

FADOQ L'Assomption - Activités HIVER 2022



*Toutes les activités nécessitent la carte FADOQ de L'Assomption (F014) pour un accès privilégié et s'il reste de la place, les cartes FADOQ (autres régions) seront acceptés

* Tous les prix, nombres de personnes et dates sont à titre indicatifs et peuvent être changés sans préavis selon les circonstances et les instructions sanitaire pour la COVID.

Téléphone : 450-589-5671 poste 3060 (laissez vos coordonnées et on vous rappellera aussitôt disponible)

Courriel : fadoqlassomption@gmail.com

Facebook : Groupe FADOQ L'Assomption (dans Lanaudière) (Cliquer « Devenir membre »)

Messenger: Membre Facebook "Fadoq L'Assomption" et écrivez-nous

Web : www.fadoqassomption.ca

Courrier postale : FADOQ L'Assomption, 781 rang du Bas-de-L'Assomption Nord, L'Assomption (QC), J5W 2H1

ACTIVITÉS AVEC INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Inscription Session Hiver 2022 (centre communautaire) : Mardi 7 décembre 2021 10h (jusqu'à complet)

* Certains cours peuvent être complet par suite des pré-inscriptions des anciens membres. Veuillez vérifier sur notre groupe Facebook ou appelez et laissez vos coordonnées au bureau.

Bouger+ (Centre communautaire) – Maximum 30 personnes

(60\$ la session) (14 semaines)

- Mardi et vendredi 8h30 à 9h30 (2 cours semaine inclus)
- Mardi et vendredi 9h45 à 10h45 (2 cours semaine inclus)
- Mardi et vendredi 11h à midi (2 cours semaine inclus)

Du mardi 11 janvier 2022 au vendredi 22 avril 2022 (relâche 22 et 25 fév.)

Yoga (Centre communautaire) – Maximum 30 personnes

(50\$ pour la session) (14 semaines)

- Mardi 13h00 à 14h15 **OU** 14h30 à 15h45 (Centre communautaire)

Du mardi 11 janvier 2022 au mardi 19 avril 2022 (relâche 22 février)

Extensa Fitness – Flexibilité/Stretching (Centre communautaire) – Maximum 30 personnes

(35\$ pour la session) : (14 semaines)

- Mercredi 11h20 à midi

Du mercredi 12 janvier 2022 au mercredi 20 avril 2022 (relâche 2 mars)

Zumba Gold (Centre communautaire) – Maximum 25 personnes

(35\$ pour la session 1 cours / 60\$ pour 2 cours semaine) (13 semaines les lundis et 14 semaines les mercredis)

- Lundi 9h à 10h **OU** Lundi 10h15 à 11h15
- Mercredi 9h à 10h **OU** Mercredi 10h15 à 11h15

Du lundi 10 janvier 2022 au mercredi 20 avril 2022 (relâche lundi 28 février, mercredi 2 mars et lundi 18 avril)

Conversation anglaise (Maison de la culture, salle #1) – Minimum 6 personnes et maximum 12 personnes

(130\$ avec réduction selon le nombre de personnes) : (14 semaines)

- Groupe #1 (débutant-intermédiaire) : 10h30 à midi
- Groupe #2 (intermédiaire-avancé) : 13h à 14h30

Du jeudi 13 janvier 2022 au jeudi 21 avril 2022 (relâche 24 février)

Danse en ligne (Centre communautaire) – Maximum 30 personnes

(55\$ pour la session 1 cours / 90\$ pour 2 cours semaine) (14 semaines)

- Cours Débutants : Lundi 13h à 14h
- Cours Réguliers : Lundi 14h15 à 15h30
- Cours Réguliers : Vendredi 13h à 14h15

Du lundi 10 janvier 2022 au lundi 25 avril 2022 (relâche vendredi 25 février, lundi 28 février et lundi 18 avril)

Pickleball Intérieur – NOUVEAUX JOUEURS (École Louis-Laberge) – Maximum 20 personnes

(gratuit)

- Samedi 11h35 à 14h (relâche 26 février et 16 avril)

Du samedi 15 janvier 2022 au samedi 4 juin 2022 (ou mise en place des filets)

Pickleball Intérieur – INTERMÉDIAIRE/AVANCÉ (endroit selon les heures) – Maximum 54 personnes

(gratuit)

- Lundi, mercredi, jeudi 18h à 20h (École de L'Amitié) (relâche 9, 10, 21, 23, 24 février et 18 avril)
- Mercredi 18h30 à 20h (École Louis-Laberge) (relâche 23 février)
- Samedi 9h à 11h30 (École Louis-Laberge) (relâche 26 février et 16 avril)
- Samedi 9h à midi (École de L'Amitié) (relâche 26 février et 16 avril)

Du lundi 10 janvier 2022 au samedi 4 juin 2022 (ou mise en place des filets)

Pétanque Atout et Boccia (Centre communautaire)

(gratuit)

- Vendredi 14h30 à 16h30

Du vendredi 14 janvier 2022 au vendredi 29 avril 2022

Jeux de cartes LIBRE (Centre communautaire)

(gratuit)

- Mercredi 13h à 15h30

Du mercredi 12 janvier 2022 au mercredi 27 avril 2022

Scrabble (Maison de la culture, salle #1)

(gratuit – amener votre jeu de scrabble si possible)

- Mercredi 13h à 15h

Du mercredi 12 janvier 2022 au mercredi 27 avril 2022