22-sept.	08-déc.	29-sep; 6-oct	CC PAL	\$99 \$99		Vanessa	Prix d'introl *Avec parent
<b>Zumba kids jr.</b>	4-6	ven	17h10 à 17h50	28-sept.	30-nov.	2 & 16-nov	CCSD	120	\$79	Barbara	

<b>PROGRAMME JEUNES</b>											
<b>Aide pédagogique</b>	6-11	sam	11h à 12h	22-sept.	08-déc.	6-oct; 3-nov	CCSD	115	\$125	Audréanne	
<b>Aikibudo enfant</b> (avec parent)	7-12	sam	9h à 10h	08-sept.	15-déc.	06-oct.	CCJ	Gsalle	\$75	Martin	*Avec parent
<b>Anglais</b>	<b>Initiation</b> <b>Initiation</b> <b>Courant (everyday English)</b> <b>Immersion anglaise</b>	5-6 7-9 7-10 9-12	sam samedi samedi samedi	9h à 10h 10h à 11h 11h à 12h 12h30 à 13h30	22-sept. 22-sept. 22-sept. 22-sept.	08-déc. 08-déc. 08-déc. 08-déc.	6-oct; 3-nov 6-oct; 3-nov 6-oct; 3-nov 6-oct; 3-nov	CCSD CCSD CCSD CCSD	\$85 \$85 \$85 \$85	Aggie	Évaluation du niveau. Changement de groupe possible.
<b>Athlétisme</b>	6-12	sam	12h30 à 13h30	22-sept.	08-déc.	29-sep; 6-oct	CC	Gym	\$89	Rachel	
<b>Badminton</b> (Ass. Rég. Badminton Qc)	7-9 10-12 13-17	sam jeu jeu	12h30 à 13h30 18h15 à 19h 20h à 21h30	22-sept.	08-déc.	06-déc.		ESF Gym	\$85 \$85 \$95	Darius	
<b>Ballet</b> (Académie de ballet)	<b>Pré-ballet 1</b> <b>Pré-ballet 2</b> <b>Technique 1</b> <b>Technique 2</b> <b>Élémentaire 1</b> <b>Élémentaire 2-3</b> <b>Élémentaire 4</b>	4-5 5-6 6-7 7-8 8-10 9-11 12-16	sam dim dim dim dim dim	10h à 10h45 12h15 à 13h 10h45 à 11h30 8h45 à 9h30 9h30 à 10h30 10h30 à 11h30 11h30 à 12h30 13h à 14h 14h à 15h15	15-sept. 15-sept. 16-sept. 16-sept. 16-sept. 16-sept. 16-sept.	08-déc. 08-déc.	6-oct; 3-nov 6-oct; 3-nov	CCSD CCSD	\$179 \$179 \$179 \$196 \$196 \$196 \$229	Andréanne Samantha	Activité pour l'année jusqu'en avril 2019. Spectacle de fin d'année au printemps 2019. Maillot, chausson et collant rose pâle à acheter, en sus.
<b>Basketball</b>	6-9 10-14	lun	18h30 à 19h30 19h30 à 20h30	17-sept.	03-déc.	1 & 8-oct	CC	PAL	\$85 \$85	Mexner	L'enfant doit apporter son ballon
<b>Cheerleading</b> (récréatif)	<b>Niveau 1</b> <b>Niveau 2</b>	7-13	mar	18h30 à 19h30 18h30 à 20h	18-sept.	04-déc.		EJL Ngym	\$129 \$139	Audrey & Rebecca	Évaluation. Niveau 2
<b>Cinéma</b> (tournage télé)	6-11 12-17	lun	18h30 à 20h 20h à 21h30	24-sept.	03-déc.	08-oct.	CC	CAF	\$109 \$109		Tournage d'un court film.
<b>Cuisine</b>	<b>Petits cuistots</b> <b>Cuisine pré-ados</b> <b>Cuisine Ados</b> (intiation)	6-8 9-12 13-17	sam samedi mar	10h à 11h15 11h30 à 13h 18h à 19h30	29-sept.	01-déc.	6-oct; 3-nov	CCSD	\$109 \$119 \$0	Brianna	Partenariat MDJ
<b>Échecs *</b>	5+	ven	18h30 à 19h45	21-sept.	07-déc.	02-nov.	CCSD	103	\$85	SangKil	
<b>Français langue seconde</b>	6-10	sam	10h à 11h	22-sept.	08-déc.	6-oct; 3-nov	CCSD	115	\$85	Audréanne	
<b>Gardien aveité *</b>	11+	dim	9h30 à 17h30	23-sept.	23-sept.		CCSD	103	\$45		
<b>Guitare</b>	Soirée de classement obligatoire mardi 4 septembre 2018 à 19h30 au CCSD-003. Horaire à déterminer selon le niveau, soit le mar, mer, jeu ou ven à 18h30 ou 19h30. Dès le 18-sept. 2018										
<b>Guitare Ados</b>	12+	jeu	18h30 à 19h30	20-Sep	06-Dec	29-Nov	CC	CAF	\$110	Patrice	Évaluation du niveau. L'enfant doit apporter sa guitare.

Légende : \* matériel inclus ☑ Évaluation. Taxes en sus. Prix par activité/plage horaire par personne. CAF: cafétéria; AGO: agora; PAL: palestre; Ngym: petit gym

33P: 33, rue Principale - CCJ: Centre com. Joliboourg - EJL: École Jean-Lemonde - BYT: Bibliothèque Yves-Thériault - CC: Collège Citoyen - EPL: École Paul-Laporte - CCSD: Centre com. Ste-Dorothée - ESF: École St-François

<b>PROGRAMME JEUNES</b>											
<b>Gymnastique</b> (Affilié au club de gymnastique)	<b>Gymnastique artistique</b> <b>Gymnastique acrobatique</b>	5-8 6-10 8-14	sam samedi	10h45 à 11h40 11h45 à 12h45 13h15 à 14h15	22-sept. 01-déc.	06-oct.	EJL Ngym		\$129 \$129 \$129		Maillot de gymnastique à acheter, en sus.
<b>Hip-Hop</b> (académie de danse)	<b>Pré hip hop</b> <b>Hip hop 1</b> <b>Hip hop 2</b> <b>Troupe</b>	5-6 6-8 9-11	sam	14h à 14h45 13h à 14h 14h45 à 15h45	15-sept. 08-déc.	6-oct; 3-nov	CCSD	120	\$179 \$196 \$196 \$229	Vincent	Activité pour l'année jusqu'en avril 2019. Spectacle de fin d'année en 2019.
<b>Hockey cosom</b>	8-12 13-17	mar mar	18h30 à 19h30 19h30 à 20h30	25-sept.	04-déc.		CC PAL		\$85 \$85	Makendy	
<b>Judo</b> (Fédération de Judo du QC)	6-8 9-13	jeu dim jeu dim	18h30 à 19h30 10h45 à 11h45 19h30 à 20h30 11h45 à 12h45	20-sept. 16-sept. 20-sept. 16-sept.	29-nov. 02-déc. 29-nov. 02-déc.	7-oct; 4-nov 7-oct; 4-nov	CCSD	003	\$79 \$79 \$79 \$79		* 105 de rabais/activité inscription 2 fois/sem.
<b>Karaté</b> (voir programme Âges mixtes pour inscription)	Frais d'affiliation & uniforme en sus. Accès aux compétitions. Mer & ven.										
<b>Kobudo</b> (voir progr. Âges mixtes pour inscription)	10+	sam	11h30 à 12h30	08-Sep	15-Dec	06-Oct	CCJ	Gsalle	\$75	Raphaël	
<b>Peinture et dessin *</b>	6-8 9-12	sam samedi	9h30 à 10h30 10h30 à 12h	22-sept.	08-déc.	6-oct; 3-nov	CCSD	103	\$85 \$95	Isabelle	
<b>Piano</b>	7 ans +	sam	10h, 11h, 12h, 13h, 14h, 15h, 16h	22-Sep	08-Dec	6-oct; 3-nov	CCSD	003	\$129	Patrice	Soirée de classement obligatoire mardi 4 septembre 2018 à 18h30 au CCSD-003. Horaire à déterminer selon le niveau.
<b>POUND Génération</b>	6-12	sam	9h à 9h45	22-Sep	08-Dec	29-sept; 6-oct	CC	PAL	\$89	Sylvie	
<b>Prêt à rester seul *</b> (avoir complété la 3e année)	9+	dim	9h30 à 15h30	30-sept.	30-sept.		CCSD	103	\$40		
<b>Soccer</b>	6-8 9-12	jeu samedi	10h à 11h 11h à 12h	22-sept.	08-déc.	29-sept; 6-oct	CC	Gym	\$85 \$85	Rachel & Louis	L'enfant doit apporter son ballon
<b>Tennis</b>	<b>Mini-tennis</b> <b>Initiation</b> <b>Développement</b>	5-6 7-8 9+	sam samedi samedi	9h à 9h45 9h45 à 10h45 10h45 à 11h45	22-sept.	01-déc.	06-oct.	EJL Gym	\$89 \$89 \$89	Daniel	Évaluation du niveau, changement de groupe possible.
<b>Trampo-Kidz</b> (cours sur mini-trampoline)	6-8 9-12	sam samedi	11h à 11h45 11h45 à 12h30	22-sept.	08-déc.	29-sept; 6-oct	CC	PAL	\$119 \$119	Vanessa	
<b>Volleyball jeune</b>	8-12 13-17	mar jeu	18h30 à 20h 18h30 à 20h	18-sept.	04-déc.		CC	Gym	\$89 \$89	Denis	
<b>Zumba Kids (Parent-enfant)</b>	6-12	lun	18h30 à 19h30	24-sept.	10-déc.	08-oct.	CC	AGO	\$89	Priscilla	Parent gratuit!

<b>PROGRAMME ÂGES MIXTES &amp; PARENT-ENFANT</b>											
<b>Aikibudo &amp; Kobudo</b> (mariement du sabre)	<b>Aikibudo</b> <b>Kobudo</b>	13+	mer sam mer	19h30 à 21h 10h à 11h30 21h à 22h	12-sept. 08-sept. 12-sept.	12-déc. 15-déc. 12-déc.		CCJ Gsalle	\$85 \$85 \$75	Raphaël	* 105 de rabais/act. 2 fois/sem. * 25% de rabais additionnel inscription pour tous les cours d'aikibudo-kobudo pour l'année! Inscription par tél.
<b>Badminton</b> (parent-enfant)	5+	lun mar mer	18h30 à 19h30 19h à 20h 18h30 à 19h30 18h30 à 19h25	17-sept. 18-sept.	10-déc. 04-déc.	06-oct.	CC ESF CC EPL	Gym	\$59 \$59 \$59 \$59		* 55 de rabais/activité inscription 2 fois/sem +.
<b>Karaté</b>	<b>Ceinture blanche-jaune</b> <b>Ceinture orange et +</b>	6+ 8+	mer ven mer ven	18h30 à 19h30 18h30 à 19h30 19h30 à 20h30 19h30 à 20h30	19-sept. 21-sept. 19-sept. 21-sept.	05-déc. 07-déc. 05-déc. 12-juil.		CC CCJ CC CCJ Gsalle PAL PAL Gsalle Gsalle \$75 \$75 \$75 \$75		Martin	* 105 de rabais/activité inscription 2 fois/sem.
<b>Tricot parent-enfant</b>	7+	mar	18h30 à 19h30	25-sept.	27-nov.		CCSD	115	\$79	Maryse	

<b>ESPACE CUISINE</b>												
<b>Boulangerie</b>	<b>Initiation</b> <b>Pains sucrés</b> <b>Pains italiens</b>	13+	dim	9h30 à 13h	23-sept. 23-sept.	23-sept. 28-oct.		CCSD	123	\$35 \$35 \$35	Anthony	
<b>Cuisine Santé</b>	<b>Collations</b> <b>Déjeuners</b> <b>Desserts</b> <b>Végétarienne</b>	13+	jeu	19h à 21h	11-oct. 27-sept. 25-oct.	11-oct. 27-sept.		CCSD	123	\$35 \$35 \$35 \$35	Brianna	
<b>Cuisine Collective</b> (Espace Famille pour inscription)	13+	jeu/dim	9h à 14h	1 fois/mois au CCSD-123. Coût: nourriture à acheter.								

<b>PROGRAMME ADULTES</b>												
<b>Abdos Fessiers</b>	13+	mar jeu	18h15 à 19h 18h30 à 19h30	18-sept.	04-déc.		CC AGO	\$79 \$85	Valérie		* 105 de rabais/activité inscription 2 fois/sem.	
<b>Anglais</b>	<b>Débutant</b> <b>Intermédiaire</b> <b>Avancé</b>	13+	mar mer jeu	19h à 20h30 18h30 à 20h 20h à 21h30	18-sept. 19-sept.	04-déc. 05-déc.		CCSD	106	\$89 \$89 \$89	Alexandra Nadia	Évaluation du niveau.
<b>Auto-défense</b>	13+	mer	18h à 19h30	19-sept.	05-déc.		CCJ	Gsalle	\$89	Normand		
<b>Badminton</b>	<b>Libre</b>	16+	lun mar mer	19h30 à 22h 19h30 à 22h 19h30 à 22h	17-sept.	10-déc.		CC EJL Gym CC	\$90 \$90 \$90 \$90	Guy Marc Christian	* 105 de rabais/activité inscription 2 fois/sem +.	

<b>PROGRAMME ADULTES</b>												
<b>Badminton</b>	<b>Calibre inter-fort</b>	16+	lun	19h30 à 22h	17-sept.	10-Dec	08-Oct	CC	Gym	\$90	Guy & Pierre	
<b>Baladi</b>	<b>Cardio Baladi</b> <b>intermédiaire</b>	13+	lun	19h30 à 20h 20h à 21h	17-sept.	10-déc.	08-oct.	CCSD	120	\$69 \$85	Danielle	* 105 de rabais/activité inscription 2 fois/sem.
<b>Basketball</b>	16+	lun	20h30 à 22h	17-sept.	03-déc.	1 & 8-oct	CC	PAL	\$89	Mexner		
<b>Burlesque Fitness</b>	13+	jeu	19h30 à 20h30	20-sept.	06-déc.	06-déc.	CCSD	120	\$85	Valérie		
<b>Cardio Fit Douceur</b>	13+	mar	10h30 à 11h30	18-sept.	04-déc.		CCSD	120	\$79	Sylvie V.		
<b>Cardio latino</b>	13+	ven	19h à 20h	21-sept.	07-déc.	02-nov.	CCSD	120	\$75	Raul		
<b>Cardio Mix</b>	13+	mar	19h30 à 20h30	18-sept.	04-déc.		CCSD	120	\$85	Sylvie V.		
<b>Club de marche</b>	13+	lun & mer	9h à 10h	17-sept.				Eglise	\$0		Gratuit	
<b>Danse latine</b>	13+	ven	20h à 21h	21-sept.	07-déc.	02-nov.	CCSD	120	\$79	Raul		
<b>Espagnol</b>	<b>Niveau 1</b> <b>Niveau 2</b> <b>Niveau 3</b> <b>Niveau 4</b> <b>Niveau 5</b>	13+	mar mer mer mar jeu jeu	18h30 à 20h 20h à 21h30 18h30 à 20h 20h à 21h30 20h30 à 20h 20-sept.	18-sept. 19-sept. 19-sept. 18-sept. 20-sept. 20-sept.	04-déc. 05-déc. 05-déc. 04-déc. 06-déc. 06-déc.		CCSD				