

PROGRAMMATION D'ACTIVITÉS SPORTIVES ET CULTURELLES PRINTEMPS 2023

INSCRIPTIONS DU 20 MARS AU 10 AVRIL 2023 | DÉBUT DES COURS DÈS LE 16 AVRIL 2023
TOUS LES DÉTAILS AU STESOPHIE.CA



ACTIVITÉS SPÉCIALES	ACTIVITÉ	ÂGE	JOUR	HEURE	COÛT	SESSION
	Atelier de LEGO – Minecraft Dungeons	6-12 ans	Dimanche	9 h à 10 h 30	22 \$	Activité ponctuelle

ADULTES	ACTIVITÉ	ÂGE	JOUR	HEURE	COÛT	SESSION
	Hockey à balle libre	25 ans et +	Mercredi	19 h 30 à 21 h	35 \$	6 semaines
			Jeudi	19 h 45 à 21 h 15		

50 ANS +	ACTIVITÉ	ÂGE	JOUR	HEURE	COÛT	SESSION	
	CLUB DE MARCHÉ						
	Débutant	50 ans et +	Lundi	9 h à 10 h 30	Gratuit	6 semaines	
	Intermédiaire			10 h 30 à 12 h			
	FORFAIT 50 +						
Cours à déterminer	50 ans et +		Mardi	9 h 30 à 10 h 30	65 \$ pour les 3 cours	6 semaines	
			Mardi	10 h 45 à 11 h 45			
			Vendredi	9 h 30 à 10 h 30			

POUR TOUS	ACTIVITÉ	ÂGE	JOUR	HEURE	COÛT	SESSION	
	KARATÉ SHORINJIRYU						
	Ceinture blanche	6 ans et +	Lun / Mer	18 h 30 à 19 h 30	68 \$	10 semaines	
	Ceinture jaune			19 h 30 à 20 h 30	68 \$		
Ceinture orange, verte et brune	19 h 30 à 21 h			98 \$			

FORFAIT ILLIMITÉ	ACTIVITÉ	ÂGE	JOUR	HEURE	COÛT	SESSION
	Pilates	16 ans et +	Mardi	18 h 30 à 19 h 30	90\$ pour les deux cours	6 semaines
Zumba/tae boxe	16 ans et +	Jeudi	18 h 30 à 19 h 30			

TENNIS	ACTIVITÉ	ÂGE	JOUR	HEURE	COÛT	SESSION
	Mini-tennis	5-8 ans	Lundi	17 h 30 à 18 h 30	90 \$	10 semaines débutant le 1 ^{er} mai 2023 *
	Tennis débutant	9-12 ans	Lundi	18 h 30 à 19 h 30	90 \$	
Tennis intermédiaire	11-15 ans	Lundi	19 h 30 à 20 h 30	90 \$		