

MUNICIPALITÉ DE SAINT-CHARLES-SUR-RICHELIEU

VIE ACTIVE – LUNDI ET MERCREDI

Début : **21 septembre | 10 semaines (relâche 12 oct et 1 nov.)**
Coût : Gratuit Centre Mathieu Lusignan (MERCREDI)
Heure : 9 h 30 à 10 h 30

Endroit : Salle de l'Institut Canadien (LUNDI)
Catégorie: 50 ans et plus

Vie Active s'adresse aux 50 ans et plus. Ce programme, créé par Kino-Québec, propose des séances d'exercices exécutées au son d'une musique entraînante.

ZUMBA - JEUDI

Début : **24 septembre | 10 semaines**
Coûts : 80 \$
Heure : 19 h 30 à 20 h 30

Endroit : Salle de l'Institut-Canadien
Catégorie : 16 ans et plus
Responsable : Lisa Dubray

Cours de mise en forme sur musique latine. Vêtements de sport et espadrilles requis.

YOGA – MARDI ET/OU SAMEDI

Début : **22 sept | 10 semaines (relâche 13 oct)**
26 sept | 10 semaines (relâche 10 oct)
Catégorie : 16 ans et plus
Coûts : 50 \$ par plage

Endroit : Salle de l'Institut-Canadien (mardi)
Centre Mathieu Lusignan (Samedi)
Heure : 10 h à 11 h et/ou 19 h à 20 h (mardi) | 9 h à 10 h (samedi)
Responsable : Louise Blain

CONTE EN PYJAMAS

Début : **Les derniers vendredis du mois**
Endroit : Salle de l'institut Canadien
Coûts : Gratuit

Catégorie: 0-5 ans acc. parents
Heure : 18 h 30 à 19 h

HOCKEY COSOM - JEUDI

Début : **24 septembre | 12 semaines**
Coûts : 35 \$
Heure : 19 h 30 à 21 h

Endroit : Centre Mathieu Lusignan
Catégorie : 16 ans et plus
Responsables : Francis St-Germain et Yoda Lefèbvre

Ligue pour adultes : 16 ans et plus. Les joueurs doivent fournir leurs propres équipements.

KARATÉ - LUNDI

Début : **21 septembre | 10 semaines**
Coûts : 60 \$
Heure : 18 h 30 à 19 h 45

Endroit : Centre Mathieu Lusignan
Catégorie: 9 ans et plus
Responsable : Benjamin Lefèbvre

NB : Frais supplémentaires : Adhésion associations (35,00\$) achat de kimono et ceinture (40,00\$), Examen (10,00\$)