

SPORTS ET ACTIVITÉS PHYSIQUES

Prendre note que les horaires qui sont sur cette liste sont sujet à changement et pourraient être différentes sur notre plateforme d'inscription. En cas de disparité, vous devez utiliser la liste sur la plateforme. Sachez toutefois que nous tentons de tenir cette liste à jour.

Activité	Groupe	Niveau	Journée	Heure	Date	Âge min	Âge max	Prix	Note	Ressources rattachées
Sportif en herbe	mardi 18h30 (3 à 6 ans)		mardi	18:30 - 19:30	2019-09-17 - 2020-04-07	3	6	140		Barbara Laforte Boisé Papineau 215,
Sportif en herbe	dimanche 08h00 (3 à 6 ans)		dimanche	08:00 - 09:00	2019-09-15 - 2020-04-05	3	6	140		Barbara Laforte Salle Philippe Danakas (C. d'A. Duvernay),
Motricité Yoga Gym	samedi 15h30 (4 - 7 ans)		samedi	15:30 - 16:30	2019-09-14 - 2020-04-04	4	7	140		Barbara Laforte Salle Philippe Danakas (C. d'A. Duvernay),
Activité	Groupe	Niveau	Journée	Heure	Date	Âge min	Âge max	Prix	Note	Ressources rattachées
Mise en forme et aérobic	(jeudi 19h00)		jeudi	19:00 - 20:00	2019-09-12 - 2019-12-12	15		Jeunes Adultes : 80.00 Adultes : 95.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Aphrodite Patra Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),
Mise en forme et aérobic	(lundi 10h00)		lundi	10:00 - 11:00	2019-09-09 - 2019-12-16	15		Jeunes Adultes : 80.00 Adultes : 95.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Line Cartier Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),
Mise en forme et aérobic	(mardi 19h00)		mardi	19:00 - 20:00	2019-09-10 - 2019-12-10	15		Jeunes Adultes : 80.00 Adultes : 95.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Aphrodite Patra Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),
Mise en forme et aérobic	(mercredi 10h00)		mercredi	10:00 - 11:00	2019-09-11 - 2019-12-11	15		Jeunes Adultes : 80.00 Adultes : 95.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Line Cartier Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),
Mise en forme et aérobic	(vendredi 10h00)		vendredi	10:00 - 11:00	2019-09-13 - 2019-12-13	15		Jeunes Adultes : 80.00 Adultes : 95.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Line Cartier Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),
Stretching	(mardi 20h00)		mardi	20:00 - 21:00	2019-09-10 - 2019-12-10	15		Jeunes Adultes : 80.00 Adultes : 95.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Myriam Yoth Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),

Stretching	(jeudi 20h00)		jeudi	20:00 - 21:00	2019-09-12 - 2019-12-12	15		Jeunes Adultes : 80.00 Adultes : 95.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Myriam Yoth Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),
Activité	Groupe	Niveau	Journée	Heure	Date	Age min	Age max	Prix	Note	Ressources rattachées
Badminton	(jeudi 20h50)	Intermédiaire et +	jeudi	20:50 - 22:50	2019-09-12 - 2020-06-04	18		130.00		École Georges Vanier, porte # 6 par la rue Mondor-Gymnase,
Badminton	(mardi 20h50)	Débutant et interm.	mardi	20:50 - 22:50	2019-09-10 - 2020-05-05	18		115.00		École Georges Vanier, porte # 6 par la rue Mondor-Gymnase,
Volley Ball	(lundi 20h50)	Récréatif	lundi	20:50 - 22:50	2019-09-09 - 2020-06-01	18		115.00		École Georges Vanier, porte # 6 par la rue Mondor-Gymnase,
Activité	Groupe	Niveau	Journée	Heure	Date	Age min	Age max	Prix	Note	Ressources rattachées
Pilates	(mardi 17h00)		mardi	17:00 - 18:00	2019-09-10 - 2019-12-10	15		Jeunes Adultes : 80.00 Adultes : 95.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Louise De Barbuat Salle Philippe Danakas (C. d'A. Duvernay),
Pilates	(mardi 18h00)		mardi	18:00 - 19:00	2019-09-10 - 2019-12-10	15		Jeunes Adultes : 80.00 Adultes : 95.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Louise De Barbuat Salle Philippe Danakas (C. d'A. Duvernay),
Tai-chi	(mardi 10h00)	Intermédiaire	mardi	10:00 - 11:00	2019-09-10 - 2019-12-10	17		95.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay), Lépine J.M.
Tai Chi	(mardi 11h00)	Débutant	mardi	11:00 - 12:00	2019-09-10 - 2019-12-10	17		95.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay), Lépine J.M.
Strong by Zumba	(samedi 10h00)		samedi	10:00 - 11:00	2019-09-14 - 2019-12-14	15		Jeunes Adultes : 80.00 Adultes : 95.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Centre St-Vincent, 1111 Place Jean Eudes Blanchard, Laval Québec
Yoga	(jeudi 13h00)		jeudi	13:00 - 14:00	2019-09-12 - 2019-12-12	18		110.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Boisé Papineau 010-011, Josée Goyette

Yoga	(lundi 18h30)		lundi	18:30 - 20:00	2019-09-09 - 2019-12-21	18	140.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Boisé Papineau 009, Brigitte Schuehmacher
Yoga	Power Yoga (vendredi 19h00)		vendredi	19:00 - 20:30	2019-09-13 - 2019-12-13	12	140.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Centre St-Vincent, 1111 Place Jean Eudes Blanchard, Laval Québec Lia Rapsomanikis
Yoga	(lundi 20h00)		lundi	20:00 - 21:30	2019-09-09 - 2019-12-21	18	140.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Boisé Papineau 009, Brigitte Schuehmacher
Yoga	Avancé (mardi 19h00)		mardi	19:00 - 20:30	2019-09-10 - 2019-12-10	14	140.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Boisé Papineau 010-011, Lia Rapsomanikis
Yoga méditation	(mercredi 10h00)		mercredi	10:00 - 11:00	2019-09-11 - 2019-12-11	18	110.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Boisé Papineau 010-011, Josée Goyette
Yoga	(mardi 13h30)		mardi	13:30 - 15:00	2019-09-10 - 2019-12-10	18	140.00	Le prix de la deuxième, troisième, quatrième activités est réduit de 35 %. Ce rabais s'applique aux cours de cardio-zen, entraînement max, mise en forme, pilates, stretching, tabata, tai-chi, yoga et zumba	Boisé Papineau 013, Josée Goyette