



Nom:

Téléphone:

ID:

L'inscription se fait sur le principe du premier arrivé, premier servi.

Veillez indiquer votre choix avec un X

CONDITIONNEMENT ET ACTIVITÉS PHYSIQUES

LUNDI Congé le 14 octobre

X	CODE	COURS	INSTRUCTEUR	SALLE	HORAIRE	DATES	SEMS	
	4018	Entr`aînés 3	Caroline	Sahara (F019)	9:15 - 10:10	23/09-09/12	11	42 \$
	4115	Yoga Chaise	Lyse	Amazone (003)	10:00 - 10:55	23/09-09/12	11	44 \$
	4025	Entr`aînés 1	Sharon	Sahara (F019)	10:15 - 11:10	23/09-09/12	11	42 \$
	4070	Stretchalates	Lyse	Amazone (003)	11:00 -11:55	23/09-09/12	11	42 \$
	4029	Entr`aînés 2	Marc	Sahara (F019)	11:15 - 12:10	23/09-09/12	11	42 \$
	4040	Circuit	Marc	Sahara (F019)	12:15 - 13:10	23/09-09/12	11	42 \$
	4022	Exercices arthrite	Beverly	Amazone (003)	13:00 -14:25	30/09-09/12	10	70 \$
	4037	Équilibre et mobilité	Lyse	Sahara (F019)	13:30 - 14:25	23/09-09/12	11	42 \$
	4067	Essentrics	Lori	Sahara (F019)	14:30 - 15:25	23/09-09/12	11	42 \$
	4075	Zumba Or	Viola	Amazone (003)	14:30 - 15:25	23/09-09/12	11	42 \$

MARDI

	4120	Tai Chi	Colin	Amazone (003)	9:00 - 9:55	24/09-10/12	12	50 \$
	4016	Entr`aînés 2	Sharon	Sahara (F019)	9:15 -10:10	24/09-10/12	12	46 \$
	4123	Tai Chi 2	Colin	Amazone (003)	10:00 - 10:55	24/09-10/12	12	50 \$
	4027	Entr`aînés 1	Sharon	Sahara (F019)	10:15 - 11:10	24/09-10/12	12	46 \$
	4124	Tai Chi Chaise	Colin	Amazone (003)	11:00 - 11:55	24/09-10/12	12	50 \$
	4035	Tambour battant!	Jackie	Sahara (F019)	11:15 - 12:10	24/09-10/12	12	46 \$
	4104	Danse Un Mur	Nathalie	Banquet	12:30 - 13:25	24/09 - 26/11	10	49 \$
	4074	Étirement vitalité	Jackie	Sahara (F019)	13:00 - 13:55	24/09-10/12	12	46 \$
	4108	Danse en ligne 2	Nathalie	Banquet	13:30 - 14:40	24/09 - 26/11	10	58 \$
	4111	Yoga 2	Lori	Sahara (F019)	14:00 - 14:55	24/09-10/12	12	48 \$
	4102	Danse en ligne 3	Nathalie	Banquet	14:45 - 15:55	24/09 - 26/11	10	58 \$

MERCREDI

	4019	Entr`aînés 3	Marc	Sahara (F019)	9:15 - 10:10	25/09-11/12	12	46 \$
	4038	Équilibre et mobilité	Lyse	Sahara (F019)	10:30 - 11:25	25/09-11/12	12	46 \$
	4077	Zumba Chaise	Jackie	Amazone (003)	10:30 - 11:25	25/09-11/12	12	46 \$
	4021	Entr`aînés 2	Sharon	Sahara (F019)	11:30 - 12:25	25/09-11/12	12	46 \$
	4110	Yoga 2	Lyse	Amazone (003)	11:30 - 12:25	25/09-11/12	12	48 \$
	4069	Essentrics	Lori	Sahara (F019)	13:00 - 13:55	25/09-11/12	12	46 \$
	4026	Circuit 2	Lori	Sahara (F019)	14:00 - 14:55	25/09-11/12	12	46 \$

JEUDI

	4113	Yoga	Lyse	Amazone (003)	9:00 - 9:55	26/09-12/12	12	48 \$
	4020	Entr`aînés 2	Sharon	Sahara (F019)	9:15 - 10:10	26/09-12/12	12	46 \$
	4122	Tai Chi	Colin	Amazone (003)	10:00 - 10:55	26/09-12/12	12	50 \$
	4011	Revenir aux exercices	Beverly	Sahara (F019)	10:30 - 11:55	26/09-28/11	10	70 \$
	4121	Tai Chi 2	Colin	Amazone (003)	11:00 - 11:55	26/09-12/12	12	50 \$
	4030	Entr`aînés 1	Jackie	Sahara (F019)	12:30 - 13:25	26/09-12/12	12	46 \$
	4079	Zumba Or 1	Jackie	Sahara (F019)	13:30 - 14:25	26/09-12/12	12	46 \$
	4103	Danse en ligne 3	Nathalie	Amazone (003)	13:00 - 14:10	26/09 - 28/11 Aucun Cour 07/11	9	53 \$
	4101	Danse en ligne 1	Nathalie	Amazone (003)	14:15 - 15:25	26/09 - 28/11 Aucun Cour 07/11	9	53 \$
	4072	Zumba Or	Jackie	Sahara (F019)	14:30 - 15:25	26/09-12/12	12	46 \$

VENDREDI

	4013	Entr`aînés 3	Marc	Sahara (F019)	9:15-10:10	27/09-13/12	12	46 \$
	4068	Pilates	Suzanne	Amazone (003)	10:00 - 10:55	27/09-13/12 aucun cour 25/10	11	44 \$
	4028	Entr`aînés 1	Sharon	Sahara (F019)	10:15 - 11:10	27/09-13/12	12	46 \$
	4116	Yoga Chaise	Suzanne	Amazone (003)	11:00 - 11:55	27/09-13/12 aucun cour 25/10	11	44 \$
	4036	Circuit	Marc	Sahara (F019)	11:15 - 12:10	27/09-13/12	12	46 \$

IL N'Y A PAS D'ÂGE POUR APPRENDRE**LUNDI** Congé le 14 octobre

X	CODE	COURS	INSTRUCTEUR	SALLE	HORAIRE	DATES	SEMS	
	4140A	Apprendre le Bridge	Phil	F-005	12:30 - 13:55	07/10 - 09/12	9	30 \$
	4140B	Bridge intermédiaire	Phil	F-005	14:00 - 15:25	07/10 - 09/12	9	30 \$
	4152	Peinture à l`huile 1	Jacinta	Artisanat	9:30 - 12:00	23/09-02/12	10	136 \$
	4153	Peinture à l`huile 2	Jacinta	Artisanat	12:30 - 15:00	23/09-02/12	10	136 \$

MARDI

	4135	Espagnol débutant	Isabel	F-005	9:00 - 10:25	22/10-17/12	9	72 \$
	4133	Espagnol 2	Isabel	F-005	10:30 - 11:55	22/10-17/12	9	72 \$
	8007	La Rome antique 1	Patricia	Média	10:30 - 11:45	24/09 - 08/10	3	6 \$
	8008	La Rome antique 2	Patricia	Média	10:30 - 11:45	15/10 - 19/11	6	12 \$
	8006	Do Ré Mi	Christine	F-006	10:30 - 11:25	24/09 - 26/11	10	20 \$
	4134	Espagnol 3	Isabel	F-005	14:30 - 15:55	22/10-17/12	9	72 \$
	4136	Espagnol 4	Isabel	F-005	13:00 - 14:25	22/10-17/12	9	72 \$

MERCREDI

	4130	Café français	Josiane	F-005	10:30 -12:00	25/09 -27/11	10	20 \$
	4154	Chorale	Louise	Cactus	10:30 - 12:00	09/10 - 11/12	10	55 \$
	4162	Plaisir de l`artisanat	Laura	Artisanat	13:00 - 14:30	25/09 - 23/10	5	20 \$

JEUDI

	4150	Peinture à l`huile 3	Jacinta	Artisanat	9:30 - 12:00	26/09 - 05/12	11	149 \$
	4151	Peinture à l`huile 4	Jacinta	Artisanat	12:30 - 15:00	26/09 - 05/12	11	149 \$

JOUR À DÉTERMINER

	4249	Technology (JAC)		Variable	Variable	Variable		\$ 0
--	------	------------------	--	----------	----------	----------	--	------

ACTIVITÉS SOCIALES

X	CODE	COURS	TYPE	HORAIRE	
	4511	CANASTA	Mini-Club	Lundi, mardi, vendredi : 12:40 - 16:15	30 \$
	4510	BRIDGE SOCIAL	Mini-Club	Lundi, mercredi, vendredi : 13:00 - 16:00	30 \$
	4513	MAH JONGG	Mini-Club	Mercredi: 13:00 - 16:00	10 \$
	4302	PING PONG	Mini-Club	Lundi-jeudi 15:30 - 18:30 vendredi 16:00 -18:30 samedi 16:00 -18:30, dimanche 15:00 - 18:30	60 \$
	4523	PICKLE BALL	Mini-Club	Mardi 13:00 -15:15 vendredi 13:00 - 15:30	20 \$
	4515	BACKGAMMON		Mercredi 13:00 - 16:00	0 \$
	4516	CARROM		Jeudi 13:00 - 16:00	0 \$
	4519	SCRABBLE		Jeudi 13:00 - 16:00	0 \$
	4521	TRICOT		Mardi 12:30 - 16:00	0 \$
	4525	CLUB DE LECTURE		Lundi 13:30 - 15:30	à détermine
	4514	ESCAPADE		Variable, soirées et fins de semaine	Se paie à
	4512	WHIST MILITAIRE		Dates variables (consulter le guide)	chaqu
	4520	BINGO		Dates variables (consulter le guide)	e activit

CERTAINS COURS INSCRITS DANS LE GUIDE SERONT OFFERTS DANS D'AUTRES SESSIONS

SUJETS À CHANGEMENTS ET CORRECTIONS