

# Loisirs St-Elzéar

[www.loisirs-st-elzear.com](http://www.loisirs-st-elzear.com)

450-668-7638

## ÉTÉ 2024 - Cours à la session

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES (Adultes)

Dessin/peinture (ado/adulte)	Adultes	Mercredi	9h00 à 12h00	19 juin	5	C.C	65	Josée
------------------------------	---------	----------	--------------	---------	---	-----	----	-------

### MISE EN FORME / EXERCICE (Adultes)

CIRCL étirement sur tapis	Adultes	Mercredi	10h45 à 11h45	26 juin (congé 10 juillet)	8	2020E bl Laurentides	70	Jana
CIRCL étirement sur tapis	Adultes	Mercredi	19h30 à 20h30	26 juin (congé 10 juillet)	8	2020E bl Laurentides	70	
Méditation	Adultes	Mardi	9h00 à 9h30	25 juin (congés 23 et 30 juillet)	6	2020E bl Laurentides	20	
Méditation	Adultes	Jeudi	9h00 à 9h30	27 juin (congés 25 juillet et 1 août)	6	2020E bl Laurentides	40	
Mise en forme et étirements	Ados/Adultes	Mardi	9h30 à 10h30	25 juin (congés 23 et 30 juillet)	6	2020E bl Laurentides	40	Maude
Mise en forme et étirements	Ados/Adultes	Jeudi	9h30 à 10h30	27 juin (congés 25 juillet et 1 août)	6	2020E bl Laurentides	40	
Stretching	Ados/Adultes	Mardi	10h30 à 11h30	25 juin (congés 23 et 30 juillet)	6	2020E bl Laurentides	40	
Stretching	Ados/Adultes	Jeudi	10h30 à 11h30	27 juin (congés 25 juillet et 1 août)	6	2020E bl Laurentides	40	
Zumba®	Adultes	Mercredi	9h30 à 10h30	26 juin (congé 10 juillet)	8	2020E bl Laurentides	70	Jana

### ACTIVITÉS SPORTIVES (Jeunes et adultes)

Karaté débutant parent/enfant	5-7 ans	Mardi	17h40 à 18h25	4 juin	8	C.C. ( 7B )	50	
Karaté débutant	8 ans et plus	Mardi	18h30 à 19h30	4 juin	8	C.C. ( 7B )	60	Lyne

## ÉTÉ 2024 - Activités gratuites à la carte

### DEMI-JOURNÉES (inscription requise)

Arts et danse	5-10 ans	Lundi	9h à 12h	*8 et 15 juillet, 5,12 août		C.C. ( 7ABC )	Gratuit	
Artistes en herbe	5-11 ans	Mardi	13h à 16h	*25 juin, 2,9,16 juillet, 6, 13 août		C.C. ( 5AB )	Gratuit	
Jeux et sports	5-11 ans	Mercredi	13h à 16h	*26 juin, 3,10,17 juillet, 7, 14 août		C.C. ( AB )	Gratuit	Mara et Maude
Expérience science	4-11 ans	Jeudi	13h à 16h	*27 juin, 4,11,18 juillet, 8, 15 août		C.C. ( 5AB )	Gratuit	

### ACTIVITÉS ARTISTIQUES ET SCIENTIFIQUES (sans inscription)

Science en famille **	Famille	Mardi	18h à 18h50	*25 juin, 2,9,16 juillet, 6, 13 août		Parc Prévost	Gratuit	
Arts en famille **	Famille	Mardi	19h à 19h50	*25 juin, 2,9,16 juillet, 6, 13 août		Parc Prévost	Gratuit	
Arts en famille **	Famille	Jeudi	18h à 18h50	*27 juin, 4,11,18 juillet, 8, 15 août		Parc Prévost	Gratuit	Mara et Maude
Danse en famille **	Famille	Jeudi	19h à 19h50	*27 juin, 4,11,18 juillet, 8, 15 août		Parc Prévost	Gratuit	

### ACTIVITÉS ON BOUGE! (sans inscription)

On bouge ensemble!**	Famille (12 mois +)	Dimanche	9h00 à 9h45	30 juin,7,14,21,28 juillet, 4,11,18 août		Parc Prévost	Gratuit	
On bouge! On danse! Mini Hip Hop**	Famille (2 ans +)	Dimanche	10h00 à 10h45	30 juin,7,14,21,28 juillet, 4,11,18 août		Parc Prévost	Gratuit	Mara
On bouge en famille!**	Famille (12 mois +)	Dimanche	11h00 à 11h45	30 juin,7,14,21,28 juillet, 4,11,18 août		Parc Prévost	Gratuit	

### MINI-TENNIS (inscription requise)

Mini-tennis **	4-6 ans	Lundi	9h à 9h50	*8 et 15 juillet, 5,12 août		Parc Prévost	Gratuit	
Mini-tennis **	4-6 ans	Mercredi	9h à 9h50	*26 juin, 3,10,17 juillet, 7, 14 août		Parc Prévost	Gratuit	
Mini-tennis **	4-6 ans	Jeudi	9h à 9h50	*27 juin, 4,11,18 juillet, 8, 15 août		Parc Prévost	Gratuit	
Mini-tennis **	7 ans et plus	Lundi	10h à 10h50	*8 et 15 juillet, 5,12 août		Parc Prévost	Gratuit	Mara
Mini-tennis **	7 ans et plus	Mercredi	10h à 10h50	*26 juin, 3,10,17 juillet, 7, 14 août		Parc Prévost	Gratuit	
Mini-tennis **	7 ans et plus	Jeudi	10h à 10h50	*27 juin, 4,11,18 juillet, 8, 15 août		Parc Prévost	Gratuit	

### Mini-badminton familiale

Mini-badminton familiale	famille	Jeudi	13h à 14h50	*27 juin, 4,11,18 juillet, 8, 15 août		C.C. ( AB )	Gratuit	
Mini-badminton familiale	famille	Jeudi	14h à 14h50	*27 juin, 4,11,18 juillet, 8, 15 août		C.C. ( AB )	Gratuit	Caroline
Mini-badminton familiale	famille	Jeudi	15h à 14h50	*27 juin, 4,11,18 juillet, 8, 15 août		C.C. ( AB )	Gratuit	

### MISE EN FORME / EXERCICE

Zumba® en famille	Famille	Lundi	18h30 à 19h30	1,8,15,22,29 juillet, 5,12,19 août		Parc Prévost	Gratuit	
Zumba® en famille	Famille	Mercredi	18h30 à 19h30	26 juin, 3,10,17,24,31 juillet, 7, 14 août		Parc Prévost	Gratuit	Cristina et Geneviève
Zumba® en famille	Famille	Vendredi	18h30 à 19h30	28 juin, 5,12,19,26 juillet, 2, 9, 16 août		Parc Prévost	Gratuit	
Zumba® en famille	Famille	Dimanche	10h00 à 11h00	30 juin,7,14,21,28 juillet, 4,11,18 août		Parc Prévost	Gratuit	

\* Les activités avec un\* prennent congé durant les vacances de la construction, soit du 21 juillet au 3 août inclusivement

\*\* Les parents doivent rester sur place durant l'activité. Aucun enfant ne peut être laissé sans la surveillance d'un parent.