



Session automne

12 semaines → 18 septembre au 10 décembre 2023

Inscription :

Résidents : 5 et 6 septembre
Tous : 7 et 8 septembre

Pour vous inscrire en ligne, visitez le site Web de Saint-Joseph-du-Lac au sjdl.qc.ca ou suivez le lien vers le code QR ci-contre.



Pour vous inscrire en personne, visitez l'hôtel de ville au 1110 chemin Principal.

- 25 % sur la 2^e inscription dans la même famille (ne s'applique pas aux non-résidents)
- Non-résident : un frais supplémentaire de 50 % sera appliqué
- Frais de retard (Inscription après la période) : 20 \$
- Aucun remboursement ne sera accepté après le 2^e cours, sauf sur présentation d'un billet médical.

Coût :

Enfants : 65 \$*
Adultes : 80 \$*

*Certaines exceptions s'appliquent (100 \$/90 minutes et 120 \$/120 minutes)

0-5 ans

PRÉ-DANSE (3 ans)	Samedi, 8 h – 8 h 45
PRÉ-DANSE (4 ans)	Samedi, 9 h – 9 h 45
MINI-TENNIS (3-5 ans)	Mercredi, 17 h 15 – 18 h
MINI-GYM (3-5 ans)	Samedi, 9 h – 9 h 45

5-14 ans

BADMINTON (parent-enfant)	Lundi, 18 h 30 – 20 h
COSOM (6-9 ans)	Mardi, 18 h 30 – 19 h 30
COSOM (10-14 ans)	Mardi, 19 h 30 – 20 h 30
DANSE BALLET JAZZ (5-8 ans)	Samedi, 10 h – 11 h
DANSE HIP-HOP (5-8 ans)	Samedi, 11 h – 12 h
DANSE HIP-HOP (9-12 ans)	Samedi, 13 h – 14 h
DANSE CONTEMPORAINE (5-8 ans)	Samedi, 12 h – 13 h
GYMNASTIQUE (5-7 ans)	Samedi, 10 h – 11 h
GYMNASTIQUE (8-12 ans)	Samedi, 11 h – 12 h
KINBALL (9-12 ans)	Jeudi, 18 h – 19 h 30
PARKOUR (8-14 ans)	Mardi, 19 h – 20 h 30
TAEKWONDO (5 ans et -)	Samedi, 9 h – 9 h 30
TAEKWONDO (débutant)	Lundi et mercredi, 18 h – 19 h Samedi, 9 h 30 – 10 h 30
TAEKWONDO (intermédiaire et avancé)	Lundi et mercredi, 19 h – 20 h 30 Samedi, 10 h 30 – 12 h
TENNIS (6-9 ans)	Mercredi, 18 h – 19 h
TENNIS (10-14 ans)	Mercredi, 19 h – 20 h





14 ans et +

BADMINTON	Lundi, 20 h – 22 h
COSOM	Mardi, 20 h 30 – 22 h 30
DANSE HIPHOP MOM	Jeudi, 19 h – 20 h
ESPAGNOL (débutant)	Lundi, 19 h – 21 h
ESPAGNOL (intermédiaire)	Mercredi, 19 h – 21 h
ESPAGNOL (avancé)	Mardi, 19 h – 21 h
MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE	Mardi, 19 h – 20 h
PILATES	Mercredi, 20 h – 21 h
PILATES ET STRETCHING	Jeudi, 9 h 30 – 10 h 30
TAEKWONDO (débutant)	Lundi et mercredi, 18 h – 19 h Samedi, 9 h 30 – 10 h 30
TAEKWONDO (intermédiaire)	Lundi et mercredi, 19 h – 20 h 30 Samedi 10 h 30 – 12 h
TENNIS	Mercredi, 20 h – 21 h
TRICOT À LA BROCHE	Jeudi, 19 h – 21 h Un jeudi sur deux
TRICOT AU CROCHET	Lundi, 13 h – 15 h Un lundi sur deux
VOLLEYBALL	Mercredi, 20 h 30 – 22 h 30
YOGA	Lundi, 20 h 30 – 22 h Mardi, 14 h – 15 h 30 Vendredi, 13 h – 14 h 30
YOGA NIDRA	Mercredi, 19 h – 20 h
ZUMBA STRONG	Lundi, 17 h 30 – 18 h 30
ZUMBA FITNESS	Mardi, 17 h – 18 h
ZUMBA CIRCL	Mardi, 18 h 15 – 19 h 15
ZUMBA FITNESS	Mercredi, 18 h 45 – 19 h 45



50 ans et +

MISE EN FORME

Mardi, 13 h – 14 h

Vendredi, 12 h – 13 h

TENNIS

Mercredi, 16 h 15 – 17 h 15

ZUMBA GOLD

Mardi, 9 h 30 – 10 h 30

65 ans et +

MISE EN FORME

Mercredi, 9 h 30 – 10 h 30

YOGA SUR CHAISE

Lundi, 9 h 30 – 10 h 30

YOGA SUR TAPIS

Mercredi, 10 h 45 – 11 h 45

Conférences et formations

VOYAGE : LES RANDONNÉES DANS L'OUEST CANADIEN

Lundi 16 octobre, 19 h

Pierre-Luc est allé deux mois dans l'Ouest canadien à bord d'une « van » pour y faire un maximum de randonnées. S'il a parcouru des sentiers plus classiques dans les parcs du Lac Louise, de Banff et de Jasper, il est également allé découvrir des coins moins fréquentés dans les parcs de Peter Lougheed, de Kootenay et de Yoho. Il rapporte de nombreuses photos des paysages montagneux, des lacs de couleur émeraude et de la faune locale. Venez découvrir ses coups de cœur!

Événements à venir



Tournée technical skateboard

16 septembre, 12 h à 16 h

Lieu: Parc Cyprien-Caron

Animation, démonstrations, tirage. Nous vous attendons en grand nombre!

Brunch et conférence pour les aînés

6 octobre, 9 h à midi

Lieu: Salle municipale située au 1110, chemin Principal

Fête de l'Halloween

28 octobre, 13 h à 17 h

Lieu: Parc Paul-Yvon-Lauzon

Animation, jeux gonflables, labyrinthe hanté, concours et plus encore!





Troupe de danse

Tu aimerais faire partie de la troupe de danse compétitive Alpha?

Viens tenter ta chance lors des auditions qui auront lieu le **9 septembre prochain** au pavillon Jean-Claude-Brunet.

POUR S'INSCRIRE AUX AUDITIONS :

coursdedansealpha@hotmail.com

Dans le courriel, il est important d'y insérer tous les renseignements suivants : Nom du participant, date de naissance et indiquer le style de danse pour lequel le participant souhaite auditionner.

HORAIRE DES AUDITIONS :

Jazz 5-10 ans (AM)

Contemporain 5-9 ans (AM)

Hip-Hop 5-9 ans (AM)

Hip-Hop 10-17 ans (PM)

Contemporain 10-17 ans (PM)



Bénévoles recherchés

Nous sommes activement à la recherche de bénévoles pour conduire des chars allégoriques et des véhicules lors du défilé du 9 décembre 2023.

Pour plus d'informations, communiquez avec le Service des loisirs au loisirs@sjdl.qc.ca



Le retour de l'heure du conte avec Mamie poule.

GRATUIT pour les 3 à 6 ans. (Réservation obligatoire)

Votre enfant découvrira le plaisir de se faire raconter les plus belles histoires et de se laisser transporter dans un monde imaginaire. L'activité se terminera avec la confection d'un bricolage!

Prochaines dates :

- 23 septembre à 9 h 45
- 11 novembre à 9 h 45
- 14 octobre à 9 h 45
- 9 décembre à 9 h 45

Activité bricolage pour Noël avec Mamie Poule

GRATUIT pour les 8 ans et +. (Réservation obligatoire)

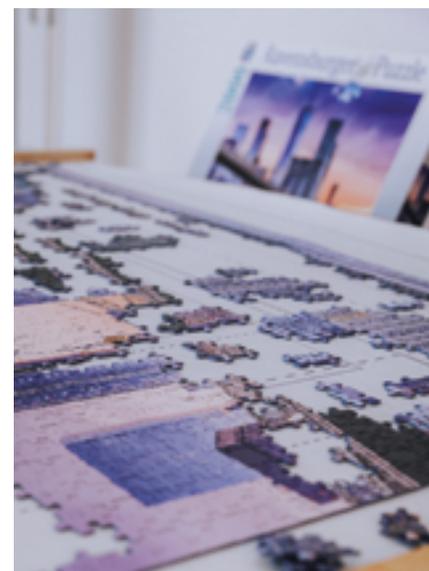
- 16 décembre à 9 h 45

Venez réaliser de magnifiques bricolages de Noël avec Mamie Poule.

Vous souhaitez inscrire votre enfant à l'une des activités proposées par la bibliothèque? Inscrivez votre enfant en personne ou téléphonez au 450 623-1072 poste 267.

Horaire régulier

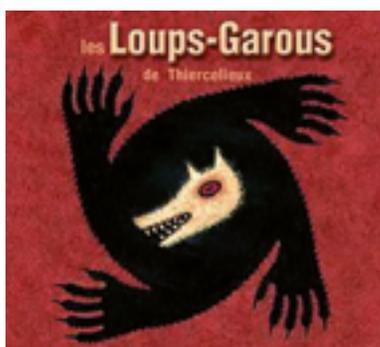
Mardi	9 h à 20 h
Mercredi	9 h à 16 h
Jeudi	9 h à 20 h
Vendredi	9 h à 16 h
Samedi	9 h à 15 h
Dimanche et lundi	Fermé



Donnez une seconde vie à vos casse-têtes grâce à la bibliothèque!

La bibliothèque lance un système d'échange de casse-têtes.

Apportez vos casse-têtes complets et inutilisés au comptoir de la bibliothèque. Offrez à ces jeux une seconde vie et partagez-les avec d'autres passionnés. Ensemble, créons une communauté solidaire qui partage le plaisir des casse-têtes.



Activité Loup-Garou

GRATUIT pour les 10 ans et +. (Réservation obligatoire)

- Date et heure à venir



Heure du conte spécial HALLOWEEN!

GRATUIT pour les 8 ans et +. (Réservation obligatoire)

- 28 octobre à 9 h 45