



# Septembre / Octobre



dimanche

lundi








mardi

mercredi

jeudi

vendredi

samedi

<b>16 SEPTEMBRE</b> Messe Saint-Jude 10h	<b>17</b> Biblio 19h à 20h00 Karaté 18h30 Portes ouvertes FADOQ 13h00	<b>18</b> Biblio 13h30 à 17h30 Zumba 19h30 Ultimate frisbee 18h30 Vaccin bébé	<b>19</b> Biblio 13h30 à 17h30 et 19h à 20h00 Ballet-Jazz 18h30 	<b>20</b> Biblio 13h30 à 17h30 Timer Training 19h30 Rencontre candidats élection provinciales MDJ 19h00 	<b>21</b> Entraînement maman-bébé 10h15	<b>22</b>
<b>23</b> Messe Saint-Louis 10h Portes ouvertes FADOQ 13h00	<b>24</b> Vie Active 9h30 Biblio 19h à 20h00 Karaté 18h30	<b>25</b> Démarmots 9h30 Biblio 13h30 à 17h30 Zumba 19h30 Ultimate frisbee 18h30	<b>26</b> Vie Active 9h30 Biblio 13h30 à 17h30 et 19h à 20h00 Tricot 13h30 Ballet-Jazz 18h30 	<b>27</b> Biblio 13h30 à 17h30 Jeux société 18h30 Timer Training 18h15 	<b>28</b> Entraînement maman-bébé 10h15	<b>29</b> Rallye du fond du rang 13h30 à 23h30
<b>30</b> Messe Saint-Jude 10h	<b>1 OCTOBRE</b> Élections provinciales 9h00 à 22h00 Biblio 19h à 20h00 Conseil municipal 20h	<b>2</b> Démarmots 9h30 Biblio 13h30 à 17h30 Zumba 19h30 Ultimate frisbee 18h30	<b>3</b> Vie Active 9h30 Biblio 13h30 à 17h30 et 19h à 20h00 Tricot 13h30 Ballet-Jazz 18h30 	<b>4</b> Biblio 13h30 à 17h30 Jeux société 18h30 Timer Training 18h15 	<b>5</b> Entraînement maman-bébé 10h15 Danse Fadoq	<b>6</b>
<b>7</b> Messe Saint-Barnabé 10h	<b>8</b> Vie Active 9h30 Karaté 18h30 Bureau municipal et bibliothèque fermés	<b>9</b> Démarmots 9h30 Biblio 13h30 à 17h30 Zumba 19h30 Ultimate frisbee 18h30	<b>10</b> Vie Active 9h30 Biblio 13h30 à 17h30 et 19h à 20h00 Tricot 13h30 Ballet-Jazz 18h30 	<b>11</b> Biblio 13h30 à 17h30 Jeux société 18h30 Timer Training 18h15 	<b>12</b> Entraînement maman-bébé 10h15	<b>13</b>
<b>14</b> Messe Saint-Bernard 10h Vote par anticipation élections	<b>15</b> Biblio 19h à 20h00 Vie Active 9h30 Karaté 18h30	<b>16</b> Démarmots 9h30 Biblio 13h30 à 17h30 Zumba 19h30 Ultimate frisbee 18h30	<b>17</b> Vie Active 9h30 Biblio 13h30 à 17h30 et 19h à 20h00 Tricot 13h30 Ballet-Jazz 18h30 	<b>18</b> Biblio 13h30 à 17h30 Jeux société 18h30 Timer Training 18h15 	<b>19</b> Entraînement maman-bébé 10h15	<b>20</b>

# Programmation Automne 2018

## Loisirs de Saint-Jude

<u>Lundi</u>	<u>Mardi</u>	<u>Mercredi</u>	<u>Jeudi</u>	<u>Vendredi</u>
<b>9h30</b> <b>VIACTIVE</b> Gratuit 50 ans et + Séance d'exercices (Début 24 sept.)	<b>9h30</b> <b>DÉMARMOTS</b> Gratuit 0-5 ans (parents) Activités psychomotrices (Début 24 sept.)	<b>9h30</b> <b>VIACTIVE</b> Gratuit 50 ans et + Séance d'exercices (Début 24 sept.)	<b>18h15</b> <b>TABATA/TIMER TRAINING</b> 120\$ / 15 sem. 15-55 ans Entraînement intensif (Début 6 sept.)	<b>10h15</b> <b>ENTRAÎNEMENT MAMAN-BÉBÉ</b> 120\$ / 15 sem. Maman et bébé Remise en forme (Début 7 sept.)
<b>18h30</b> <b>KARATÉ</b> 105 \$ / 10 sem. 7 ans et + Débutant à avancé Arts martiaux (Inscription 10 sept.) (Début 17 sept.)	<b>18h30</b> <b>ULTIMATE FRISBEE*</b> 30 \$ / 6 sem. 8 ans et + Cours d'initiation Extérieur (Début 11 sept.)	<b>13h30</b> <b>COURS DE TRICOT*</b> 90 \$ / 5 sem. 15-99 ans *Matériel inclus Tricot de 2 bas en simultané, méthode « Magic Loop » (Début 26 sept.)	<b>18h30</b> <b>SOIRÉE JEUX DE SOCIÉTÉ*</b> 5\$ / période 7-99 ans Jeux en famille (Début 27 sept.)	<b>11h30</b> <b>Cours annulé</b> <b>STRETCHING</b> 120\$ / 15 sem. 15-70 ans Flexibilité (Début 7 sept.)
	<b>19h30</b> <b>ZUMBA</b> 110\$ / 14 sem. 13 ans et plus Entraînement (Début 11 sept.)	<b>18h30</b> <b>BALLET JAZZ</b> 60\$ / 12 sem. 8 ans et plus Danse (Début 12 sept.)		<b>19h00</b> <b>DANSE FADOQ</b> 50 ans et plus Premier vendredi de chaque mois

\* Inscription requise avant le premier cours pour les cours sélectionnés

Pour plus de détails sur ces cours, consultez le journal municipal.

Pour information ou inscription :

450-792-3855 poste 3

[sj.loisirs@mrcmaskoutains.qc.ca](mailto:sj.loisirs@mrcmaskoutains.qc.ca)

