



Bienvenue à la session **PRINTEMPS 2025**,

Nous nous retrouvons pour cette session de 8 semaines, d'**AVRIL à JUIN 2025** !

Quelques informations utiles à lire avant de s'inscrire afin que votre expérience se déroule dans les meilleures conditions :

- Veuillez nous permettre de vous écrire via Amilia, pour cela activez votre compte.
- Il y a prise des présences par le professeur à chaque cours. Seuls les élèves inscrits ou ayant l'autorisation pour rattraper un cours ou pour l'essayer (10\$/cours d'essai) seront acceptés dans l'activité;
- La tenue d'une activité ou d'un cours dépend de l'atteinte du nombre d'inscriptions nécessaires;
- Nous vous recommandons, si le cours est complet, de mettre votre nom sur la liste d'attente;
- Politique de REMBOURSEMENT :
 - ✓ Toute demande doit être faite par écrit, à info@loisirsduvl.com. Le remboursement sera fait pour le cours suivant la date de réception de l'avis;
 - ✓ Si vous désirez annuler votre inscription avant le début de la session : faire la demande au moins 48h avant le début de l'activité, afin de laisser une chance à une autre personne d'y participer;
 - ✓ Après le début de la session, le remboursement est au prorata des cours restants, moins 10\$ de frais d'administration et les frais de service Amilia. Prévoir 10 jours avant l'annulation. Vous recevrez une confirmation par courriel;
 - ✓ Prévenir au moins 48h (jours ouvrables du lundi au vendredi 12h) avant le cours pour toute annulation,
 - ✓ Après le 3e cours de la session, nous n'effectuons plus de remboursement. Nous vous proposerons une note de crédit sur votre compte Amilia. Le crédit peut être utilisé dans les 2 années suivantes;
 - ✓ Aucun remboursement pour les ateliers de six semaines et moins.
- Il est fortement recommandé que vous ayez votre propre matériel identifié pour la tenue de l'activité. Chacun sera responsable de désinfecter son matériel avant et après l'utilisation (incluant le matériel prêté par l'organisme);
- Les participants sont encouragés à arriver pour l'heure de leur cours et à quitter immédiatement après celui-ci;

Nous vous remercions de votre habituelle compréhension et collaboration. Merci de nous ENCOURAGER !! Et profitez bien de chaque moment avec nous !

L'équipe des Loisirs du Vieux-Longueuil

Pour toutes questions, vous pouvez nous contacter par téléphone au 450-646-6720 ou par courriel à info@loisirsduvl.com

Loisirs du Vieux-Longueuil est un organisme à but non-lucratif établi dans la communauté depuis plus de 25 ans. Notre but est d'offrir des activités récréatives aux résidents du Vieux-Longueuil ainsi qu'à tous ceux qui veulent se joindre à notre communauté peu importe leur lieu de résidence.

Inscription en ligne

Le plus rapide et efficace

L'inscription en ligne requiert la création d'un compte.

Des frais de transaction s'appliquent pour les achats.

INSCRIPTIONS :

En ligne

[Via la plateforme Amilia](#)

Par téléphone/en personne

(450) 646-6720 / 735, rue St-Jean, Longueuil

Entre 9h et 16h30 du lundi au jeudi et entre 9h et 12h30 le vendredi

MODE DE PAIEMENT :

En ligne et par téléphone : carte de crédit

En personne : comptant, Interac, carte de crédit

DATES IMPORTANTES

Pré-inscriptions (personnes inscrites à l'HIVER) du **10 au 16 mars 2025**. Vous recevrez un courriel avec un code.

Inscriptions : dès le **17 mars 2025, à 9h**

Début de la session : à partir **lundi 21 avril 2025**

Durée de la session : 8 semaines, sauf indications contraires. Les activités durent 55 mins.

RESSOURCES

Pour plus d'infos sur les modalités d'inscriptions : [cliquez ici](#) . Visitez notre [site web](#) pour plus d'infos sur les cours

Contactez-nous : info@loisirsduvl.com



LIEUX*

ACC : Atelier de couture Corinne

CAR : Chalet Armand Racicot

CCSFDS : Centre Communautaire
Saint-François-de-Sales

EAR : École Armand-Racicot

ECL : École Claude-Lafortune

EDN : École de Normandie

EDT : École du Tournesol

EDS : Écoles des Semis

ESC : École Sainte-Claire

ESJB : École Saint-Jean Baptiste

PL : Place Longueuil (local
« Espace Collectif »)

PO : Piscine Olympia

ZJ : Zèbre Jaune

*L'adresse précise sera détaillée sur Amelia et inscrite sur la facture au moment de l'inscription

Activités Enfants sportives

Des activités pour faire bouger les enfants et aussi, dans certains cas, leurs parents.

| Activité | Jour | Heure | Coût | Prof | Lieu |
|--|----------|-------------|------|---|------|
| PRE-BASKET MIXTE 6-7 ans (45min) | Mardi | 18h30 | 46\$ | Fernando Gaertner | ESC |
| | Samedi | 8h45 | | | EDN |
| BASKETBALL FÉMININ 8-12 ans | Mardi | 19h15 | 50\$ | Fernando Gaertner | ESC |
| BASKETBALL MIXTE 8-10 ans | Mercredi | 18h30 | 55\$ | Fernando Gaertner | ESC |
| | Samedi | 9h30 | 48\$ | | EDN |
| BASKETBALL MIXTE 11-15 ans | Mercredi | 19h30 | 55\$ | Fernando Gaertner | ESC |
| SOCCER 4 ans | Samedi | 9h | 55\$ | José de Maria H./César A. Massinissa Abderaouf S. | ESC |
| | Samedi | 10h30 | 48\$ | | EDN |
| | Dimanche | 9h | 48\$ | Rodney Robles | ESC |
| SOCCER 5-6 ans | Mercredi | 18h30 | 55\$ | César A. | ECL |
| | Samedi | 10h | 55\$ | José de Maria H./César A. Massinissa Abderaouf S. | ESC |
| | Samedi | 11h30 | 48\$ | | EDN |
| | Dimanche | 10h | 48\$ | Rodney Robles | ESC |
| SOCCER 7-8 ans | Mercredi | 19h30 | 55\$ | César A. | ECL |
| | Samedi | 11h | 55\$ | José de Maria H./ César A. | ESC |
| | | 12h30 | 48\$ | Massinissa Abderaouf S. | EDN |
| | Dimanche | 11h | 48\$ | Rodney Robles | ESC |
| | Dimanche | 12h30 | 48\$ | Rodney Robles | ESC |
| SOCCER 9-10 ans | Samedi | 12h30 | 55\$ | José de Maria H./ César A. Massinissa Abderaouf S. | ESC |
| | Samedi | 14h30 | 48\$ | | EDN |
| | Dimanche | 13h30 | 48\$ | Rodney Robles | ESC |
| | | | | | |
| SOCCER 11-12 ans | Samedi | 13h30 | 55\$ | José de Maria H./ César A. | ESC |
| | Samedi | 13h30 | 48\$ | Massinissa Abderaouf S. | EDN |
| MISE EN FORME EN FAMILLE (Parent-Enfant) | Samedi | 11h15 | 63\$ | Soraya Rojo | CAR |
| Volleyball 8-11 ans/12-15 ans | Mercredi | 18h30/19h30 | 55\$ | | EDT |



Certaines activités de soccer sont en collaboration avec des entraîneurs du

Club de Soccer de Longueuil



Activités Enfants culturelles

Des activités pour développer leurs aptitudes linguistiques ou manuelles.

| Activité | Jour | Heure | Coût | Prof | Lieu |
|---|----------|-------|------|------------------------|------|
| ANGLAIS débutant niveau 2 (9-12 ans) | Jeudi | 17h | 63\$ | Caroline St-Onge | PO |
| ANGLAIS intermédiaire (9-12 ans) | Jeudi | 18h | 63\$ | Caroline St-Onge | PO |
| ACTIVITÉS ART PLASTIQUE 6-8 ans | Samedi | 10h45 | 40\$ | Mahélie Godin Cloutier | PL |
| ACTIVITÉS ART PLASTIQUE 9-11 ans | Samedi | 12h | 40\$ | Mahélie Godin Cloutier | PL |
| INITIATION À LA DANSE 3-5 ans (45 min) | Samedi | 9h | 52\$ | Erika Marchand | CAR |
| | Dimanche | 9h | 52\$ | Erika Marchand | CAR |
| | Dimanche | 9h | 78\$ | Justine St-Onge | PL |
| INITIATION À LA DANSE 4-5 ans (45 min) | Dimanche | 10h | 52\$ | Erika Marchand | CAR |
| PRÉ-BALLET 4-5 ans (45 min) | Samedi | 10h | 52\$ | Erika Marchand | CAR |
| | Dimanche | 10h | 52\$ | Justine St-Onge | PL |
| | Dimanche | 11h | 52\$ | Erika Marchand | CAR |
| PRÉ-BALLET 6-11 ans | Samedi | 11h | 61\$ | Erika Marchand | CAR |
| | Samedi | 12h10 | 61\$ | Erika Marchand | CAR |
| HIP-HOP 6-8 ans | Dimanche | 11h | 61\$ | Justine St-Onge | PL |
| GUITARE enfant niveau 2 (8-15 ans) | Dimanche | 13h | 76\$ | Francis Bouchard | PL |
| M&M Multifitness et Méditation (8-12 ans) | Lundi | 16h15 | 60\$ | Julie et Nicole | CAR |
| ZUMBINI 0-2 ans (45 mins) | Vendredi | 16h | 46\$ | Ludmila Vicol | CAR |
| ZUMBINI 5-7 ans | Vendredi | 17h30 | 50\$ | | CAR |
| ZUMBINI 0-4 ans | Samedi | 8h45 | 46\$ | | PL |
| ZUMBINI 0-4 ans | Samedi | 9h35 | 46\$ | | PL |

Une drôle de ville en perspective



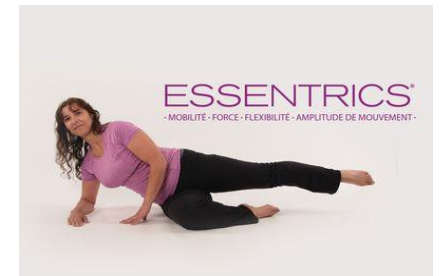
Projet d'arts plastiques



Renforcement (16 ans+)

Développez votre endurance musculaire à travers une série d'exercices afin de travailler les abdominaux et autres muscles.

| Activité | Jour | Heure | Coût | Prof | Lieu |
|---|----------|-------|----------|--------------------------|------|
| 100% Tonus | Lundi | 10h | 63\$+ tx | Nadia Zemmouri | PL |
| ABDOS-FESSIERS | Lundi | 18h15 | 63\$+tx | Nadia Zemmouri | CAR |
| | Lundi | 19h15 | 63\$+tx | Nadia Zemmouri | CAR |
| | Mardi | 10h30 | 63\$+tx | Julie Slater | CAR |
| | Mardi | 18h | 63\$+tx | Julie Slater | CAR |
| | Jeudi | 10h | 63\$+tx | Julie Slater | CAR |
| | Jeudi | 12h | 63\$+tx | Julie Slater | CAR |
| | Jeudi | 14h | 63\$+tx | Julie Slater | PL |
| ESSETRICS doux | Lundi | 9h | 63\$+ tx | Nadia Zemmouri | PL |
| ESSETRICS | Jeudi | 9h | 63\$+ tx | Nadia Zemmouri | PL |
| MOBILITÉ STRETCHING Inter-avancé (75 min) | Lundi | 9h | 66\$+tx | Hélène Messier | CAR |
| | Mercredi | 10h15 | 66\$+tx | Hélène Messier | CAR |
| MOBILITÉ STRETCHING débutant-Inter (75 min) | Lundi | 10h30 | 66\$+tx | Hélène Messier | CAR |
| | Mercredi | 11h45 | 66\$+tx | Hélène Messier | CAR |
| PILATES | Lundi | 18h30 | 55\$+tx | Violaine Morinville | EAR |
| | Mardi | 11h30 | 63\$+tx | Sandra de Beaurepaire | PL |
| | Vendredi | 16h | 63\$+tx | Nathalie Gareau-Chiasson | CAR |
| STRETCHING Débutant | Mardi | 10h30 | 63\$+tx | Nayelli Gonzalez | PL |
| | Mardi | 17h30 | 63\$+tx | Nayelli Gonzalez | PL |
| STRETCHING Tous Niveaux | Jeudi | 19h | 63\$+tx | Julie Slater | CAR |
| MULTI-STRETCHING | Jeudi | 15h15 | 63\$+tx | Julie Slater | PL |



DÉTENTE

(16 ans+)

Offrez-vous un moment de détente afin d'apprendre à être à l'écoute de votre corps et de renforcer votre concentration.

| Activité | Jour | Heure | Coût | Prof | Lieu |
|-------------------------|----------|-------|---------|--------------------------|------|
| MÉDITATION en mouvement | Lundi | 12h | 63\$+tx | Hélène Messier | CAR |
| MÉDITATION | Mercredi | 9h | 63\$+tx | Hélène Messier | CAR |
| QI GONG | Mercredi | 16h | 63\$+tx | Isabelle Courville | CAR |
| YOGA DOUX (60 mins) | Jeudi | 10h10 | 63\$+tx | Nayelli Gonzalez | PL |
| | Jeudi | 19h30 | 63\$+tx | Nayelli Gonzalez | PL |
| YOGA DOUX (90 mins) | Vendredi | 11h | 75\$+tx | Nathalie Gareau-Chiasson | CAR |
| YOGA MAMAN-BÉBÉ | Mardi | 13h30 | 65\$+tx | Ana Ramos Tena | CAR |
| YOGA Hatha | Jeudi | 11h15 | 63\$+tx | Nayelli Gonzalez | PL |
| YIN YANG YOGA | Mardi | 18h30 | 63\$+tx | Ana Ramos Tena | PL |
| YOGA Vinyasa | Mardi | 19h40 | 63\$+tx | Ana Ramos Tena | EAR |
| YOGA PILATES | Lundi | 19h40 | 55\$+tx | Violaine Morinville | EAR |
| YOGA PILATES (75 min) | Vendredi | 9h30 | 65\$+tx | Nathalie Gareau-Chiasson | CAR |
| | Vendredi | 13h30 | 65\$+tx | Nathalie Gareau-Chiasson | CAR |
| YOGA sur chaise | Mardi | 14h30 | 63\$+tx | Ana Ramos Tena | CAR |
| | Mercredi | 10h10 | 63\$+tx | Ana Ramos Tena | PL |
| | Mercredi | 11h15 | 63\$+tx | Ana Ramos Tena | PL |
| | Vendredi | 9h30 | 63\$+tx | Ana Ramos Tena | CAR |



CULTURE : Langues (16 ans+)

Ces activités sont parfaites pour ceux qui désirent s'initier ou perfectionner leurs compétences linguistiques.

| Activité* | Jour | Heure | Coût | Prof | Lieu** |
|---|-------------|--------------|-------------|-------------------|---------------|
| ANGLAIS débutant 2 (90min) | Judi | 19h | 87\$+tx | Caroline St-Onge | PO |
| ANGLAIS intermédiaire-conversation (90min) | Vendredi | 13h15 | 87\$+tx | Johanne Richard | PL |
| ANGLAIS débutant 1 (90min) | Vendredi | 15h | 87\$+tx | Johanne Richard | PL |
| ANGLAIS débutant 2 (90min) | Vendredi | 16h45 | 87\$+tx | Johanne Richard | PL |
| | | | | | |
| ESPAGNOL conversation débutant (90min) | Lundi | 19h | 87\$+tx | Johanna Ortega | PO |
| ESPAGNOL conversation (90min) | Mardi | 14h | 87\$+tx | Maria Perez | CAR |
| ESPAGNOL conversation intermédiaire 1 (90min) | Mardi | 18h | 87\$+tx | Johanna Ortega | PO |
| ESPAGNOL débutant 3 (90min) | Mercredi | 12h30 | 87\$+tx | Johanna Ortega | PL |
| ESPAGNOL conversation inter-avancé (120min) | Mercredi | 14h | 111\$+tx | Johanna Ortega | PL |
| ESPAGNOL intermédiaire (90min) | Mercredi | 14h | 87\$+tx | Maria Perez | CAR |
| ESPAGNOL débutant 1 (90min) | Judi | 14h | 87\$+tx | Maria Perez | CAR |
| | | | | | |
| ITALIEN intermédiaire 2 (90min) | Lundi | 18h | 76\$+tx | Carolina Laurenzi | CCSFDS |
| ITALIEN Club de lecture (90min) | Lundi | 19h30 | 76\$+tx | Carolina Laurenzi | CCSFDS |

*Nos professeures de langues peuvent faire votre évaluation pour savoir quel est votre niveau !

**Le nom de la salle sera indiqué sur votre facture que vous recevrez au moment de l'inscription.

Ateliers Culturels (16 ans+)

Les ateliers sont les activités qui comptent moins que 12 semaines de cours. Les ateliers se déroulent donc soit au 2 semaines ou en sessions hebdomadaires de 6 semaines.

| Activité | Jour | Heure | Coût | Animateur.trice | Lieu | Note |
|--|----------|-------|----------|------------------|------|--|
| DESSIN CRÉATIF (2h) | Samedi | 9h30 | 90\$+tx | Caroline St-Onge | PO | |
| CHANT / CHORALE adulte niveau 2 | Lundi | 17h30 | 87\$+tx | Francis Bouchard | PL | |
| CHANT / CHORALE adulte niveau 1 | Dimanche | 14h | 87\$+tx | Francis Bouchard | PL | |
| COUTURE MODE RECYCLÉE (2h) | Lundi | 18h | 200\$+tx | Corinne Fougnes | ACC | Dates : 28 avril, 5, 12 et 26 mai, 2 et 9 juin |
| COUTURE intermédiaire (2h) https://cscouture.ca/ | Samedi | 10h15 | 200\$+tx | Corinne Fougnes | ACC | Dates : 26 avril, 3, 10, 17, 24 et 31 mai |
| COUTURE débutant (2h) | Samedi | 12h45 | 200\$+tx | Corinne Fougnes | ACC | |
| GUITARE adulte niveau 1 | Lundi | 18h30 | 81\$+tx | Francis Bouchard | PL | |
| GUITARE adulte niveau 3 | Vendredi | 18h30 | 81\$+tx | Francis Bouchard | CAR | |
| GUITARE adulte niveau 2 | Vendredi | 19h30 | 81\$+tx | Francis Bouchard | CAR | |
| ZENTANGLE niveau intermédiaire (2h) | Vendredi | 18h30 | 79\$+tx | Sophie Normand | PL | |



Mise en forme Cardio (16 ans+)

Idéal pour travailler l'endurance, la force musculaire ainsi que la capacité cardio-respiratoire. Les activités offrent un entraînement général travaillant plusieurs composantes.

| Activité | Jour | Heure | Coût | Prof | Lieu |
|---|----------|-------|----------|--------------------------|------|
| AUTO-DÉFENSE femmes et ados | Mardi | 17h | 63\$+tx | Clémence Dufresne | CAR |
| CARDIO-BOXE Multi-Niveaux | Lundi | 17h30 | 63\$+tx | Julie Slater | CAR |
| | Mardi | 15h30 | 63\$+tx | Julie Slater | CAR |
| CARDIO-BOXE Débutant | Mercredi | 19h40 | 63\$+tx | Julie Slater | CAR |
| CARDIO-BOXE Intermédiaire | Mercredi | 18h40 | 63\$+tx | Julie Slater | CAR |
| CARDIO-DANSE | Jeudi | 10h30 | 63\$+tx | Soraya Rojo | CAR |
| | Samedi | 10h | 63\$+tx | Soraya Rojo | CAR |
| DIAMBOOLA | Mardi | 17h | 63\$+ tx | Sheila Cherenfant Sturge | CAR |
| | Jeudi | 18h | 63\$+ tx | Tanya Cherenfant Sturge | CAR |
| POUND | Mardi | 18h | 63\$+ tx | Guillaume Séguin | CAR |
| | Jeudi | 12h | 63\$+ tx | Guillaume Séguin | ZJ |
| MULTI-FITNESS | Mardi | 11h45 | 63\$+ tx | Julie Slater | CAR |
| | Mercredi | 17h30 | 63\$+ tx | Julie Slater | CAR |
| | Jeudi | 17h30 | 63\$+ tx | Julie Slater | CAR |
| STEP FIT intermédiaire | Mardi | 19h | 63\$+ tx | Julie Slater | CAR |
| | Jeudi | 11h | 63\$+ tx | Julie Slater | CAR |
|  | Lundi | 18h40 | 63\$+ tx | Mirabela Muj | CAR |
| | Lundi | 19h40 | 63\$+ tx | Mirabela Muj | CAR |
| | Mardi | 19h | 63\$+ tx | | CAR |
| | Mercredi | 18h | 63\$+ tx | Mirabela Muj | CAR |
| | Mercredi | 19h | 63\$+ tx | Mirabela Muj | CAR |
| | Jeudi | 19h30 | 63\$+ tx | Lisset Cabrera | CAR |
|  | Lundi | 10h30 | 63\$+ tx | Ivonne Miranda | CAR |
| | Jeudi | 18h30 | 63\$+ tx | Ivonne Miranda | CAR |



Mise En Forme Pour 50 Ans+

Idéal pour travailler l'endurance, la force musculaire ainsi que la capacité cardio-respiratoire. Les activités offrent des mouvements légers qui sont adaptés aux personnes qui ont une condition physique limitée.

| Activité | Jour | Heure | Coût | Prof | Lieu |
|-------------------------------|----------|-------|----------|--------------------|------|
| ZUMBA GOLD (50 ans+) | Lundi | 9h30 | 63\$+ tx | Ivonne Miranda | CAR |
| | Lundi | 17h | 63\$+ tx | Nathalie Rivotiana | CAR |
| | Mercredi | 17h | 63\$+ tx | Nathalie Rivotiana | PL |
| | Jeudi | 9h30 | 63\$+ tx | Ivonne Miranda | CAR |
| ZUMBA GOLD ACTIVE (50 ans+) | Mardi | 9h30 | 63\$+ tx | Ivonne Miranda | CAR |
| MISE EN FORME POUR AINÉS doux | Lundi | 13h | 63\$+ tx | Soraya Rojo | CAR |
| MISE EN FORME POUR AINÉS | Lundi | 11h15 | 63\$+ tx | Soraya Rojo | PL |
| | Mardi | 9h | 63\$+ tx | Soraya Rojo | CAR |
| | Mardi | 11h30 | 63\$+ tx | Soraya Rojo | CAR |
| | Mercredi | 9h | 63\$+ tx | Soraya Rojo | PL |
| | Jeudi | 9h | 63\$+ tx | Soraya Rojo | CAR |
| | Vendredi | 10h30 | 63\$+ tx | Soraya Rojo | CAR |
| | Vendredi | 12h | 63\$+ tx | Soraya Rojo | PL |



Sports (16 ans+)

Les activités sportives sont ouvertes à tous ceux qui désirent pratiquer le sport de façon récréative, pour le plaisir de bouger.

Il ne s'agit pas d'un cours mais d'une pratique libre en groupe et accessible à tous les niveaux.

| Activité* | Jour | Heure | Prix** | Lieu |
|---|----------|-------|---------|------|
| BADMINTON (2h30) | Mardi | 19h | 43\$+tx | EDN |
| | Mercredi | 19h | 50\$+tx | EDN |
| | Jeudi | 19h | 43\$+tx | EDN |
| BASKETBALL (2h) | Mardi | 20h | 50\$+tx | ESJB |
| | Jeudi | 20h | 56\$+tx | ESJB |
| PICKLEBALL (2h) | Lundi | 20h30 | 35\$+tx | EDN |
| | Mardi | 18h30 | 56\$+tx | EDS |
| | Vendredi | 18h30 | 50\$+tx | EDS |
| INITIATION PICKLEBALL – niveau 3 (1h30) | Jeudi | 18h30 | 56\$+tx | ESJB |
| VOLLEYBALL (2h) | Lundi | 19h30 | 42\$+tx | ESC |
| | Jeudi | 19h30 | 56\$+tx | ESC |

*les activités sportives adultes au Loisirs du Vieux-Longueuil, sont animées par un coordinateur-bénévole qui est le référent du groupe et explique les règles du jeu si besoin.

** Les différences de prix sont liées au nombre de semaines. Les dates précises seront indiquées au moment de l'inscription sur Amilia.



Cours de Danse (16 ans+)

Que vous soyez débutant, intermédiaire ou avancé, venez apprendre à danser dans une ambiance relaxe et sympathique ! Rien de mieux pour garder la forme tout en s'amusant.

| Activité | Jour | Heure | Coût | Prof | Lieu |
|---|----------|-------|---------|------------------|------|
| DANSE EN LIGNE débutant | Mercredi | 8h45 | 26\$+tx | Monique Dupont | CAR |
| | Vendredi | 19h40 | | | |
| | Dimanche | 13h | | | |
| DANSE EN LIGNE débutant 2 | Mercredi | 9h50 | | | |
| | Vendredi | 18h35 | | | |
| | Dimanche | 14h05 | | | |
| DANSE EN LIGNE inter-avancé | Mercredi | 10h55 | | | |
| | Vendredi | 17h30 | | | |
| | Dimanche | 15h10 | | | |
| DANSE COUNTRY débutant | Lundi | 14h30 | 56\$+tx | Daniel Chartier | CAR |
| | Jeudi | 13h | | | |
| | Samedi | 13h | | | |
| DANSE COUNTRY intermédiaire | Jeudi | 14h15 | | | |
| | Samedi | 14h15 | | | |
| DANSE COUNTRY PARTENAIRE débutant | Dimanche | 18h30 | | | |
| DANSE COUNTRY PARTENAIRE intermédiaire | | 19h30 | | | |
| DANSE LATINE niveau 3 | Mardi | 18h30 | 62\$+tx | Nayelli Gonzalez | PL |
| DANSE LATINE niveau 1 | Jeudi | 17h30 | | | |
| DANSE LATINE niveau 2 | Jeudi | 18h30 | | | |
| DANSE SOCIALE 3e année | Vendredi | 18h | 62\$+tx | Danielle Nepveu | PO |
| DANSE SOCIALE avancée | Vendredi | 19h | | | |
| DANSE SOCIALE latino intermédiaire | Vendredi | 20h15 | | | |
| DANSE SOCIALE débutant (2 ^{ème} session) | Dimanche | 14h30 | | | |

