

PROGRAMMATION

AUTOMNE

2024

carrefour
accès loisirs



Québec 

 Fédération québécoise
des centres communautaires
de loisir

 Ville de
Sherbrooke
Arrondissement
des Nations

TABLE DES MATIÈRES

3

RABAIS

DÉCOUVREZ LES RÉDUCTIONS POUR PROFITER PLEINEMENT DES ACTIVITÉS JEUNESSES

4

ACTIVITÉS JEUNESSES

UN ÉVENTAIL D'ACTIVITÉS POUR LES JEUNES ENTRE 5 À 17 ANS

5

ACTIVITÉS ADULTES

DES COURS ADAPTÉS POUR DÉVELOPPER VOS PASSIONS ET COMPÉTENCES

11

NOUS JOINDRE

TOUTES LES INFORMATIONS POUR NOUS CONTACTER ET LES MODALITÉS DE PAIEMENT.

RABAIS

RÉDUCTIONS OFFERTS PAR LA VILLE DE SHERBROOKE

Rabais pour les familles

Pour les familles nombreuses

Les familles nombreuses peuvent bénéficier de rabais allant jusqu'à 25 % sur les inscriptions. La grille des rabais a été améliorée pour tenir compte des revenus familiaux.

Nbrs d'enfants inscrits	1	2	3	4	5	6
Réduction par enfant	0 %	5 %	10 %	15 %	20 %	25 %

Pour les familles à revenu modeste

En fonction de votre revenu familial et du nombre d'enfants, vous pouvez bénéficier d'un rabais allant de **10 % à 80 %**.

Pour plus de détails, consultez notre site web ou contactez-nous pour vérifier votre admissibilité.

Crédit d'impôt pour la santé des enfants

Le gouvernement du Canada encourage l'activité physique et artistique chez les enfants de moins de 16 ans. Ces activités sont admissibles à un crédit d'impôt. **Conservez votre reçu lors de l'inscription.**

Taxes

Il n'y a pas de taxes sur les activités jeunesse.



ACTIVITÉS JEUNESSES

SOCCER

Apprentissage des bases du soccer en équipe.

Âge

5 à 7 ans

8 à 11 ans

Horaire

Samedi 9h00 à 10h00

Samedi 10h30 à 11h30

Période

Dès le 28 septembre 2024

Lieu

École LaRocque, 910 Rue LaRocque, Sherbrooke.

Coût

10 semaines pour 95 \$

INSCRIPTIONS: 5 à 7 ans | 8 à 11 ans

AQUARELLE

Apprenez les techniques de base de l'aquarelle.

Âge

Jeunes débutant de 7 à 12 ans

Horaire

Samedi 9h45 à 10h45

Période

Dès le 28 septembre 2024

Lieu

Carrefour Accès Loisirs, 172 rue Éline C.Poirier

Coût

10 semaines pour 85\$

INSCRIPTION ICI

ACTIVITÉS ADULTES

SPORTS & MISE EN FORME

AQUAFORME

Exercices en eau peu profonde, à votre rythme, pour se mettre ou se maintenir en forme sans solliciter les articulations.

Horaire

Lundi 19h00 à 20h00

Jeudi 19h00 à 20h00

Période

Dès 23 septembre 2024

Dès 26 septembre 2024

Lieu

Piscine - École internationale du Phare, 405 rue Sara

Coût

10 semaines pour 125 \$

INSCRIPTIONS: LUNDI | JEUDI

INITIATION À LA COURSE À PIED

Préparez-vous à courir votre premier 5 km avec l'accompagnement d'un coach certifié à votre niveau sans risque de blessure.

Horaire

Mercredi 18h30 à 19h30

Période

Dès le 25 septembre 2024

Lieu

Stationnement Marché de la Gare (Lac des nations)

Coût

10 semaines pour 75 \$

INSCRIPTION ICI

ACTIVITÉS ADULTES

SPORTS & MISE EN FORME

RANDO-YOGA

Alliez randonnée et yoga en pleine nature pour un bien-être complet, alliant mouvement et relaxation.

Horaire

Jeudi 9h00 à 10h15

Période

Dès le 12 septembre 2024

Lieu

Mont-Bellevue, Sherbrooke

Coût

6 semaines pour 85 \$



INSCRIPTION ICI

SLOW FLOW YOGA

Pratiquez un yoga fluide et apaisant, où chaque mouvement est réalisé en douceur, favorisant la relaxation et la pleine conscience.

Horaire

Mardi 18h30 à 19h30

Période

Dès le 24 septembre 2024

Lieu

Carrefour Accès Loisirs, 172 rue Élaine C.Poirier

Coût

10 semaines pour 95 \$

INSCRIPTION ICI

ACTIVITÉS ADULTES

SPORTS & MISE EN FORME

CHI KUNG

Découvrez cet art ancestral. Pratiquez des mouvements lents et respirations profondes pour équilibrer l'énergie et apaiser l'esprit.

Horaire

Jeudi 19h00 à 20h00

Période

Dès le 26 septembre 2024

Lieu

Carrefour Accès Loisirs, 172 rue Élane C.Poirier

Coût

10 semaines pour 100 \$

INSCRIPTION ICI

TAI CHI

Explorez l'élégance du Tai Chi avec des mouvements permettant renforcer l'équilibre, la souplesse et la concentration.

Horaire

Mercredi 19h00 à 20h00

Période

Dès le 24 septembre 2024

Lieu

Carrefour Accès Loisirs, 172 rue Élane C.Poirier

Coût

10 semaines pour 100 \$

INSCRIPTION ICI

ACTIVITÉS ADULTES

SPORTS & MISE EN FORME

ZUMBA

Ce cours vous permet de bouger sur une variété de rythmes du monde afin de vous garder en forme et surtout d'avoir du plaisir.

Horaire

Lundi 18h30 à 19h30

Mardi 18h45 à 19h45

Mercredi 18h30 à 19h30

Samedi 10h00 à 11h00

Période

Dès le 23 septembre 2024

Lieu

École Quatre-Vents, 510 rue de l'Union

Coût

10 semaines pour 95 \$

INSCRIPTIONS: LUNDI | MARDI | MERCREDI | SAMEDI

SOCCER MARCHÉ

Le soccer marché cible surtout des gens qui veulent une vie active ou la maintenir, peu importe leur âge ou leur forme physique.

Horaire

Mardi 19h00 à 20h00

Dimanche 9h00 à 11h00

Période

Dès 1 octobre 2024

Dès septembre 2024

Lieu

École Larocque, 910 rue Larocque

Coût

10 semaines pour 75 \$

INSCRIPTIONS: MARDI | DIMANCHE

ACTIVITÉS ADULTES

ARTS ET CRÉATIVITÉ

AQUARELLE

Exprimez votre créativité avec des techniques de peinture aquarelle, idéales pour tous les niveaux.

Horaire

Samedi 11h00 à 12h00

Période

Dès le 28 septembre 2024

Lieu

Carrefour Accès Loisirs, 172 rue Élane C.Poirier

Coût

10 semaines pour 85 \$

INSCRIPTION ICI

PHOTOGRAPHIE

Apprenez à utiliser des logiciels de retouche photo. Exploitez le potentiel de votre appareil photo ou cellulaire.

Horaire

Mardi 19h30 à 20h30

Période

Dès le 24 septembre 2024

Lieu

Carrefour Accès Loisirs, 172 rue Élane C.Poirier

Coût

10 semaines pour 100 \$

INSCRIPTION ICI

ACTIVITÉS ADULTES

ARTS ET CRÉATIVITÉ

DJEMBÉ MULTI-NIVEAU

Explorez les rythmes africains avec des cours de djembé adaptés à tous les niveaux, du débutant au avancé.

Horaire

Jeudi 19h30 à 20h30

Période

Dès le 26 septembre 2024

Lieu

Compagnie Danse Sankofa, 54 Rue Wellington N

Coût

10 semaines pour 115 \$

INSCRIPTION ICI



Pas de surprise !

**DU STATIONNEMENT
GRATUIT**

sur tous nos sites d'activités !



COÛTS ET MODALITÉS DE PAIEMENT

Les tarifs incluent la TPS et la TVQ si applicable.

Paiement complet requis dans les **trois jours** ouvrables suivant l'inscription.

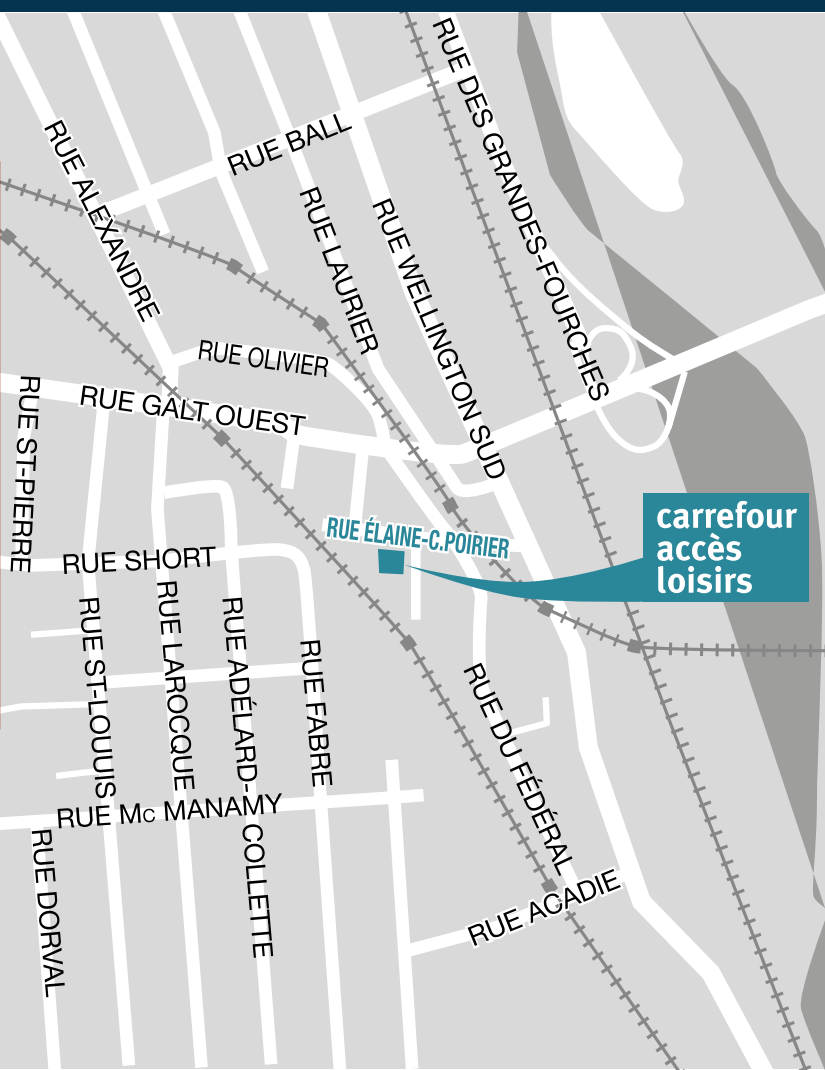
Un **supplément de 50 %** s'applique aux enfants de 3 à 14 ans **non résidents de Sherbrooke**.

Politique de remboursement

100 % : Remboursement complet en cas d'annulation ou modification de l'activité (date, jour, heure).

100 % : Annulation avant le début de l'activité (au moins 24 h avant, jours ouvrables).

Remboursement partiel : Après le début de l'activité, au prorata des activités restantes, moins 10 % de frais d'administration (max. 50 \$). Aviser au moins 24 h à l'avance, jours ouvrables.



**carrefour
accès loisirs**

172, rue Élane-C.-Poirier
Sherbrooke (Québec) J1H 2C5


Téléphone : 819 821-1995
Télécopieur : 819 821-1953

Courriel :
coordoloisirs@carrefouraccesloisirs.com

Pour plus d'informations,
visitez notre site :

www.carrefouraccesloisirs.com

 Accessible en fauteuil roulant

 Rejoignez-nous sur Facebook