

Session Hiver 2023 * Début des inscriptions le lundi 9 janvier

Acton Vale

SERVICES CULTURELS ET SPORTIFS

1505, 3e Avenue (Centre sportif), Acton Vale J0H 1A0
 jany.proulx@ville.actonvale.qc.ca / 450 546-2703, poste 203
 Lundi au vendredi : 8h30-12h et 13h-16h30

Inscriptions en ligne ou en personne

www.ville.actonvale.qc.ca

toujours en action



ACTIVITÉ	DESCRIPTION	ÂGE	HORAIRE	TARIFICATION	SESSION	LIEU	INSCRIPTIONS
GYMNASTIQUE BOUTS DE CHOUX	Initiation ludique à la gymnastique pour les tout-petits. Session de 10 cours. Avec le club de gymnastique Le Phoenix d'Acton Vale.	2-3 ans	Dimanche 8h-9h	64\$ résidents MRC d'Acton 239\$ non-résidents MRC d'Acton	12 février au 14 mai (pas de cours certains dimanches)	Complexe multisports Desjardins 1600, 3e Avenue	9 janvier au 9 février
			Dimanche 9h-10h				
			Dimanche 10h-11h				
			Dimanche 11h-12h				
DANSE MULTI-STYLE	Développement des habiletés motrices, sociales et expressives. Exploration de l'art, du rythme et de la musicalité par le biais d'exercices variés et propres à la danse. Session de 8 cours. Avec l'école de danse Team Évidanse.	2-3 ans	Samedi 10h-10h45	55\$ résidents MRC d'Acton	4 février au 25 mars	Carrefour des Générations 1535, 3e Avenue	9 janvier au 1 ^{er} février
		4-6 ans	Samedi 10h50-11h35	138\$ non-résidents MRC d'Acton			
DANSE HIP HOP	Enseignement des techniques de base du Hip Hop, du Popping, du House, du Waacking et autres, à l'aide d'exercices dynamiques et amusants. Session de 8 cours. Avec l'école de danse Team Évidanse.	7-8 ans	Samedi 11h40-12h40	69\$ résidents MRC d'Acton			
		9-12 ans	Samedi 13h-14h				
DANSE JAZZ	Découverte de différents styles : jazz, contemporain, lyrique et comédie musicale. Session de 8 cours. Avec l'école de danse Team Évidanse.	7-12 ans	Samedi 14h-15h	173\$ non-résidents MRC d'Acton			
DANSE ACRO-GYM	L'art de la danse et de la gymnastique au sol, dans une chorégraphie rythmée. Session de 8 cours. Avec l'école de danse Team Évidanse.	7-12 ans	Samedi 15h15-16h15				
DANSE COUNTRY	DÉBUTANT : Initiation à la danse country. Session de 12 cours. Avec Nicole Vallée.	Pour les adultes et les jeunes à partir de 10 ans	Lundi 18h45-19h45	81 \$	30 janvier au 17 avril	Carrefour des Générations 1535, 3e Avenue	9 au 26 janvier
	NOVICE : Pour les gens ayant fait 1 session. Session de 12 cours. Avec Nicole Vallée.		Lundi 20h-21h				
	INTERMÉDIAIRE : Pour les gens qui ont fait les 2 premiers niveaux, danses plus complexes. Session de 12 cours. Avec Nicole Vallée.		Mercredi 18h45-19h45	81 \$	1er février au 19 avril		
	DANSE DE PARTENAIRES - NIVEAU NOVICE : Pour les gens ayant déjà fait 1 session de cours en danse country. Session de 6 cours, aux 2 semaines. Avec Nicole Vallée.		Mercredi 20h-21h	46 \$	8 février au 19 avril		
GARDER EN TOUTE SÉCURITÉ	Secourisme et apprentissage des connaissances pour s'occuper de jeunes enfants. Avec Annie Ferland, infirmière et ambulancière	10-14 ans	Vendredi 8h-12h	35 \$	21 avril (journée pédagogique)	Carrefour des Générations 1535, 3e Avenue	9 janvier au 11 avril
MISE EN FORME	Exercices cardiovasculaires, de musculation et de souplesse adaptés pour une clientèle senior. Session de 10 cours. Avec Sylvie Béclair.	50 ans et plus	Lundi 13h30-14h30	50 \$	30 janvier au 3 avril	Complexe multisports Desjardins 1600, 3e Avenue	9 au 26 janvier
			Lundi 14h45-15h45				
Un minimum de participants est requis pour les activités ci-haut. Aucun remboursement, sauf en cas d'annulation de l'activité. Gymnastique Bouts de choux : Seule activité pour laquelle il y a une date limite d'annulation-remboursement.							
LES JEUDIS RENCONTRES	Lieu de rencontre pour socialiser, jouer aux cartes ou à des jeux de société. Possibilité de conférences.	50 ans et plus	Jeudi 13h-15h	Sans frais	À partir du 12 janvier	Carrefour des Générations 1535, 3e Avenue	Entrée libre