



Printemps 2026

Préinscription : 23 mars au 5 avril, inscriptions générales : dès le 7 avril
Piscines : Préinscription : 9 au 18 mars, inscriptions générales : dès le 19 mars

Activité	Date de début	Date de fin	Horaire	Durée de la séance	Lieu	Nombre de séances	Prix taxes incluses
Anglais Débutant 2 Lundi 13h00 - Lydia Borecki	4 mai 2026	15 juin 2026	Lundi 13h00 à 15h00	2:00	Local 010	6	61,00 \$
Anglais Intermédiaire mercredi 10h00 - Lydia Borecki	6 mai 2026	10 juin 2026	Mercredi 10h00 à 12h00	2:00	Local 010	6	61,00 \$
Aquaforme Du Sablon Jeudi 11h00	2 avril 2026	18 juin 2026	Jeudi 11h00 à 11h55	0:55	Piscine Centre du Sablon	12	168,00 \$
Aquaforme Du Sablon Mercredi 12h00	1 avril 2026	17 juin 2026	Mercredi 12h00 à 12h55	0:55	Piscine Centre du Sablon	12	168,00 \$
Aquaforme Val-des-Arbres Jeudi 10h05	2 avril 2026	4 juin 2026	Jeudi 10h05 à 11h00	0:55	Piscine Val-des-Arbres	10	130,00 \$
Aquaforme Val-des-Arbres Jeudi 11h10	2 avril 2026	4 juin 2026	Jeudi 11h10 à 12h05	0:55	Piscine Val-des-Arbres	10	130,00 \$
Aquaforme Val-des-Arbres Lundi 10h05	30 mars 2026	1 juin 2026	Lundi 10h05 à 11h00	0:55	Piscine Val-des-Arbres	8	104,00 \$
Aquaforme Val-des-Arbres Lundi 11h10	30 mars 2026	1 juin 2026	Lundi 11h10 à 12h05	0:55	Piscine Val-des-Arbres	8	104,00 \$
Aquaforme Val-des-Arbres Mardi 10h05	31 mars 2026	2 juin 2026	Mardi 10h05 à 11h00	0:55	Piscine Val-des-Arbres	10	130,00 \$
Aquaforme Val-des-Arbres Mardi 11h10	31 mars 2026	2 juin 2026	Mardi 11h10 à 12h05	0:55	Piscine Val-des-Arbres	10	130,00 \$
Aquajogging Val-des-Arbres Lundi 9h00	30 mars 2026	1 juin 2026	Lundi 09h00 à 09h55	0:55	Piscine Val-des-Arbres	8	115,00 \$
Cerveaux actifs - Niveau 2 - cahier obligatoire	Cahier Cerveaux actifs niveau 2 obligatoire					1	19,00 \$
Cerveaux actifs - Niveau 2 - Mercredi 09h00 - Manon Baril	6 mai 2026	10 juin 2026	Mercredi 09h00 à 11h30	2:30	Local 218	6	72,00 \$
Chorale La Relance - jeudi 13h30	7 mai 2026	11 juin 2026	Jeudi 13h30 à 15h15	1:45	Local 009	6	33,00 \$
Danse en ligne niveau 1 vendredi 9h00 - Gilbert Laniel	8 mai 2026	12 juin 2026	Vendredi 09h00 à 10h15	1:15	Local 106	6	29,00 \$
Danse en ligne niveau 2 vendredi 10h30 - Gilbert Laniel	8 mai 2026	12 juin 2026	Vendredi 10h30 à 11h45	1:15	Local 106	6	29,00 \$
Danse en ligne niveau 3 jeudi 9h00 - Gilbert Laniel	7 mai 2026	11 juin 2026	Jeudi 09h00 à 11h30	2:30	Local 106	6	52,00 \$
Danse en ligne pratique mardi 9h30 - Gilbert Laniel	5 mai 2026	9 juin 2026	Mardi 09h30 à 11h30	2:00	Local 106	6	42,00 \$
Danse en ligne Country mercredi 10h15 - Sylvie Couture	6 mai 2026	10 juin 2026	Mercredi 10h15 à 11h45	1:30	Local 006	6	70,00 \$
Danse sur chaise	21 mai 2026	11 juin 2026	Jeudi 11h00 à 12h00	1:00	Local 009	4	23,00 \$
Atelier d'écriture mardi 9h30 -	19 mai 2026	9 juin 2026	Mardi 09h30 à 12h00	2:30	Local 109	4	62,00 \$
Espagnol débutant 3 jeudi 13h00 - Maria Mosquera	7 mai 2026	11 juin 2026	Jeudi 13h00 à 15h00	2:00	Local 109	6	70,00 \$
Espagnol intermédiaire 4 lundi 9h30 - Maria Mosquera	4 mai 2026	15 juin 2026	Lundi 09h30 à 11h30	2:00	Local 109	6	70,00 \$
Espagnol avancé supérieur A - mercredi 13h00 - Maria Mosquera #353	6 mai 2026	10 juin 2026	Mercredi 13h00 à 16h00	3:00	Local 109	6	101,00 \$
Espagnol avancé supérieur B - jeudi 9h00 - Maria Mosquera #482	7 mai 2026	11 juin 2026	Jeudi 09h00 à 12h00	3:00	Local 109	6	101,00 \$
Espagnol avancé 4 vendredi 9h00 - Maria Mosquera	8 mai 2026	12 juin 2026	Vendredi 09h00 à 12h00	3:00	Local 109	6	101,00 \$



Printemps 2026

Préinscription : 23 mars au 5 avril, inscriptions générales : dès le 7 avril
Piscines : Préinscription : 9 au 18 mars, inscriptions générales : dès le 19 mars

Activité	Date de début	Date de fin	Horaire	Durée de la séance	Lieu	Nombre de séances	Prix taxes incluses
Espagnol voyage intermédiaire 2 mardi 9h00- Saskia Zurita	5 mai 2026	16 juin 2026	Mardi 09h00 à 11h00	2:00	Local 013	6	70,00 \$
Espagnol voyage et culture avancé 2 -mardi 11h15 - Saskia Zurita	5 mai 2026	16 juin 2026	Mardi 11h15 à 13h15	2:00	Local 013	6	70,00 \$
Étirements 161 Lundi 13h15 - Jean Lamoureux	4 mai 2026	15 juin 2026	Lundi 13h15 à 14h15	1:00	Local 106	6	34,00 \$
Étirements 291 Mardi 14h30 - Jean Lamoureux	5 mai 2026	9 juin 2026	Mardi 14h30 à 15h30	1:00	Local 106	6	34,00 \$
Étirements 371 Mercredi 14h30 - Jean Lamoureux	6 mai 2026	10 juin 2026	Mercredi 14h30 à 15h30	1:00	Local 106	6	34,00 \$
Étirements 450 Jeudi 13h15 - Jean Lamoureux	7 mai 2026	11 juin 2026	Jeudi 13h15 à 14h15	1:00	Local 106	6	34,00 \$
Exercices Adaptés Lundi 09h30 - Marie-Claude Renaud	1 juin 2026	15 juin 2026	Lundi 09h30 à 10h30	1:00	Local 108	3	31,00 \$
Exercices Adaptés Lundi 10h45 - Marie-Claude Renaud	1 juin 2026	15 juin 2026	Lundi 10h45 à 11h45	1:00	Local 108	3	31,00 \$
Exercices Adaptés Mercredi 09h30 - Marie-Claude Renaud	3 juin 2026	17 juin 2026	Mercredi 09h30 à 10h30	1:00	Local 009	3	31,00 \$
Exercices Adaptés Mercredi 10h45 - Marie-Claude Renaud	3 juin 2026	17 juin 2026	Mercredi 10h45 à 11h45	1:00	Local 009	3	31,00 \$
Exercices Adaptés Vendredi 09h30 - Marie-Claude Renaud	5 juin 2026	19 juin 2026	Vendredi 09h30 à 10h30	1:00	Local 215	3	31,00 \$
Introduction à la généalogie cohorte 1- jeudi 9h30 à 11h30 - Lynda Beaudriault	21 mai 2026	4 juin 2026	Jeudi 09h30 à 11h30	2:00	Local 215	3	25,00 \$
Histoire de l'art Mardi 10h00 - Maryse Chevrette	Dates à confirmer		Mardi 10h00 à 12h00	2:00	Local 006	3	48,00 \$
Introduction à l'intelligence artificielle 1- vendredi 10h00 - ELC	8 mai 2026	12 juin 2026	Vendredi 10h00 à 12h00	2:00	Local 104	6	57,00 \$
Introduction à l'intelligence artificielle 2 -jeudi 10h00 - ELC	7 mai 2026	11 juin 2026	Jeudi 10h00 à 12h00	2:00	Local 104	6	57,00 \$
Atelier de dépannage Android	Date à confirmer		Mardi 9h00 à 12h00	3:00	Local 104	6	25,00 \$
Ipad, Iphone, Icloud Intermédiaire Mercredi 10h00 - ELC	6 mai 2026	10 juin 2026	Mercredi 10h00 à 12h00	2:00	Local 104	6	57,00 \$
Italien Débutant 2 mercredi 9h30 - Enza Monaco	6 mai 2026	10 juin 2026	Mercredi 09h30 à 11h30	2:00	Local 217	6	70,00 \$
Italien Élémentaire 2 mardi 9h30 - Enza Monaco	5 mai 2026	9 juin 2026	Mardi 09h30 à 11h30	2:00	Local 217	6	70,00 \$
Jouer au 500 Jeudi 13h00 à 15h45	23 avril 2026	28 mai 2026	Jeudi 13h00 à 15h45	2:45	Local 104	6	17,00 \$
Mise en forme Énergie 501 Vendredi 9h15 - Marie Sejaan	22 mai 2026	12 juin 2026	Vendredi 9h15 à 10h15	1:00	Local 006	4	23,00 \$
Mise en forme Énergie 531 Vendredi 10h30- Marie Sejaan	22 mai 2026	12 juin 2026	Vendredi 10h30 à 11h30	1:00	Local 006	4	23,00 \$
Mise en forme 121 Lundi 8h45 - Jean Lamoureux	4 mai 2026	15 juin 2026	Lundi 08h45 à 09h45	1:00	Local 106	6	34,00 \$
Mise en forme 131 Lundi 10h00 - Jean Lamoureux	4 mai 2026	15 juin 2026	Lundi 10h00 à 11h00	1:00	Local 106	6	34,00 \$
Mise en forme 141 Lundi 11h15 - Jean Lamoureux	4 mai 2026	15 juin 2026	Lundi 11h15 à 12h15	1:00	Local 106	6	34,00 \$
Mise en forme 171 Lundi 14h30 - Jean Lamoureux	4 mai 2026	15 juin 2026	Lundi 14h30 à 15h30	1:00	Local 106	6	34,00 \$



Printemps 2026

Préinscription : 23 mars au 5 avril, inscriptions générales : dès le 7 avril
Piscines : Préinscription : 9 au 18 mars, inscriptions générales : dès le 19 mars

Activité	Date de début	Date de fin	Horaire	Durée de la séance	Lieu	Nombre de séances	Prix taxes incluses
Mise en forme 271 Mardi 13h15 - Jean Lamoureux	5 mai 2026	9 juin 2026	Mardi 13h15 à 14h15	1:00	Local 106	6	34,00 \$
Mise en forme 321 Mercredi 8h45 - Jean Lamoureux	6 mai 2026	10 juin 2026	Mercredi 08h45 à 09h45	1:00	Local 106	6	34,00 \$
Mise en forme 332 Mercredi 10h00 - Jean Lamoureux	6 mai 2026	10 juin 2026	Mercredi 10h00 à 11h00	1:00	Local 106	6	34,00 \$
Mise en forme 341 Mercredi 11h15 - Jean Lamoureux	6 mai 2026	10 juin 2026	Mercredi 11h15 à 12h15	1:00	Local 106	6	34,00 \$
Mise en forme 351 Mercredi 13h15 - Jean Lamoureux	6 mai 2026	10 juin 2026	Mercredi 13h15 à 14h15	1:00	Local 106	6	34,00 \$
Mise en forme 471 Jeudi 14h30 - Jean Lamoureux	7 mai 2026	11 juin 2026	Jeudi 14h30 à 15h30	1:00	Local 106	6	34,00 \$
Mouvements corporels conscients Vendredi 09h00 - Sylvie Perron	17 avril 2026	29 mai 2026	Vendredi 09h00 à 10h30	1:30	Local 213	6	56,00 \$
Mouvements corporels conscients Vendredi 11h00 - Sylvie Perron	17 avril 2026	29 mai 2026	Vendredi 11h00 à 12h30	1:30	Local 213	6	56,00 \$
Peinture à l'huile Lundi 13h00 - Réjean Riendeau	4 mai 2026	15 juin 2026	Lundi 13h00 à 15h30	2:30	Local 213	6	88,00 \$
Pilates jeudi 13h15 - Paul Bertrand	7 mai 2026	11 juin 2026	Jeudi 13h15 à 14h30	1:15	Local 108	6	60,00 \$
Pilates Mardi 13h15 - Paul Bertrand	5 mai 2026	9 juin 2026	Mardi 13h15 à 14h30	1:15	Local 108	6	60,00 \$
Pilates Mercredi 13h15 - Paul Bertrand	6 mai 2026	10 juin 2026	Mercredi 13h15 à 14h30	1:15	Local 108	6	60,00 \$
Qi Gong (débutant) Vendredi 10h30 - Élise Hervatin	8 mai 2026	12 juin 2026	Vendredi 10h30 à 11h30	1:00	Local 009	6	48,00 \$
Qi Gong Jeudi 13h00 - Élise Hervatin	7 mai 2026	11 juin 2026	Jeudi 13h00 à 14h15	1:15	Local 215	6	52,00 \$
Qi Gong Lundi 10h45 - Élise Hervatin	4 mai 2026	15 juin 2026	Lundi 10h45 à 12h00	1:15	Local 009	6	52,00 \$
Qi Gong Vendredi 9h00 - Élise Hervatin	8 mai 2026	12 juin 2026	Vendredi 09h00 à 10h15	1:15	Local 009	6	52,00 \$
Scrabble duplicate Mercredi 13h30 - Diane Desrosiers	29 avril 2026	3 juin 2026	Mercredi 13h30 à 15h30	2:00	Local 104	6	20,00 \$
Tai-Chi Quan 1 - 2e partie des 24 pas (débutant) - Lundi 09h15 - Jean Lépine	4 mai 2026	15 juin 2026	Lundi 09h15 à 10h15	1:00	Local 215	6	44,00 \$
Tai-Chi Quan 3 - 2e partie des 108 pas - Lundi 10h30 - Jean Lépine	4 mai 2026	15 juin 2026	Lundi 10h30 à 12h00	1:30	Local 215	6	60,00 \$
Tai-Chi Quan 4 - Perfectionnement des 108 pas - Lundi 13h00 - Jean Lépine	4 mai 2026	15 juin 2026	Lundi 13h00 à 14h30	1:30	Local 215	6	60,00 \$
Viactive Jeudi 13h30 - Jeanne Bauduin	7 mai 2026	11 juin 2026	Jeudi 13h30 à 15h00	1:30	Local 006	6	20,00 \$
Viactive Lundi 10h30 - Jeanne Bauduin	4 mai 2026	15 juin 2026	Lundi 10h30 à 12h00	1:30	Local 006	6	20,00 \$
Yoga sur chaise - lundi 13h00 - Diane Roy	20 avril 2026	1 juin 2026	Lundi 13h00 à 14h15	1:15	Local 108	5	35,00 \$
Yoga sur chaise - lundi 14h30 - Diane Roy	20 avril 2026	1 juin 2026	Lundi 14h30 à 15h45	1:15	Local 108	5	35,00 \$
Yoga Otha Zen Mardi 9h30 - Isabelle Brisson	5 mai 2026	9 juin 2026	Mardi 09h30 à 11h00	1:30	Local 108	6	60,00 \$
Yoga Zen débutant Mercredi 10h00 - May Char	6 mai 2026	10 juin 2026	Mercredi 10h00 à 11h45	1:45	Local 108	6	70,00 \$



Printemps 2026

Préinscription : 23 mars au 5 avril, inscriptions générales : dès le 7 avril
Piscines : Préinscription : 9 au 18 mars, inscriptions générales : dès le 19 mars

Activité	Date de début	Date de fin	Horaire	Durée de la séance	Lieu	Nombre de séances	Prix taxes incluses
Yoga Zen Jeudi 13h30 - May Char	7 mai 2026	11 juin 2026	Jeudi 13h30 à 15h15	1:45	Local 213	6	70,00 \$
Zumba Gold Lundi 9h30 - Christine Lévesque	27 avril 2026	8 juin 2026	Lundi 09h30 à 10h30	1:00	Local 009	6	47,00 \$
Zumba Gold Toning Mardi 09h15 - Marie Sejaan	19 mai 2026	9 juin 2026	Mardi 9h15 à 10h15	1:00	Local 009	4	32,00 \$
Zumba Gold Mardi 10h30 - Marie Sejaan	19 mai 2026	9 juin 2026	Mardi 10h30 à 11h30	1:00	Local 009	4	32,00 \$
Zumba Gold Jeudi 9h45 - Marie Sejaan	21 mai 2026	11 juin 2026	Jeudi 9h45 à 10h45	1:00	Local 009	4	32,00 \$