



Club FADOQ L'Assomption
Lanaudière

Activités Automne 2020 – Horaire au centre communautaire

- **Port du masque obligatoire**

Zumba : 50 minutes - Mercredi : de 9h00 à 9h50 ET de 10h15 à 11h05
Session de 12 semaines à partir du mercredi 9 septembre au 2 décembre avec relâche le 18 novembre.

Extensa Fitness : 45 minutes - Lundi : de 10h15 à 11h00
Session de 12 semaines à partir du lundi 14 septembre au lundi 7 décembre avec relâche à l'action de Grâce le 12 octobre.

Anglais : 90 minutes - Jeudi : de 13h00 à 14h30 (Bibliothèque, 4^{ème} étage)
Session de 13 semaines à partir du jeudi 10 septembre au 3 décembre.

Bouger+ : 60 minutes - Mardi et vendredi : de 9h00 à 10h00 ET de 10h15 à 11h15
Session de 13 semaines à partir du mardi 8 septembre au 4 décembre avec relâche le vendredi 6 novembre.

Yoga : 75 minutes - Mardi : de 13h00 à 14h15 ET de 14h30 à 15h45
Session de 13 semaines à partir du mardi 8 septembre au 1 décembre.
ET mercredi : de 13h00 à 14h15
Session de 12 semaines à partir du mercredi 9 septembre au 2 décembre avec relâche le 18 novembre.

Danse en ligne : 60 minutes débutants et intermédiaire – 75 minutes Avancé – 5\$ du cours (avec réajustement du prix et forfait de la session au 3^{ème} cours selon le nombre de personnes)

Lundi - Débutants 1 : de 12h30 à 13h30

Lundi - Débutants 2 : de 13h45 à 14h45

Lundi - Intermédiaires : de 15h00 à 16h15

Session de 12 semaines à partir du 14 septembre au 7 décembre avec relâche à l'action de Grâce le 12 octobre.

Pratique de danse : 90 minutes - 5\$ par pratique

Vendredi 13h30 de à 15h00

Session de 10 semaines à partir du vendredi 18 septembre au 4 décembre avec relâches le 30 octobre et le 6 novembre.