







janvier / février 2018

Activités au verso

dimanche	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
14 JANVIER Messe Saint-Bernard 10h Hip Hop 10h30	15 Vie active 9h30 Karaté 18h30 Biblio 19h à 20h Conseil 20h	16 Biblio 13h30 à 17h30 Vaccin bébé Zumba 19h30	17 Vie active 9h30 Biblio 13h30 à 17h30 et 19h à 20h Ballet-jazz 18h30 	18 Biblio 13h30 à 17h30 Timer Training / Tabata 19h30	19	20
21 Messe Saint-Jude 10h Hip Hop 10h30	22 Vie active 9h30 Karaté 18h30 Biblio 19h à 20h	23 Biblio 13h30 à 17h30 Zumba 19h30	24 Vie Active 9h30 Biblio 13h30 à 17h30 et 19h à 20h Ballet-Jazz 18h30 	25 Démarmots 9h30 Biblio 13h30 à 17h30 Timer Training / Tabata 19h30	26	27
28 Messe Saint-Louis 10h Hip Hop 10h30	29 Vie Active 9h30 Karaté 18h30 Biblio 19h à 20h	30 Démarmots 9h30 Biblio 13h30 à 17h30 Zumba 19h30	31 Vie Active 9h30 Biblio 13h30 à 17h30 et 19h à 20h Ballet-Jazz 18h30 	1 FÉVRIER Biblio 13h30 à 17h30 Timer Training / Tabata 19h30	2 FADOQ: danse 19h30	3
4 Messe Saint-Barnabé 10h Hip Hop 10h30	5 Vie Active 9h30 Biblio 19h à 20h Karaté 18h30 Conseil municipal 20h	6 Démarmots 9h30 Biblio 13h30 à 17h30 Zumba 19h30	7 Vie Active 9h30 Biblio 13h30 à 17h30 et 19h à 20h Ballet-Jazz 18h30 	8 Biblio 13h30 à 17h30 Timer Training / Tabata 19h30 	9	10
11 Messe Saint-Bernard 10h	12 Vie Active 9h30 Karaté 18h30 Biblio et 19h à 20h	13 Démarmots 9h30 Biblio 13h30 à 17h30 Zumba 19h30	14 Vie Active 9h30 Biblio 13h30 à 17h30 et 19h à 20h Ballet-Jazz 18h30 	15 Biblio 13h30 à 17h30 Timer Training / Tabata 19h30	16	17 Souper spaghetti MDJ 17h



Continue à Saint-Jude

Tous les lundis et mercredis de 9h30 à 10h30. La session se déroule au Centre communautaire de Saint-Jude du 8 janvier au 14 mars 2018. Aucune inscription nécessaire.



LUNDI	15h00 à 21h00
MARDI	15h00 à 21h00
MERCREDI	15h00 à 21h00
JEUDI	15h00 à 21h00
VENDREDI	15h00 à 22h00
SAMEDI	10h00 à 22h00
DIMANCHE	10h00 à 21h00

JOURNÉES PÉDAGOGIQUES :
De 10h à 22h00

ACTIVITÉS POUR AMUSER LES ENFANTS

- BALLET JAZZ
- DÉMARMOTS
- KARATÉ
- HIP HOP



ACTIVITÉS POUR SE TENIR EN FORME

- ZUMBA
- TIMER TRAINING / TABATA
- KARATÉ

