

Programmation automne 2022

Période d'inscription du 2 au 16 septembre



Saint-Charles
sur-Richelieu
Une histoire de famille!

INSCRIPTION

Saint-Denis

450-787-2244 poste 3

Saint-Charles

www.Saint-charles-sur-richelieu.ca

450-584-3484 poste 1

Saint-Ours

<http://ville.saintours.qc.ca/>

450-785-2203 poste 109

Politique des municipalités

Chaque municipalité est responsable de ses inscriptions. Si vous désirez vous inscrire dans une municipalité dans laquelle vous n'habitez pas, vous devez communiquer directement avec eux ou passer par leur système d'inscription en ligne.

Avis de non-responsabilité

La municipalité de Saint-Denis-sur-Richelieu ne se tient pas responsable pour des accidents pouvant survenir durant la pratique d'une activité. Elle n'est également pas responsable des objets perdus ou volés lors de ces activités.

Photos

La municipalité de Saint-Denis-sur-Richelieu se réserve le droit de prendre des photos lors de la tenue d'activités organisées par le service des loisirs et de la vie communautaire et de les diffuser dans ses publications.

Politique d'annulation et remboursement

Aucun remboursement ne sera effectué après le début des activités, sauf dans des cas exceptionnels tels que déménagement ou maladie (avec certificat médical exigé). Si l'activité est commencée au moment de faire la demande de remboursement, le montant remboursé sera établi au prorata des séances restantes. Si l'activité est annulée ou modifiée par le Service des loisirs et de la vie communautaire, les frais d'inscription sont remboursables à 100% sauf en cas de mesures imposées par la Santé publique. La municipalité de Saint-Denis-sur-Richelieu se réserve le droit d'annuler une activité si le taux d'inscription minimum n'est pas atteint.

Frais d'inscription

Les frais d'inscription doivent tous être acquittés avant la date limite d'inscription sans quoi votre inscription ne comptera pas parmi le nombre minimal requis pour débiter l'activité.

Bonne session de cours !

SAINT-DENIS-SUR-RICHELIEU

PICKLEBALL - LUNDI

Début : 3 octobre | 12 semaines

Endroit : Gymnase - École St-Denis

Coûts : 32.61 \$

Catégorie: 40 ans et plus

Heure : 19 h à 21 h

Responsables : Pierre Hébert

Le pickleball est un mélange de tennis, de badminton et de ping-pong. Ce sport s'adresse principalement aux personnes de 40 ans et plus. C'est un style de tennis léger. Des équipes sont formées et il y a une rotation afin que tous puissent jouer plusieurs parties. Plaisir garanti !

NB : Vêtements confortables recommandés, des espadrilles de sport, raquette nécessaire.

PICKLEBALL - MERCREDI

Début : 5 octobre | 12 semaines

Endroit : Gymnase - École St-Denis

Coûts : 32.61 \$

Catégorie: 40 ans et plus

Heure : 19 h à 21 h

Responsables : Fernand Huard

Le pickleball est un mélange de tennis, de badminton et de ping-pong. Ce sport s'adresse principalement aux personnes de 40 ans et plus. C'est un style de tennis léger. Des équipes sont formées et il y a une rotation afin que tous puissent jouer plusieurs parties. Plaisir garanti !

NB : Vêtements confortables recommandés, des espadrilles de sport, raquette nécessaire.

VIE ACTIVE - MARDI ET/OU JEUDI

Début : 4 octobre | 10 semaines

Endroit : à déterminer

Coût : Gratuit

Catégorie : 50 ans et plus

Heure : 10 h 30 à 11 h 30 (mardi)

13 h 30 à 14 h 30 (jeudi)

Responsable : Fernand Huard

Séances d'étirements et d'exercices avec différents objets d'entraînement. Venez-vous dégourdir et vous amuser. Vêtements confortables, bouteille d'eau et espadrilles de sport.

NB: Élastique d'entraînement requis



SAINT-CHARLES-SUR-RICHELIEU

VIE ACTIVE

LUNDI ET MERCREDI

Début : 3 octobre | 10 semaines

Endroit : Salle de l'Institut Canadien

Coût : Gratuit

Catégorie: 50 ans et plus

Heure : 9 h 30 à 10 h 30

Responsable : Francine Lamoureux

KARATÉ - JEUDI

Début : 6 octobre | 10 semaines

Endroit : Salle de l'Institut-Canadien

Catégorie : 7 à 11 ans

Heure : 18 h 15 à 19 h 15

Coût : 75 \$

Responsable : Francine Sarrazin

NB : Prévoir Kimono (60\$)

HOCKEY COSOM - MARDI

Début : 4 octobre | 10 semaines

Endroit : Centre Mathieu Lusignan

Coûts : 65 \$

Catégorie : 6-9 ans (18 h 30)

10-12 ans (19 h 30)

Responsable : Yoda Lefèbvre

ZUMBA - LUNDI

Début : 3 octobre | 10 semaines

Endroit : Salle de l'Institut-Canadien

Coût : 85 \$

Catégorie : 16 ans et plus

Heure : 18 h 30 à 19 h 30

Responsable : Lisa Dubray

HOCKEY COSOM - JEUDI

Début : 6 octobre | 10 semaines

Endroit : Centre Mathieu Lusignan

Coûts : 45 \$

Catégorie : 16 ans et plus

Heure : 19 h 30 à 21 h

Responsables : Francis St-Germain
et Yoda Lefèbvre

**NB : Les joueurs doivent fournir
leurs propres équipements.**

DANSE EN LIGNE - JEUDI

Début : 6 octobre | 10 semaines

Endroit : Salle de l'Institut-Canadien

Catégorie : 16 ans et plus

Heure : 19 h 30 à 21 h

Coûts : 80 \$

Responsable : Steve Bussière

YOGA - MARDI

Début : 4 octobre | 10 semaines

Endroit : Salle de l'Institut-Canadien

Catégorie : 16 ans et plus

Heure : 9 h 30 à 10 h 45

Coût : 90 \$

Responsable : Carole Labelle

FUTSAL - LUNDI

Début : 3 octobre | 10 semaines

Endroit : Centre Mathieu Lusignan

Coûts : 65 \$ ou 40 \$ (si l'enfant
possède déjà son uniforme)

Catégorie : 6 à 8 ans (18 h 30)

9 à 12 ans (19 h 30)

Responsables : Éric Creig

LOISIRS CRÉATIFS - SAMEDI

Début : 15 octobre et 19 novembre

Endroit : Salle de l'Institut-Canadien

Catégorie : 5 à 13 ans

Heure : 9 h 30 à 11 h 30

Coûts : 40 \$

Responsable : Jessica Trudeau



VILLE DE SAINT-OURS

KARATÉ (parent-enfant) - MARDI

Début : 4 octobre | 10 semaines

Endroit : Centre Léo-Cloutier

Coûts : 100 \$ ou 80 \$ (18 ans -)

Catégorie: Junior

Heure : 18 h à 19 h

Responsable : Stéphane Gingras

Le karaté Shotokan est un art martial figurant parmi les quatre grands styles de karaté et favorisant le développement de la discipline tout en conférant des habiletés en auto-défense.

KARATÉ (multi-âge) - MARDI

Début : 4 octobre | 10 semaines

Endroit : Centre Léo-Cloutier

Coûts : 100 \$ ou 80 \$ (18 ans -)

Catégorie: Multi-âge

Heure : 19 h à 20 h

Responsable : Stéphane Gingras

Le karaté Shotokan est un art martial figurant parmi les quatre grands styles de karaté et favorisant le développement de la discipline tout en conférant des habiletés en auto-défense.

DANSE COUNTRY- MERCREDI

Début : 5 octobre | 10 semaines

Endroit : Centre Léo-Cloutier (RDC)

Coûts : 80 \$ ou 64\$ (65 ans +)

Catégorie: 15 ans et +

Heure : 18 h 30 (débutant 1)

19 h 45 (débutant 2)

Responsable : Steve Bussière

Bienvenue aux danseurs de tous les niveaux. Apprentissage des bases de la danse rétro-country américaine et des chorégraphies standards.

BASKETBALL - JEUDI

Début : 6 octobre | 10 semaines

Endroit : Gymnase École St-Ours

Coûts : 80 \$ ou 64 \$ (18 ans -)

**Catégorie: 9 à 12 ans (18 h 30
13 à 17 ans (19 h 30)
18 ans et + (20 h 30)**

Responsable : à déterminer

Apprentissage des techniques de jeu, match 3 contre 3 et stratégies.

THÉÂTRE - LUNDI

Début : 3 octobre | 10 semaines

Endroit : Centre Léo-Cloutier

Coûts : 80 \$ ou 64 \$ (18 ans -)

Heure : 19 h 30

Responsable : Carmelle Roussel

Constitution d'une troupe de théâtre, travail avec différents metteurs en scène et spécialistes de la scène. Création d'une œuvre majeure en fin d'année, lectures de courtes pièces, travail des voix et de la posture scénique.

CHORALE

Début : 3 octobre | 10 semaines

Endroit : Centre Léo-Cloutier

Coûts : 80 \$ ou 64 \$ (18 ans -)

Heure : 18 h 30

Responsable : René Auger

Qu'est-ce que chanter en chœur? C'est la musique, bien sûr, mais c'est aussi les merveilleuses rencontres et les échanges avec d'autres passionnés! Initiation aux pratiques du chant choral, répertoire classique et populaire, travail des voix en section et théorie musicale.

TAI-CHI - MERCREDI

Début : 5 octobre | 10 semaines

Endroit : Centre Léo-Cloutier

Coûts : 60 \$ ou 48 \$ (65 ans et +)

Heure : 9 h

Responsable : Jocelyne Bibeau

Mouvements énergétiques santé, exécutés dans la lenteur et le calme. Développement de la concentration et de la conscience du corps. Bien-être et expérience de l'énergie tout en douceur.

YOGA RÉGÉNÉRATEUR |MERCREDI

Début : 5 octobre | 10 semaines

Endroit : Centre Léo-Cloutier

Coûts : 80 \$ ou 64 \$ (65 ans et +)

Heure : 10 h

Responsable : Jocelyne Bibeau

Expérimentation de postures simples et agréables afin de tonifier et assouplir le corps. Par la respiration développer l'énergie, apaiser l'esprit, et ressentir du mieux-être.

YOGA HATHA - JEUDI

Début : 6 octobre | 10 semaines

Endroit : Centre Léo-Cloutier

Coûts : 80 \$ ou 64\$ (65 ans et +)

Heure : 19 h

Responsable : Jocelyne Bibeau

Mouvements énergétiques santé, exécutés dans la lenteur et le calme. Développement de la concentration et de la conscience.

