

PROGRAMMATION DES LOISIRS INTERMUNICIPAUX

Cours	Jour	Heure	Durée	Salle	Adresse
Pilates	lundi	09h30 - 10h30	8 avril au 10 juin	salle communautaire, Hôtel de ville	21 Ch. Millington, Austin
Zumba Gold ANNULÉ	lundi	10h40 - 11h40	8 avril au 10 juin	salle communautaire, Hôtel de ville	21 Ch. Millington, Austin
Cardio Strong30 + Musculation	lundi	17h30 - 18h30	8 avril au 10 juin	sous-sol, Complexe St-Édouard	366 rue Principale, Eastman (Porte 2)
Volleyball débutant	lundi	18h00 - 19h30	1er avril au 3 juin	gymnase, école Val-de-Grâce	500 rue Principale, Eastman (Porte 6)
Pilates	lundi	18h40 - 19h40	8 avril au 10 juin	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard	366 rue Principale, Eastman (Porte 2)
Volleyball avancé	lundi	19h30 - 21h00	1er avril au 3 juin	gymnase, école Val-de-Grâce	500 rue Principale, Eastman (Porte 6)
Yoga sur chaise ANNULÉ	mardi	09h30 - 10h30	2 avril au 4 juin	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard	366 rue Principale, Eastman (Porte 2)
Acro-Gym 6-12 ans	mardi	11h50 - 12h50	2 avril au 4 juin	gymnase, école Val-de-Grâce	500 rue Principale, Eastman (Porte 6)
Bridge	mardi	13h00 - 16h00	2 avril au 4 juin	sous-sol, Complexe St-Édouard	366 rue Principale, Eastman (Porte 2)
Cirque 6-12 ans	mardi	15h20 - 16h50	2 avril au 4 juin	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard	366 rue Principale, Eastman (Porte 2)
Yoga Flow	mardi	19h00 - 20h00	2 avril au 4 juin	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard	366 rue Principale, Eastman (Porte 2)
Tai-Chi style Yang 24	mercredi	09h30 - 11h00	3 avril au 5 juin	église St-Cajetan	324 Rue Principale, Mansonville
Yoga pilates	mercredi	09h30 - 10h45	3 avril au 5 juin	salle communautaire, Hôtel de ville	21 Ch. Millington, Austin
Gym douce	mercredi	11h00 - 12h00	3 avril au 5 juin	salle communautaire, Hôtel de ville	21 Ch. Millington, Austin
Tissu aérien 8-12 ans	mercredi	16h30 - 17h30	3 avril au 5 juin	gymnase, école Val-de-Grâce	500 rue Principale, Eastman (Porte 6)
Volleyball débutant	mercredi	19h30 - 21h00	3 avril au 5 juin	gymnase, école Val-de-Grâce	500 rue Principale, Eastman (Porte 6)
Remise en forme ANNULÉ	jeudi	09h00 - 10h00	4 avril au 6 juin	sous-sol, Complexe St-Édouard	366 rue Principale, Eastman (Porte 2)
Étirements actifs ANNULÉ	jeudi	10h10 - 11h10	4 avril au 6 juin	sous-sol, Complexe St-Édouard	366 rue Principale, Eastman (Porte 2)
Karaté 6-12 ans ANNULÉ	jeudi	16h30 - 17h30	4 avril au 6 juin	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard	500 rue Principale, Eastman (Porte 6)
Cardio kick boxe ANNULÉ	jeudi	17h40 - 18h40	4 avril au 6 juin	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard	500 rue Principale, Eastman (Porte 6)
Badminton ANNULÉ	jeudi	18h00 - 19h00	4 avril au 6 juin	gymnase, école Val-de-Grâce	500 rue Principale, Eastman (Porte 6)
Tai-Chi style Dong débutant	jeudi	18h00 - 19h00	4 avril au 6 juin	sous-sol, Complexe St-Édouard	366 rue Principale, Eastman (Porte 2)
Tai-Chi style Dong intermédiaire	jeudi	19h10 - 20h10	4 avril au 6 juin	sous-sol, Complexe St-Édouard	366 rue Principale, Eastman (Porte 2)
Tai Chi les bases ANNULÉ	vendredi	13h30 - 15h00	12 avril au 31 mai	parc Rivière Misisquoi Nord	route 243, Mansonville
JōDō Kenjutsu ANNULÉ	samedi	09h00 - 10h30	6 avril au 8 juin	église St-Cajetan	324 Rue Principale, Mansonville

Atelier	Jour	Heure	Durée	Endroit	Adresse
Relaxation, Chi et Qi Gong	mardi	09h30 - 12h00	9 avril	salle du conseil, Hôtel de ville	858 route Misisquoi, Bolton-Est
Relaxation, Chi et Qi Gong	mercredi	17h30 - 20h00	10 avril	salle du conseil, Maire	9 rang de la Montagne, St-Étienne-de-Bolton
Shinrin Yoku	vendredi ou samedi	26 avril 12h30-15h30 et/ou 11 mai 9h à 12h et/ou 24 mai 12h30-15h30		Sentiers Misisquoi-Nord	Sentier Rivain (SÉdB) / Sentier de la Sablière (B-E) / Sentier de la Chute à Louise (SÉdB)
Pagaie pour tous	samedi	09h30 - 12h30	8 juin	Lac d'Argent	parc de la Grève, rue de la Grève, Eastman
Pagaie pour tous	samedi	09h00 - 12h00	15 juin	Rivière Misisquoi	parc de la Rivière Misisquoi-Nord, route 243, Pottton
Kayak de mer niveau 1	samedi	09h00 - 17h00	29 juin	Lac d'Argent	parc de la Grève, rue de la Grève, Eastman