

PROGRAMMATION AUTOMNE 2026

au Carrefour accès loisirs

Inscriptions
dès le
17 août 2026

Session de 10 semaines

21 septembre au 29 novembre 2026

**CONTACTEZ-NOUS POUR TOUTE
AUTRE INFORMATION !**



819-821-1995 poste 230



coordoloisirs@carrefouraccesloisirs.com



www.carrefouraccesloisirs.com



carrefour
accès loisirs

ACTIVITÉS JEUNESSE

Zumba pour Enfants 3 à 11 ans

Les mardis
de 16 h à 17 h

Lieu

Carrefour accès loisirs
172, rue Élane C.-Poirier

Coût

8 semaines **gratuites**
13 octobre au 1er
décembre



JE M'INSCRIS !



Les samedis
de 9 h à 9 h 45

Karaté par le jeu 5 à 7 ans

Lieu

École de karaté
Larry Foisy
167, rue Aberdeen

Coût

10 semaines **gratuites**
26 septembre au 28
novembre



JE M'INSCRIS !



ACTIVITÉS JEUNESSE

Basketball 8 à 12 ans

Les samedis
de 12 h 30 à 13 h 30



Lieu

École Notre-Dame-du-
Rosaire
1625, rue du Rosaire

Coût

10 semaines **gratuites**
26 septembre au 28
novembre

JE M'INSCRIS !



Les samedis
Groupe 1 (9 h 30 à 10 h 30);
Groupe 2 (10 h 30 à 11 h 30)

Soccer
7 à 11 ans

Lieu

École Larocque
910 rue Larocque

Coût

10 semaines **gratuites**
26 septembre au 28
novembre

JE M'INSCRIS !



ACTIVITÉS JEUNESSE

Gardien averti
11 à 15 ans

Une journée en fin de semaine
(Date à confirmer) de 8 h 30 à 16 h

Lieu

L'adresse sera envoyée
lors de _____
l'inscription/Sherbrooke

Coût

89\$/personne

JE M'INSCRIS !



Les dimanches
de 12 h 30 à 13 h 30

Jiu-Jitsu Brésilien
14 ans et plus

Lieu

École de karaté
_____ Larry Foisy
167 rue Aberdeen

Coût

10 semaines **gratuites**
27 septembre au 29
novembre

JE M'INSCRIS !



ACTIVITÉS JEUNESSE

Illustration d'un livre Jeunesse 15 ans et plus

Les lundis
de 14 h à 16 h

Lieu

Carrefour Accès Loisirs
172, rue Élane C.-Poirier

Coût

11 cours pour **100\$**
21 septembre au 30
novembre

JE M'INSCRIS !



Multidanses 8 à 12 ans

Les samedis
de 9 h 30 à 10 h 30

Lieu

École Notre-Dame-du-Rosaire
1625, rue du Rosaire

Coût

10 semaines **gratuites**
26 septembre au 28
novembre

JE M'INSCRIS !



ACTIVITÉS JEUNESSE

Initiation au Flag Football Féminin (12 à 17 ans)

Les mercredis
de 18 h à 19 h

Lieu Parc Arsène Goyette
1426, Rue Adélarde-
Collette

Coût 5 semaines **gratuites**
9 septembre au 7
octobre

JE M'INSCRIS !



Les mardis
de 8 h à 10 h 30

Ornithologie

Lieu

Bassin d'épuration;
île du Marais Katevalle;
Réservoir Beaudette

Coût

3 sorties **gratuites**
13, 20 et 27 octobre

JE M'INSCRIS !



Flow Yoga

Les mardis
de 18 h 15 à 19 h 15

ACTIVITÉS ADULTES

Lieu

Carrefour Accès Loisirs
172, rue Élane C-Poirier

Coût

10 séances pour **90\$**
29 septembre au 24 novembre

JE M'INSCRIS 



Méditation

Les mardis
de 8 h à 8 h 45

Lieu

Méditation en nature
(Lieu à venir)

Coût

5 séances pour **35\$**
27 octobre au 24 novembre

JE M'INSCRIS 



Tai Chi

Les mercredis
de 19 h à 20 h

Lieu

Carrefour Accès Loisirs
172, rue Élane C.-Poirier

Coût

10 séances pour **100\$**
23 septembre au 25 novembre

JE M'INSCRIS 



ACTIVITÉS ADULTES

Zumba Fitness

Lundis, mardis ou mercredis
de 18 h 30 à 19 h 30



Lieu

École Quatre Vents – Pavillon
Belvédère
1208, rue Belvédère Sud

Coût

10 séances pour **95\$**
21 septembre au 15
décembre

JE M'INSCRIS!



Danse Country

Les mercredis
de 18 h 30 à 19 h 30

Lieu

École Notre-Dame-du-
Rosaire
1625, rue du Rosaire

Coût

10 semaines pour **130\$**
23 septembre au 25
novembre

JE M'INSCRIS!



Cardio Latino

Les lundis
de 13 h à 14 h

Lieu

Lieu à déterminer

Coût

8 séances **gratuites**
12 octobre au 30
novembre

JE M'INSCRIS!



ACTIVITÉS ADULTES

Aquaforme

Les lundis et mercredis
18 h à 19 h et 19 h 30 à 20 h 30
(2 groupes par soir)

Lieu

École secondaire du
Phare
405, rue Sara

Coût

10 séances pour **125\$**
21 septembre au 30
novembre

JE M'INSCRIS! 



Soccer marché

Les mardis; les dimanches
de 19 h à 21 h; de 9 h à 11 h

Lieu

École LaRocque
910, rue LaRocque

Coût

10 classes pour **75\$**
22 septembre au 29
novembre

JE M'INSCRIS! 



ACTIVITÉS ADULTES

Autodéfense San Soo

Les mardis
de 18 h 15 à 19 h 15

Lieu

École de karaté
Larry Foisy
167, rue Aberdeen

Coût

8 semaines **gratuites**
16 septembre au 10 novembre



JE M'INSCRIS! 



Grande
nouveau-té !!!

Atelier Autodéfense pour femmes

Le dimanche 1er novembre
de 15 h à 17 h

Lieu

École de karaté
Larry Foisy
167, rue Aberdeen

Coût

un atelier **gratuit**
pour les femmes
seulement



Grande
nouveau-té !!!

JE M'INSCRIS! 

ACTIVITÉS ADULTES

Yoga sur chaise

Les mercredis
de 13 h à 14 h



Lieu

Carrefour accès Loisirs
172, rue Élane C.-Poirier

Coût

5 semaines **gratuites**
14 octobre au 11 novembre

JE M'INSCRIS ! 

Initiation à l'Espagnol

Les lundis
de 18 h à 19 h



Lieu

Carrefour accès loisirs
172, rue Élane C.-Poirier

Coût

11 cours pour **95\$**
21 septembre au 30 novembre

JE M'INSCRIS ! 



Initiation à l'Anglais

Les lundis
de 18 h à 19 h

Lieu

Carrefour accès loisirs
172, rue Élane C.-Poirier

Coût

10 semaines pour **95\$**
21 septembre au 23 novembre



JE M'INSCRIS!



Anglais Intermédiaire

Les lundis
de 19 h 15 à 20 h 15

Lieu

Carrefour accès loisirs
172, rue Élane C.-Poirier

Coût

10 semaines pour **100\$**
21 septembre au 23 novembre

JE M'INSCRIS!



ACTIVITÉS ADULTES

Essentrics Douceur

Les vendredis
de 11 h à 12 h



Lieu

Carrefour accès loisirs
172, rue Élane C.-Poirier

Coût

10 semaines pour **120\$**
25 septembre au 11 décembre

JE M'INSCRIS !



Rando Yoga

Les jeudis
de 8 h 45 à 9 h 45

Lieu

Parc du Mont-Bellevue
- Entrée Dunant

Coût

5 séances **gratuites**
10 septembre au 8 octobre

JE M'INSCRIS !



ACTIVITÉS ADULTES

Zumba Gold

Les vendredis
de 9 h à 10 h

Lieu

Carrefour accès loisirs
172, rue Élane C.-Poirier

Coût

10 semaines **gratuites**
9 octobre au 11
décembre

JE M'INSCRIS!



Initiation à la Course

Les mercredis
de 18 h à 19 h

Lieu

Stationnement du
Marché de la Gare

Coût

10 semaines **gratuites**
23 septembre au 26
novembre

JE M'INSCRIS!





CENTRE
MULTI LOISIRS
SHERBROOKE

Ballet



Arts



Cuisine



Badminton



JE M'INSCRIS





Formation de Préparation à l'Examen de Français

TEF/TEFAQ

**Les vendredis; les samedis
(Dates et heures à venir)**



Cette préparation a pour but:
d'orienter les participants dans leur préparation à l'examen;
de soulever les éléments essentiels afin de les préparer.

Lieu

Couvent
1820, rue Galt Ouest, salle 120

Coût

Coût à venir

**POUR VOUS INSCRIRE ! ENVOYEZ UN COURRIEL À
COMMUNICATIONS@CARREFOURACCESLOISIRS.COM**



Examen TEF/TEFAQ



TEF/TEFAQ

Tous les vendredis

Les épreuves offertes :
Compréhension orale
(140\$); _____
Compréhension écrite
(70\$); _____
Expression orale
(140\$); _____
Expression écrite
(70\$).



Lieu

Carrefour accès loisirs
172, rue Élane C.-Poirier



Coût

Coût en fonction de
l'épreuve choisie

Pour vous inscrire, visitez notre site internet



Coûts et modalités de paiement

Les tarifs proposés n'incluent pas les taxes.

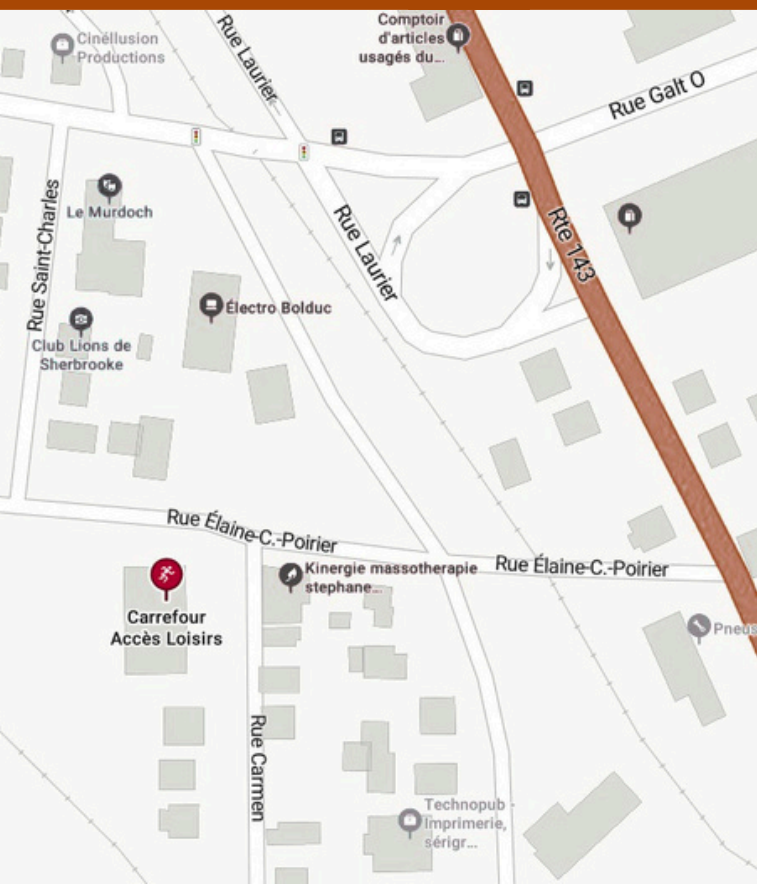
Politique de Remboursement

Remboursement complet

- En cas d'annulation ou modification de l'activité (date, jour, heure);
- En cas d'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.



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

Téléphone: 819 821-1995

Télécopieur : 819 821-1953

Courriel :

coordoloisirs@carrefouraccesloisirs.com

Visitez notre site :

www.carrefouraccesloisirs.com

Accessible en fauteuil roulant