

Loisbourg - Grille Relâches et congés session Hiver 2022

Activités JEUNES PRÉSENTIEL			Âge	Journée	Heure	Début	Fin	Relâches et congés
Atelier de cuisine		4e-5e-6e années	9-12	Vendredi	16h05 à 18h05	4 fév.	6 mai	18 février, 11 mars et 15 avril.
Espagnol	5 ^e -6 ^e années	Intermédiaire	10-12	Lundi	16h05 à 17h20	14 mars	4 avril	
Gymnastique rythmique		Débutant	4-5	Dimanche	10h30 à 11h15	13 fév.	3 avril	13 mars
			6-8		11h30 à 12h30			
Karaté			5-12	Mardi	17h30 à 18h30	8 fév.	24 mai	mardi 8 mars, jeudi 10 mars et samedis 12 mars, 16 avril et 21 mai.
				Jeudi	17h30 à 18h30	10 fév.	26 mai	
				Samedi	9h15 à 10h05	5 fév.	28 mai	
Peinture-créations		3 ^e -4 ^e années	8-10	Mardi	16h05 à 17h50	15 fév.	26 avril	mardi 8 mars et mercredi 9 mars.
		5 ^e -6 ^e années	10-12	Mercredi	16h05 à 17h50	16 fév.	27 avril	
Théâtre jeunesse		Présc-Mat.-1 ^{ère} année	4-7	Samedi	11h00 à 12h00	5 fév.	30 avril	Présentation samedi le 30 avril à 11h30. Relâches: 12 mars et 16 avril.
		2 ^e -3 ^e -4 ^e années	7-10	Samedi	12h15 à 13h30	5 fév.	7 mai	Présentation samedi le 7 mai à 13h00. Relâches: 12 mars et 16 avril.
		5 ^e -6 ^e années	10-12	Samedi	13h45 à 15h15	18 sept.	23 avril	Spectacle samedi le 23 avril à 15h00. Relâches: 12 mars et 16 avril.
Activités ADOS			Âge	Journée	Heure	Début	Fin	Relâches et congés
Basketball mixte		6 ^e année-Sec.1-2	11-14	Vendredi	18h00 à 19h30	4 fév.	22 avril	18 février, 11 mars et 15 avril.
		Sec. 3 à 5	14-17	Vendredi	19h30 à 21h00	4 fév.	22 avril	
Volleyball pour tous			15+	Lundi	18h45 à 20h15	14 fév.	11 avril	7 mars.
Activités ADULTES			Âge	Journée	Heure	Début	Fin	Relâches et congés
Badminton libre		Avancé	16+	Mercredi	19h00 à 21h45	16 fév.	6 avril	9 mars.
Basketball mixte adulte			18+	Mardi	19h15 à 21h15	22 fév.	12 avril	mardi 8 mars
Cardio-latino			16+	Lundi	18h30 à 19h30	21 fév.	11 avril	7 mars + 1 date à déterminer.
Club de marche L'Orée des Bois			18+	Lun + Mer	19h30 à 20h30	31 janv.	6 avril	7 et 9 mars.
Conditionnement physique			16+	Mardi	20h30 à 21h30	15 fév.	24 mai	mardi 8 mars et jeudi 10 mars.
				Jeudi		17 fév.	26 mai	
Danses latines		Multi-niveaux	16+	Lundi	19h45 à 21h00	21 fév.	11 avril	7 mars + 1 date à déterminer.
Entraînements en circuit			18+	Mercredi	19h30 à 20h30	16 mars	6 avril	
Espagnol		Débutant Niveau 1 et 2	16+	Mercredi	18h15 à 19h45	16 mars	4 mai	
Insanity/HIIT			16+	Mardi	18h20 à 19h10	15 fév.	12 avril	mardis 22 février et 8 mars et jeudi 10 mars.
				Jeudi		17 fév.	7 avril	
Karaté Yoseikan			12+	Mardi	18h55 à 20h25	15 fév.	24 mai	mardi 8 mars, jeudi 10 mars et samedis 12 mars, 16 avril et 21 mai.
				Jeudi	18h55 à 20h25	17 fév.	26 mai	
				Samedi	9h15 à 10h45	19 fév.	28 mai	
Peinture décorative			18+	Mardi	19h00 à 21h00	15 fév.	26 avril	22 février et 8 mars.
Volleyball		Initiés	18+	Jeudi	19h00 à 21h00	17 fév.	7 avril	10 mars.
		Pour tous	15+	Lundi	18h45 à 20h15	14 fév.	11 avril	7 mars.
Yoga		Power Yoga	12+	Mercredi	18h15 à 19h30	16 fév.	6 avril	9 mars
		Yoga stretching		Mercredi	19h45 à 21h00	16 fév.	6 avril	
Zumba			15+	Mardi	19h30 à 20h30	15 fév.	5 avril	8 mars.
Activités ADULTES			Âge	Journée	Heure	Début	Fin	Relâches et congés
Rabais activités de jour en présentiel: 2 activités -25%, 3+ activités -35%								
Abdo-tonus			18+	Vendredi	9h00 à 10h00	25 fév.	15 avril	11 mars.
Cardio-danse			18+	Lundi	10h30 à 11h30	14 fév.	11 avril	lundi 7 mars et vendredi 11 mars.
				Vendredi	11h20 à 12h20	25 fév.	15 avril	
Club de marche Joli-Pas			18+	Mardi + Jeudi	10h30 à 11h30	1 ^{er} fév.	7 avril	8 et 10 mars.
Étirements-renforcement			18+	Vendredi	10h10 à 11h10	25 fév.	15 avril	11 mars.
Peinture décorative			18+	Mardi	12h30 à 15h00	15 fév.	26 avril	8 mars.
Yoga doux			16+	Vendredi	12h45 à 13h45	25 fév.	15 avril	11 mars.
Yoga sur chaise			16+	Lundi	10h15 à 11h15	14 fév.	11 avril	lundi 7 mars et vendredi 11 mars.
				Vendredi	14h00 à 15h00	25 fév.	15 avril	
Yoga - Tous niveaux			18+	Lundi	9h10 à 10h25	14 fév.	11 avril	lundi 7 mars et jeudi 10 mars .
				Jeudi	12h15 à 13h30	17 fév.	7 avril	
Zumba Toning			18+	Mardi	9h15 à 10h15	15 mars	5 avril	
				Jeudi		17 mars	7 avril	
Activités ADULTES via ZOOM			Âge	Journée	Heure	Début	Fin	Relâches et congés
Abdo-étirements ZOOM			18+	Mardi	14h00	15 fév.	12 avril	8 mars.
Entraînements en circuit			16+	Lundi	16h00	14 fév.	11 avril	lundi 7 mars, mercredi 9 mars et vendredi 11mars.
			16+	Mercredi	16h00	16 fév.	13 avril	
			16+	Vendredi	16h00	18 fév.	8 avril	
Espagnol ZOOM			16+	Lundi	10h00 à 12h00	17 janv.	4 avril	24 et 31 janvier et 7 mars
Qi Gong ZOOM			16+	Mercredi	19h30	16 fév.	13 avril	9 mars.
Tai-chi - Tous niveaux ZOOM			16+	Mardi	19h30	15 fév.	12 avril	mardi 8 mars et jeudi 10 mars.
				Jeudi		17 fév.	14 avril	
Yoga FLOW ZOOM			12+	Mardi	19h00	15 fév.	12 avril	8 mars.
Yoga HATHA ZOOM			12+	Lundi	19h00	14 fév.	11 avril	7 mars.
Yoga TONUS ZOOM			18+	Lundi	11h45	14 fév.	11 avril	7 mars.