

# PROGRAMMATION automne 2017

## LOISIRS SAINT-BASILE



INSCRIPTION À PARTIR DU 28 août 2017-  
En ligne au : <http://saintbasile.qc.ca/>

### COURS DE ZUMBA Toning

Professeur : Karine Bertrand  
Endroit : Centre Ernest-J.-Papillon  
Durée : 10 semaines  
Début : Jeudi 14 septembre 2017  
Heure : 19h30 à 20h30  
Coût : 75\$

### COURS DE YOGA PILATES

Professeur : Divertdanse  
Endroit : École Les trois sources  
Durée : 12 semaines  
Début : Lundi 18 septembre  
Heure : 19h30 à 20h30  
Coût : 100\$  
Matériel requis : tapis de yoga

### COURS DE CARDIO MILITAIRE

Professeur : Divertdanse  
Endroit : École Les trois sources  
Durée : 12 semaines  
Début : Mardi 19 septembre 2017  
Heure : 19h30 à 20h30  
Coût : 100\$

### BADMINTON LIBRE

Endroit : Centre Ernest-J.- Papillon  
Tous les vendredi de 19h00 à 21h00  
Présentez-vous sur place avec votre raquette  
Selon disponibilité des terrains.  
Allez voir notre page facebook, nous y annoncerons  
la disponibilité des terrains

### BRICOLAGE 5-8 ans

Professeur : Coralie De Carufel  
Endroit : Centre nature  
Durée : 5 semaines  
Début : Dimanche 24 septembre 2017  
De 9h à 12h  
Coût : 50\$

### COURS ANGLAIS ADULTE

Endroit : Centre nature  
Durée : 10 semaines  
Début : Lundi 18 septembre 2017  
Heure : 19h00 à 20h30  
Coût : 130\$ matériels et photocopies inclus

### COURS DE GUITARE POUR LES 5-10 ans débutants

Endroit : Centre nature  
Durée : 8 semaines  
Début : Samedi 16 septembre 2017  
Heure : 10h à 11h15  
Coût : 60\$  
Matériel requis : Guitare  
Professeur : Coralie De Carufel

### COURS DE KARATÉ

Début : Lundi 11 septembre 2017  
Endroit : Centre Ernest -J.-Papillon  
Juniors 5-11 ans: 18h00 à 19h00  
Adultes 12 ans et + : 19h à 20h30  
Coût : 1<sup>er</sup> enfant : 55\$ - 2<sup>ème</sup> enfant : 50\$  
Adulte : 75\$  
Inscription sur place

### COURS DE JIU-JITSU

Début : Mardi 19 septembre 2017  
Endroit : Centre Ernest- J.-Papillon  
Heure : 19h30 à 21h00  
Coût : 90\$/personnes 150\$ pour 2 personnes

### COURS DE IAIDO

Début : Mercredi 13 septembre  
Endroit : École Les trois sources  
Heure : 19h00 à 20h30  
Info et inscription : Roger Alain 418 329-3458  
Coût : 75\$/10 cours --- 10\$/cours



### **COURS DE GYMNASTIQUE 3-5 ans**

Professeur : Kathie Paquet  
Endroit : Centre Ernest-J.-Papillon  
Durée : 10 semaines  
Début : Mardi 19 septembre 2017  
Heure : 17h30 à 18h15  
Coût : 60\$

### **COURS DE GYMNASTIQUE 6-12 ans**

Professeur : Kathie Paquet  
Endroit : Centre Ernest-J.-Papillon  
Durée : 10 semaines  
Début : Mardi 19 septembre 2017  
Heure : 18h15 à 19h15  
Coût : 70\$

### **DÉGUSTATION DE BIÈRES SIGNATURE**

Avec Sébastien Allen  
Vous découvrirez plusieurs variétés de bières hautes gammes le samedi le 28 octobre au Centre nature de 13h à 16h. Si la température le permet, nous ferons cette activité à l'extérieur sinon à l'intérieur du chalet. Pour cette dégustation spéciale signature, nous aurons des bouchées fines de même que des bières avoisinantes les 20\$. Excellent moment pour venir faire un petit social.  
Samedi 28 octobre 2017 de 13h à 16h  
Coût : 60\$  
Animateur : Sébastien Allen

### **VIE ACTIVE**

Programme destiné à une clientèle en forme ou désirant améliorer sa condition physique, axé sur la santé cardio vasculaire et misant sur l'équilibre et les exercices de renforcement musculaire.  
Début : Mardi le 12 septembre 2017  
Fréquence : chaque mardi et vendredi  
Coût : gratuit  
Endroit : Centre Ernest-J.-Papillon

### **DECK HOCKEY**

Endroit : Centre Ernest -J.- Papillon  
Durée : 10 semaines  
Début : Dimanche 17 septembre 2017  
5-7 ans : 9h à 10h15  
8-11 ans : 10h30 à 11h45  
Coût : 60\$

### **COURS À LA RETRAITE**

Sous la responsabilité du Service aux entreprises du centre Louis-Jolliet, de la Commission scolaire de la Capitale, une équipe d'experts a préparé un contenu pour vous aider à planifier votre projet de retraite. Le cours dispensé à Portneuf est d'une durée de 15 heures, soit 5 soirs de 3 heures qui se dérouleront les mercredis, 1<sup>er</sup>, 8, 15, 22 et 29 novembre 2017 de 18h30 à 21h30.  
Le coût est de 133\$ et comprend le volume du participant et une pochette incluant différents documents d'information. Info : 418 286-3844 #28

### **COURS AQUARELLE ET DESSIN**

Différents cours vous sont offerts par Madame Suzanne Chrétien.  
Pour informations et inscriptions : 418 329-2687

### **ACCÈS LOISIRS**

Pour bénéficier d'Accès-Loisirs, vous devez vous rendre sur place et vous inscrire en présentant une preuve de revenu ainsi qu'une preuve de résidence (obligatoire).

*Inscriptions : 7 septembre* Local du Service d'entraide de Saint-Basile (Sous-sol de l'Église)

Nous vous invitons à communiquer au 418 329-2204 poste 923 si vous avez des questions ou encore consultez notre site internet au [www.saintbasile.qc.ca](http://www.saintbasile.qc.ca)

Merci à tous  
Eric  
eric.de.carufel@saintbasile.qc.ca