


Activité	âge	jour	heure	début	fin	lieu	local	prix	info
ESPACE FAMILLE									
Ateliers éducatifs & ludiques * (Prog. du ministère)	Atelier d'éveil	6-12 mois	lun	10h30 à 11h30	07-janv.	18-févr.			
	Les touche à tout	12-20 mois	mer	9h30 à 10h30	06-févr.	03-avr.			
	Les petits curieux	20-30 mois	mer	10h30 à 11h30	06-févr.	03-avr.	CCSD	003	
	Les petits curieux	2 1/2 à 3 1/2	mar	9h à 10h30	22-janv.	09-avr.			
	Les Imagin'actifs	3 1/2 à 5	mar	10h30 à 13h	22-janv.	09-avr.			
Café-causerie (halte-garderie gratuite)	13+	ven	9h à 11h	18-janv.	05-avr.	CCSD	103	18-jan; 1-fév; 8-fév; 1-mar; 22-mar; 29-mar; 5-avr	
Cuisine Collective *	13+	dim	9h à 15h	1 fois/mois. CCSD-123. Coût: nourriture à acheter.					
Halte-allaitement (En partenariat avec Nourri-Source Laval)	lun	7-21 janvier, 4-18 février, 4-18 mars, 1-15-29 avril et 13-27 mai 2018 de 9h30 à 11h.			CCSD	003	Gratuit	Inscription non requise	
Yoga maman bébé* (bébé 9 mois et moins)	16+	ven	9h à 9h45	25-janv.	05-avr.	CCSD	120	\$79	
Zumba Maman (bébé 9 mois et moins)	16+	lun	11h30 à 12h30	14-janv.	08-avr.	Voir Zumba Adulte pour inscription. \$79			

PROGRAMME PETITE ENFANCE										
Danse créative	3	sam	11h à 11h45 12h30 à 13h15	19-janv.	27-avr.	CCSD	120	\$85	Maillot, chaussons et collant rose pâle à acheter, en sus.	
Éveil à la danse (avec parent)	2	sam	9h à 9h30	19-janv.	27-avr.	CCSD	120	\$85		
Éveil musical *	2-4	dim	9h à 9h45	20-janv.	07-avr.	CCSD	003	\$79		
Français - initiation (francisation)	4-6	sam	9h à 10h	26-janv.	06-avr.	CCSD	115	\$79		
Gymnastique* (Affilié au club de gymnastique)	Bambins (avec parent)	18-36 mois	sam	8h30 à 9h15	19-janv.	06-avr.	CC	Gym	\$119	*Avec parent
	Initiation	3-4	sam	9h15 à 10h	19-janv.	06-avr.	CC	Gym	\$119	
		4-5	sam	10h à 10h45					\$119	
Judo * (Fédération Judo Qc)	Judo bambin	2-3	dim	9h à 9h35	20-janv.	07-avr.	CCSD	003	\$75	*Frais d'affiliation à Judo Qc en sus.
	Pré-judo	4-6		9h35 à 10h20					\$75	
Mini chefs *	3-5	sam	9h à 9h45	26-janv.	30-mars	CCSD	123	\$99		
On Danse, on Bouge! (avec parent) NOUVEAU	1-3	ven	16h40 à 17h10	18-janv.	29-mars	CCSD	120	\$79	*Congés: 25-jan, 15-fév & 8 mars.	
Pré-ballet (voir programme Jeunes-Ballet pour inscription)				Spectacle de fin d'année en mai 2019.			CCSD	120		
Soccer	Mini soccer (avec parent)	2-3	sam	8h45 à 9h20	19-janv.	06-avr.	CC	Gym	\$75	*Avec parent
	Soccer initiation	4-5	sam	9h20 à 10h					\$79	
Trampo-Kidz * (avec parent) NOUVEAU (Cours sur mini-trampoline)	2-3	sam	9h30 à 10h	19-janv.	06-avr.	CC	Gym	\$99	*Avec parent	
	4-5	sam	10h à 10h30					\$99		
Zumba kids jr.	4-7	ven	17h20 à 18h	18-janv.	29-mars	CCSD	120	\$79	*Congés: 25-jan, 15-fév & 8 mars.	

PROGRAMME JEUNES										
Aide pédagogique	6-11	sam	10h à 11h	26-janv.	06-avr.	CCSD	115	\$125		
Aikibudo enfant (avec parent)	7+	sam	9h à 10h	12-janv.	27-avr.	CCJ	Gsalle	\$75	*Avec parent	
Anglais * <input checked="" type="checkbox"/>	Initiation	5-6		9h à 10h	19-janv.	06-avr.	CCSD	106	\$85	<input checked="" type="checkbox"/> Évaluation du niveau. Changement de groupe possible.
	Initiation	7-9		10h à 11h					\$85	
	Courant (everyday English)	7-10		11h à 12h					\$85	
	Immersion anglaise	9-12		12h30 à 13h30					\$85	
Athlétisme * NOUVEAU	6-12	ven	18h30 à 19h30	18-janv.	12-avr.	CC	Gym	\$85		
Badminton (Ass. Rég. Badminton Qc)	7-12	jeu	18h30 à 19h30	17-janv.	02-mai	EJL	Gym	\$99		
	13-17		19h30 à 21h					\$110		
Ballet (Académie de ballet)	Pré-ballet 1	4-5	dim	8h45 à 9h30	19-janv.	27-avr.	CCSD	120	\$100	*Spectacle de fin d'année 3 & 4 mai 2019. Maillot, chaussons et collant rose pâle à acheter, en sus.
	Pré-ballet 2	5-6	sam	10h15 à 11h					\$100	
	Technique 1	6-7		9h30 à 10h30					\$110	
	Technique 2	7-8		10h30 à 11h30					\$110	
	Élémentaire 1	8-10	dim	11h30 à 12h30					13-janv.	
Élémentaire 2-3	9-11		13h à 14h					\$110		
Élémentaire 4	12-16		14h à 15h15					\$129		
Basketball NOUVEAU	6-9	lun	18h30 à 19h30	14-janv.	27-mai	CC	PAL	\$120		
	10-14		19h30 à 20h30					\$120		
Cheerleading (récréatif)	Niveau 1		18h30 à 19h30	17-janv.	02-mai	EJL	Ngym	\$139	<input checked="" type="checkbox"/> Niveau 2 Évaluation.	
	Niveau 2 <input checked="" type="checkbox"/>	7-13	jeu					18h30 à 20h		\$149
Cinéma * (tournage télé) NOUVEAU	7-12	lun	18h30 à 20h	21-janv.	08-avr.	CC	CAF	\$119	*Tournage d'un court film.	
Cuisine *	Petits cuistots	6-8	sam	10h à 11h15	26-janv.	30-mars	CCSD	123	\$109	
	Cuisine pré-ados	9-12		11h30 à 13h					\$119	
	Cuisine Ados (intiation)	13-17	mar	18h à 19h30					22-janv.	
Échecs *	5+	ven	19h à 20h15	18-janv.	05-avr.	CCSD	103	\$85		
Gardiens averti *	11+	dim	9h30 à 17h30	20-janv.	20-janv.	CCSD	103	\$45		
Guitare & Guitare Ados	Soirée de classement obligatoire mardi 8 janvier 2018 à 19h30 au CCSD-003.					CCSD	003	\$110	<input checked="" type="checkbox"/> Évaluation du niveau. L'enfant doit apporter sa guitare.	
	Horaire à déterminer selon le niveau, soit le mar ou mer à 18h30 ou 19h30. Dès le 15-jan. 2019									
*7 ans et plus	* Guitare Ados (13-17 ans): niveau 1 jeudi 18h30; niveau 2 jeudi 19h30. Dès le 17-jan. 2019					CC	CAF	\$110		
Gymnastique artistique * (Affilié au club de gymnastique)	6-8	sam	10h45 à 11h45	19-janv.	06-avr.	CC	Gym	\$129	Maillot de gymnastique à acheter, en sus.	
	6-8		11h45 à 12h45					\$129		

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. Joliboerg - EIL: École Jean-Lemonde - BYT: Bibliothèque Yves-Thériault - CC: Collège Citoyen - EPL: École Paul-Laporte - CCSD: Centre com. Ste-Dorothée - ESF: École St-François

PROGRAMME JEUNES												
Gymnastique*	Gymnastique artistique	7-11	sam	13h à 14h	19-janv.	06-avr.	CC	Gym	\$129	Maillot de gymnastique à acheter, en sus.		
	Gymnastique acrobatique	8-12		13h à 14h					\$129			
Hip-Hop (Académie de danse)	Hip hop 1	6-8	sam	13h15 à 14h15	19-janv.	27-avr.	CCSD	120	\$110	Spectacle de fin d'année en mai 2019.		
	Hip hop 2	9-12		14h15 à 15h15					\$110			
Hockey cosom * NOUVEAU		6-8	mar	18h30 à 19h30	22-janv.	21-mai	CC	PAL	\$115			
		9-12		19h30 à 20h30					\$115			
Judo *		7-13	dim	10h20 à 11h20	20-janv.	07-avr.	CCSD	003	\$79	*Uniforme et frais en sus.		
Karaté (voir programme Âges mixtes pour inscription)				Frais d'affiliation & uniforme en sus. Accès aux compétitions. Mer & ven.								
Kobudo (voir progr. Âges mixtes pour inscription)				10+	sam	11h30 à 12h30	12-janv.	27-avr.	CCJ	Gsalle	\$75	
Multisports NOUVEAU				8-12	ven	19h30 à 20h30	18-janv.	12-avr.	CC	Gym	\$85	
Peinture et dessin *		6-8	sam	9h30 à 10h30	19-janv.	06-avr.	CCSD	103	\$85	*Congés 9 fév, 2 & 9-mars		
		9-12		10h30 à 12h					\$95			
Piano <input checked="" type="checkbox"/> 7 ans +	Soirée de classement obligatoire mardi 8 janvier 2019 à 18h30 au CCSD-003. Horaire dimanche heure à déterminer selon le niveau.			20-janv.	07-avr.	CCSD	003	\$129				
POUND Génération (avec parent) NOUVEAU				6+	ven	18h30 à 19h15	18-Jan	12-Apr	CC	AGO	\$79	*Parent gratuit!
Prêt à rester seul * (avoir complété 3e année)				9+	dim	9h30 à 15h30	03-févr.	03-févr.	CCSD	103	\$40	
Mini-soccer 2-3 ans (avec parent) & Soccer initiation 4-5 ans (Voir prog. Petite enfance pour inscription)												
Soccer		6-7		10h à 11h	19-janv.	06-avr.	CC	PAL	\$85			
		8-10	sam	11h à 12h					\$85			
		11-14		12h à 13h					\$85			
Tennis <input checked="" type="checkbox"/>	Mini-tennis	5-7	ven	18h30 à 19h30	18-janv.	12-avr.	CC	PAL	\$89	*Congés 15-22 fév. & 8-mars		
	Développement <input checked="" type="checkbox"/>	8-12		19h30 à 20h30					\$89			
Trampo-Kidz (cours mini trampoline)	Trampo-Kidz NOUVEAU	6-12	sam	10h30 à 11h15	19-janv.	06-avr.	CC	Gym	\$99	*Parent gratuit!		
	Trampo-Kidz (parent-enfant)	6+		11h15 à 12h					\$99			
Volleyball jeune		8-12	mar	18h30 à 20h	22-janv.	28-mai	CC	Gym	\$120			
		13-17	jeu	18h30 à 20h					\$120			
Zumba Kids (Parent-enfant) NOUVEAU				6+	lun	18h30 à 19h30	14-janv.	08-avr.	CC	AGO	\$89	*Parent gratuit!

PROGRAMME ÂGES MIXTES & PARENT-ENFANT										
Aikibudo & Kobudo (maniement du sabre)	Aikibudo	13+	mer	19h30 à 21h	16-janv.	24-avr.	CCJ	Gsalle	\$85	*10\$ de rabais/act. 2 fois/sem.
		sam	10h à 11h30	12-janv.	27-avr.	\$85				
	Kobudo (maniement du sabre)	10+	mer	21h à 22h	16-janv.	24-avr.			\$75	
		sam	11h30 à 12h30	12-janv.	27-avr.			\$75		
Badminton (parent-enfant)		5+	lun	18h30 à 19h30	14-janv.	27-mai	CC	EPL	\$75	*5\$ de rabais/activité inscription 2 fois/sem +.
				18h30 à 19h30					\$69	
			mar	19h à 20h					15-janv.	
		mer	18h30 à 19h30	23-janv.	29-mai	CC		\$75		
		mer	18h30 à 19h20	16-janv.	01-mai	ESF		\$69		
Karaté <input checked="" type="checkbox"/>	Ceinture blanche-jaune (débutant)	6+	mer	18h30 à 19h30	23-janv.	10-avr.	CC	PAL	\$75	*10\$ de rabais/activité inscription 2 fois/sem.
		ven	18h30 à 19h30	18-janv.	12-avr.	CCJ	Gsalle	\$75		
	Ceinture orange et + <input checked="" type="checkbox"/>	8+	mer	19h30 à 20h30	23-janv.	10-avr.	CC	PAL	\$75	
		ven	19h30 à 20h30	18-janv.	12-avr.	CCJ	Gsalle	\$75		
Tricot	Projet Foulard	7+	ven	18h30 à 20h30	18-janv.	25-janv.	CC	CAF	\$0	Gratuit
	Projet Tuque		ven	18h30 à 20h30	01-févr.	08-févr.			\$0	

ESPACE CUISINE										
Boulangerie	Pain santé	13+	dim	9h30 à 13h	17-févr.	17-févr.	CCSD	123	\$35	
	Croissant & Chocolatine				24-mars	24-mars			\$35	
	Pains Pâques & sucrés				14-avr.	14-avr.			\$35	
Cuisine Santé	Fruits & Légumes NOUVEAU	13+	jeu	19h à 21h	07-févr.	07-févr.	CCSD	123	\$35	
	Végétalienne (Vegan) NOUVEAU				21-févr.	28-févr.			\$69	
	Végétarienne				14-mars	21-mars			\$69	
Cuisine Collective (Espace Famille pour inscription)				13+	dim	9h à 15h	1 fois/mois au CCSD-123. Coût: nourriture à acheter.			

PROGRAMME ADULTES										
Abdos Fessiers		13+	mar	18h30 à 19h15	22-janv.	09-avr.	CC	AGO	\$79	*10\$ de rabais/activité inscr. 2 fois/sem.
	jeu	18h30 à 19h30	17-janv.	11-avr.	CCSD	120	\$85			
Achat & sécurité en ligne NOUVEAU		13+	ven	13h à 15h	18-janv.	15-févr.	CCSD	103	\$69	
Anglais <input checked="" type="checkbox"/>	Débutant	13+	mar	19h à 20h30	15-janv.	09-avr.	CCSD	106	\$89	<input checked="" type="checkbox"/> Évaluation du niveau.
	Intermédiaire-avancé		mer	19h à 20h30	16-janv.	10-avr.			\$89	
Auto-défense NOUVEAU		13+	mer	18h à 19h30	16-janv.	10-avr.	CCJ	Gsalle	\$89	
Badminton	Libre	16+	mar	19h30 à 22h	15-janv.	30-avr.	EPL		\$119</	