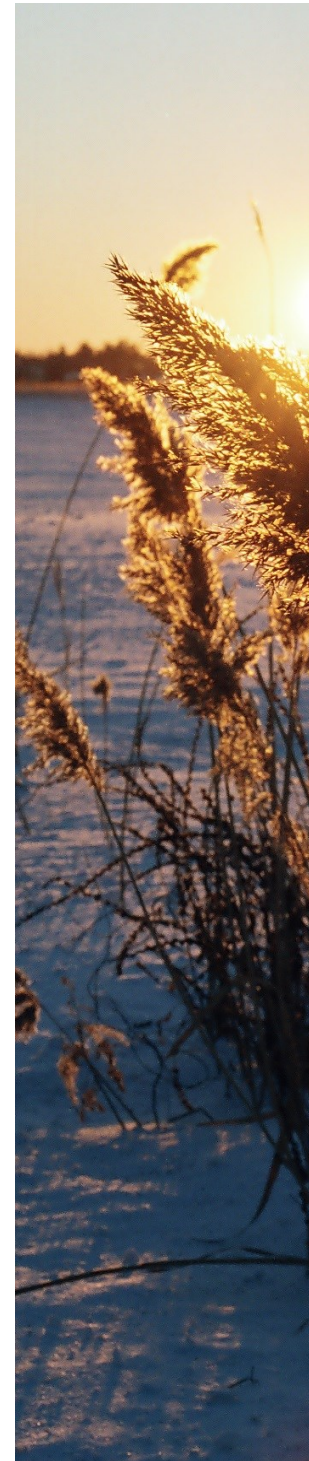




Municipalité de Saint-Antoine-sur-Richelieu



**1060 Du Moulin-Payet
Saint-Antoine-sur-Richelieu
Québec, Canada
J0L 1R0
450-787-3497 poste 5
Courriel: loisir@sasr.ca
www.saint-antoine-sur-richelieu.ca**



Activités loisirs

PROGRAMMATION DES ACTIVITÉS HIVER 2017

SAINT-ANTOINE-SUR-RICHELIEU

Voici votre Bulletin des Loisirs. Vous y trouverez une description de toutes les activités récréatives et sportives qui s'offrent à vous à compter de janvier prochain.

Prenez note que:

Vous devrez vous présenter lors des journées et des soirées d'inscriptions mentionnées ci-dessous, afin de vous inscrire aux activités de votre choix.

Venez nous rencontrer au Centre communautaire.



**Inscriptions aux activités récréatives:
Mercredi le 11 et jeudi le 12 janvier,
de jour, 8h30 à 12h00 de 13h00 à 16h30
Également en soirée, de 18h00 à 20h30
Au Centre communautaire**



SOYONS ACTIFS, POUR BIEN PROFITER DE LA VIE!

Mise en forme pour les 50 ans et plus Les mercredis à compter du 18 janvier

Programme d'exercices physiques destiné à l'amélioration des fonctions cardiovasculaires et respiratoires, au renforcement musculaire et au développement de la flexibilité.

*Portez des vêtements confortables et des espadrilles

Début: Mercredi le 18 janvier (15 semaines)

Heure: 18h30 à 19h30

Coût: 75 \$

Minimum: 8 participants

Professeure: Sophie Vuillaume



COURS DE PILATES

La méthode Pilates a pour objectif le développement des muscles profonds, l'amélioration de la posture, l'équilibrage musculaire et l'assouplissement articulaire, pour un maintien, une amélioration ou une restauration des fonctions physiques.

Début : Mardi 17 janvier (15 semaines)

Heure: 18h30 à 19h30

Coût: 75\$

Minimum: 8 participants

Professeure : Sophie Vuillaume

ACTIVITÉ GRATUITE

VIE ACTIVE

Les mardis, à 13h30, à la salle
Julie-Daoust

Début: Mardi le 10 janvier
(12 semaines)

Mise en forme pour les 50 à 99 ans!

Responsable: Serge Lévesque

Tél: 450-909-0829

ACTIVITÉS LOISIRS

SERVICES COMMUNAUTAIRES

MODALITÉS DE PAIEMENT DES ACTIVITÉS DE LOISIRS

- Payable lors de l'inscription, par chèque (libellé au nom de la municipalité de Saint-Antoine-sur-Richelieu) ou argent comptant
- **Aucun remboursement après le début des activités**
- Des frais de 10 \$ seront ajoutés pour les non-résidents.

SAINT-MARC-SUR-RICHELIEU;

Quoi faire en région

Les résidents de Saint-Antoine-sur-Richelieu peuvent bénéficier des cours offerts à Saint-Marc-sur-Richelieu, et ce, au même tarif que leurs résidents;

Informations: Samuel Routhier

Téléphone: 450-584-2258 poste 4

Pour être bien informés sur les activités qui sont offertes à la Municipalité de Saint-Antoine-sur-Richelieu, consultez régulièrement notre site:

www.saint-antoine-sur-richelieu.ca

Concernant les activités culturelles, consultez la page

Facebook de la

Maison de la culture

Eulalie-Durocher

Vous pouvez aussi, en tout temps, vous inscrire à notre infolettre.

Bon hiver!

BIBLIOTHÈQUE

LES HEURES D'OUVERTURE

Les mardis de 13h30 à 16h30

Les jeudis de 19h00 à 20h30

Les dimanches de 10h00 à 12h00

L'abonnement est gratuit pour les résidents.

Cinéma gratuit : 26 janvier, 23 février, 23 mars, 27 avril, à 13h30

Local de l'Âge d'or

Responsable : Nicole Villiard

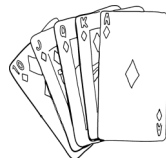
Téléphone: 450-787-3140



Courriel: bibliotheque@sasr.ca

Le Comité de l'âge d'or organise diverses activités pour tous les aînés de la région afin de vous offrir la possibilité de vous divertir ...de vous amuser en compagnie de vos voisins, de vos amis...

ÂGE D'OR



ACTIVITÉS DIVERSES

(dates à venir)

- Cabane à sucre (en mars)
- Conférences et autres

Rencontres et activités hebdomadaires

Les lundis, dès le 9 janvier

CARTES et BILLARD

De 13h30 à 16h00

Au local de l'Âge d'or

Les mercredis dès le 11 janvier

SACS DE SABLE et BILLARD

De 13h30 - 16h00

Salle Julie- Daoust et

au Local de l'Âge d'or

3e mercredi du mois,

dès le 18 janvier

BINGO au local de l'Âge d'or

Les vendredis, dès le 13 janvier

PEINTURE SUR VITRE ET VITRAIL SUR TOILE



Dîners de l'amitié

Les dîners communautaires ont lieu dans la salle de l'Âge d'or au Centre communautaire de Saint-Antoine-sur-Richelieu, le 3e mardi du mois afin de prévenir l'isolement et de permettre aux gens de socialiser.

Voici les dates des dîners pour la saison hivernale:
les 17 janvier ,21 février , 21 mars, 18 avril et 16 mai 2017.

Pour plus d'info, contactez Hélène Burgoyne: 450-787-2338

ACTIVITÉS POUR JEUNES ET ADULTES



Hockey Cosom enfant

Les vendredis, à la Salle Julie-Daoust
Début: Vendredi 27 janvier (12 semaines)

COSOM 4 à 7 ans

Heure: 18h30 à 19h30

Coût :30\$

Minimum: 10 enfants par groupe.

COSOM 8 à 11 ans

Heure: 19h30 à 20h30

Coût : 30\$

Minimum: de 10 enfants par groupe.

COSOM 12 à 15 ans

Heure: 20h30 à 21h30

Coût : 30\$

Minimum:10 enfants par groupe.

Responsable: Gabrielle Héroux

Vous devez fournir votre casque de hockey et votre bâton.

* L'activité du vendredi 14 avril sera reportée au 21 avril en raison du congé férié (Vendredi Saint).



HOCKEY COSOM ADULTE

Pour les 16 ans et plus

Les vendredis, à la salle Julie-Daoust
Début: Vendredi 27 janvier (12 semaines)

Heure: 21h30 à 23h

Coût : 30\$

Minimum :10 participants

Vous devez fournir votre casque de hockey et votre bâton

* L'activité du vendredi 14 avril sera reportée au 21 avril en raison du congé férié (Vendredi Saint).

ACTIVITÉS ADULTES

Badminton adulte

Intermédiaires
et avancés:
Au gymnase de l'École
Georges-Étienne-Cartier



Les mardis soirs

Début: Mardi 24 janvier
(15 semaines)
Heure: 19h00 à 22h00
Coût: 75\$
Minimum: de 8 participants

CLUB DE MARCHÉ LES MARCHEURS DU RIVAGE

GRATUIT: BIENVENUE À TOUS



Les MARDIS matin

Début: Mardi le 10 janvier
(15 semaines)
Heure: 9h00 à 11h00
Départ du Centre communautaire
Responsable: Christiane Poulin
450-787-2804

ZUMBA

Les lundis et jeudis de 19h30 à 20h30
Salle Julie-Daoust

Début: Lundi 16 et jeudi 19 janvier
(15 semaines)
Heure: 19h30 à 20h30
Coût: 70 \$ 1 soir semaine
Coût: 115 \$ 2 soirs semaine
Professeures: Marie-Claude Fulham et Jo-
sée Bélisle
Minimum: 20 participants

Cours de Vitrail

CRÉATION DE LAMPE ou toute
autre idée originale de votre cru!

Local de l'Âge d'or
Les jeudis soirs de 18h30 à 21h
Début: Jeudi le 26 janvier
(12 semaines)
Heure: 18h30 à 21h
Coût: 20 \$
Minimum: 5 participants
Professeur: Serge Lévesque



Prévoir des frais pour l'achat de votre
matériel. Vous serez référé à un maga-
sin spécialisé.

ACTIVITÉS JEUNESSE



Les samedis de 9h15 à 10h00
Salle Julie-Daoust

Atelier d'initiation à la danse ; Pour les enfants de 3-6 ans

Début: Samedi 28 janvier (12 semaines)
Heure: 9h15 à 10h
Coût: 70.00\$
Minimum: 8 inscriptions
Professeure: Marie-Claude Fulham

Les lundis de 18h30 à 19h30
Salle Julie-Daoust

Cours de danse ; Pour les enfants 7-12 ans

Début: Lundi le 23 janvier (12 semaines)
Heure: 18h30 à 19h30
Coût: 70 \$
Minimum: 8 inscriptions
Professeure: Josée Bélisle
* **Attention: Chaussures obligatoires**

NOUVEAU!!!

Au gymnase de l'École Georges-Étienne-Cartier

Initiation au Karaté 4 à 7 ans Les lundis:

Début: Lundi 23 janvier (12 semaines)
Heure: 18h à 19h
Coût: 65 \$
Minimum: 8 inscriptions

Initiation au Karaté 8 à 11 ans Les Mercredis:

Début: Mercredi 25 janvier (12 semaines)
Heure: 18h à 19h
Coût: 65 \$
Minimum: 8 inscriptions

Initiation au Karaté 12 à 15 ans Les Mercredis:

Début: Mercredi 25 janvier (12 semaines)
Heure: 19h à 20h
Coût: 65 \$
Minimum: 8 inscriptions

Professeure: Azalie Picard, en collabora-
tion avec l'Association Karaté Kenpo de
Contrecoeur.