

Exclusivité aux inscriptions en ligne à compter du 8 mars dès 13h.

Inscriptions par téléphone ou en personne à compter du 15 mars.

Le service des loisirs sera exceptionnellement ouvert en soirée les 15 mars, 19 avril et 3 mai de 16h30 à 19h.



## Comment s'inscrire?

- En ligne au [www.valcourt.ca](http://www.valcourt.ca) (Visa ou Mastercard)
- Par téléphone, à l'aréna (crédit, chèque ou comptant dans la chute à paiement)

## AUCUNE INSCRIPTION PAR TÉLÉPHONE OU EN PERSONNE AVANT LE 15 MARS

Le montant total est exigé pour toute inscription. Pour les montants de plus de 200\$, il est possible de payer 50% de l'activité lors de l'inscription et de remettre un chèque postdaté pour l'autre 50%. Le chèque postdaté doit être encaissable avant le début de l'activité. Les taxes TPS et TVQ sont applicables pour les personnes de 15 ans et plus.

## AUCUN REMBOURSEMENT NE SERA ACCORDÉ UNE FOIS L'ACTIVITÉ DÉBUTÉE

### Table des matières

Coordonnées	2	Camp de Jour	6-7
Hockey Mineur	3	Activités aquatiques	8-10
Soccer et balle molle	4-5	Patinage artistique	12

### Coordonnées et heures d'ouverture des loisirs:

**Johanne Tétreault | [loisirs@valcourt.ca](mailto:loisirs@valcourt.ca)**

**Alain Martel | [alain.martel@valcourt.ca](mailto:alain.martel@valcourt.ca)**

**Ouvert du lundi au jeudi : 8h30 à 12h et de 13h à 16h30 ainsi que le vendredi de 8h30 à 12h**

**1111, boulevard des Cyprès, Valcourt**

**450 532-3313 poste 1342**

**Le service des Loisirs sera ouvert en soirée les 15 mars, 19 avril et 3 mai de 16 h 30 à 19 h.**

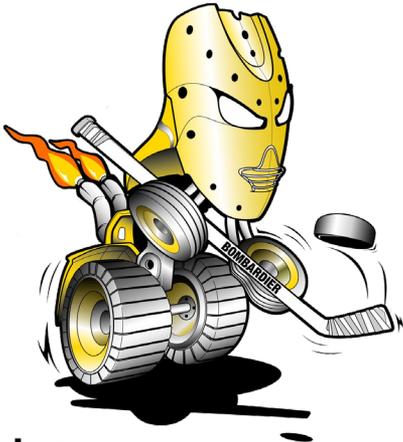




# ASSOCIATION HOCKEY MINEUR **VALCOURT**

**SAISON 2023-2024**

**RABAIS DE 30\$ PAR JOUEUR POUR LES  
INSCRIPTIONS FAITES AVANT LE 1<sup>er</sup> JUIN!**



**Les  
BOMBARDIER**  
*de Valcourt*

CATÉGORIE	JUSQU'AU 31 mai
M7 (Pré-Novice) 2017-2019	225\$*
M9 (Novice) 2015-2016	290\$*
M11 (Atome) 2013-2014	350\$*
M13 (Pee-Wee) 2011-2012	350\$*
M15 (Bantam) 2009-2010	350\$*
M18 (Midget) 2006 à 2008	350\$*
M21 (Junior) 2003 à 2005	445\$*

\*Rabais de 30\$ pour les inscriptions faites avant le 1<sup>er</sup> juin déjà appliqué. Veuillez ajouter 30\$ au prix indiqué pour les inscriptions qui seront effectuées à compter du 1<sup>er</sup> juin 2023. Les taxes sont applicables pour les personnes de 15 ans et plus. Aucune inscription ne sera acceptée à compter du 15 octobre 2023. Frais de tournois non inclus. Pour les montants de plus de 200\$, il est possible de payer en 2 versements soit, 50% pour le 1<sup>er</sup> septembre et de remettre un chèque postdaté du 31 octobre 2023 pour l'autre 50%.

## Besoin d'un coup de pouce ?

La Fondation Bon Départ de Canadian Tire offre de l'aide financière aux familles à faible revenu pour l'inscription à des activités sportives. La demande doit être faite en ligne plusieurs semaines avant l'inscription.

Ne tardez pas ! <https://www.fondationbondepart.ca/>

## SOCCKER MINEUR

Tarif des inscriptions:

De 4 à 18 ans	jusqu'au 30 avril	À compter du 1 <sup>er</sup> mai
1 <sup>er</sup> enfant**	55\$	68.75\$
2 <sup>e</sup> enfant**	35\$	43.75\$
3 <sup>e</sup> enfant**	15\$	18.75\$
4 <sup>e</sup> enfant**	5\$	6.25\$
5 <sup>e</sup> enfant et +**	Gratuit*	Gratuit*

\* Même si c'est gratuit, l'enfant doit obligatoirement être inscrit pour participer à l'activité.

\*\*Inscription d'une même famille. Les taxes doivent être ajoutées pour les enfants de 15 ans et plus.

### Horaire:

7-8 ans	Lundi
14-18 ans	Mardi
9-10 ans	Mercredi
4-6 et 11-13 ans	Jeudi

Les catégories d'âge pourraient être modifiées selon le nombre d'inscriptions.

## RECHERCHÉ

Nous sommes à la recherche de gérants de catégories, d'arbitres et d'entraîneurs. Si vous êtes intéressé, veuillez contacter Johanne aux Loisirs au 450 532-3313 poste 1342 ou [loisirs@valcourt.ca](mailto:loisirs@valcourt.ca).

Une formation sera offerte sur demande.



# BALLE DONNÉE MINEURE INTERMUNICIPALE

**TRÈS IMPORTANT:** Nous avons besoin d'un responsable, sinon il ne pourra pas y avoir de balle donnée cet été.

Les matchs ont lieu **les lundis et les mercredis**. L'heure sera confirmée plus tard, lorsque nous aurons le nombre total d'inscriptions.

	jusqu'au 30 avril	À compter du 1 <sup>er</sup> mai
5 à 8 ans	GRATUIT*	GRATUIT*
9 à 12 ans	35\$	43.75\$
13 à 16 ans	35\$	43.75\$

\* Même si c'est gratuit, l'enfant doit obligatoirement être inscrit pour participer à l'activité.

Pour déterminer les catégories d'âge, la date du 1<sup>er</sup> octobre est établie comme date limite d'anniversaire. (Dans la catégorie 13 – 16 ans, les filles sont acceptées jusqu'à 17 ans). Les taxes TPS et TVQ sont à ajouter à ces montants pour les personnes de 15 ans et plus.

## RECHERCHÉ

Nous sommes à la recherche d'entraîneurs, d'assistants-entraîneurs, de membres désirant faire partie du comité et d'arbitres (\$). L'expérience n'est pas requise pour les postes affichés. Vous pouvez donner votre nom à l'inscription de votre enfant ou communiquer avec Johanne au 450 532-3313 poste 1342 ou par courriel au [loisirs@valcourt.ca](mailto:loisirs@valcourt.ca).

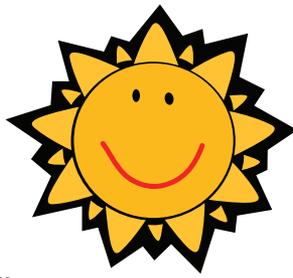
## Soccer ou balle donnée adulte

Si vous souhaitez former une équipe de soccer ou de balle donnée, veuillez réserver vos terrains à Johanne au 450 532-3313 poste 1342.

Le coût du terrain de soccer adulte à 11 joueurs est de 275\$ plus taxes par équipe pour la saison.

Le coût du terrain de balle donnée est de 275\$ plus taxes par équipe pour la saison.





# Camp de jour de Valcourt

L'été approche à grands pas et la Ville de Valcourt offre aux familles de la région des activités estivales encadrées sur nos terrains de jeux, pour les enfants de 5 ans (maternelle complétée) à 12 ans inclusivement.

Suite aux inscriptions, notre équipe travaillera à former les groupes.

Un ratio enfants/animateur doit être respecté selon les groupes d'âge.

Au besoin, la Ville de Valcourt se réserve le droit de refuser les inscriptions effectuées à la semaine, ainsi que les inscriptions effectuées à compter du 31 mai 2023, dans le but de respecter le ratio. En cas de manque de personnel, les jeunes de 12 ans pourraient être refusés, puisqu'ils sont aptes à se garder seuls. Il est à noter qu'aucun remboursement ne pourra être effectué à compter du 31 mai 2023, car les groupes seront formés.

Tous les parents dont l'enfant est inscrit au Camp de jour seront contactés vers la mi-juin pour une rencontre.

## Postulez en ligne!

Plusieurs postes sont disponibles à la piscine et au camp de jour pour cet été. Postulez dès maintenant, en ligne, au [www.valcourt.ca](http://www.valcourt.ca) dans la section culture et loisirs, sous l'onglet activités, cours et inscriptions.

## Cours de natation

Si votre enfant fréquente le camp de jour, il est possible de l'inscrire aux cours de natation durant le jour. Un moniteur l'accompagnera à son cours.



# CAMP DE JOUR ÉTÉ 2023

Du 26 juin au 18 août 2023, du lundi au vendredi de 9h à 16h

CAMP DE JOUR	JUSQU'AU 30 MAI	À COMPTER DU 31 MAI
TARIF ESTIVAL RÉSIDENT (8 semaines)	415\$	518.75\$
TARIF SEMAINE RÉSIDENT	75\$	93.75\$
TARIF ESTIVAL NON-RÉSIDENT (8 semaines)	658\$	822.50\$
TARIF SEMAINE NON-RÉSIDENT	130\$	162.50\$

À noter que le coût du service de garde pour la période du midi est inclus.

Les jours de camps de jour, du lundi au vendredi de 6h45 à 9h et de 16h à 17h. L'enfant doit être inscrit au Camp de Jour pour pouvoir fréquenter le service de garde.

SERVICE DE GARDE	JUSQU'AU 30 MAI	À COMPTER DU 31 MAI
TARIF JOURNALIER	12\$/jour	12\$/jour
TARIF ESTIVAL RÉSIDENT (8 semaines)	215\$	268.75\$
TARIF SEMAINE RÉSIDENT	36\$	45\$
TARIF ESTIVAL NON-RÉSIDENT (8 semaines)	250\$	312.50\$
TARIF SEMAINE NON-RÉSIDENT	50\$	62.50\$

Tous les forfaits sont payables lors de l'inscription. Un chèque post-daté peut être remis, s'il est daté du 30 mai, au plus tard.



# COURS DE NATATION

CATÉGORIE	JUSQU'AU 30 MAI	À COMPTER DU 31 MAI
Préscolaire	52\$	65\$
Jeune nageur 1 <sup>er</sup> enfant**	72\$	90\$
Jeune nageur 2 <sup>e</sup> enfant**	64\$	80\$
Jeune nageur 3 <sup>e</sup> enfant**	58\$	72.50\$
Jeune nageur 4 <sup>e</sup> enfant ou +**	GRATUIT*	GRATUIT*

\* Même si c'est gratuit, l'enfant doit obligatoirement être inscrit pour participer à l'activité.

\*\*Inscription d'une même famille (l'enfant le plus âgé est celui de la 1<sup>ère</sup> inscription et ainsi de suite). Les taxes sont à ajouter à ces montants pour les personnes de 15 ans et plus.

## Début des cours: semaine du 26 juin | Fin des cours: semaine du 14 août

Soyez certain d'inscrire votre enfant dans le bon niveau, vérifiez le niveau complété dans son carnet ou auprès de Johanne au 450 532-3313 poste 1342.

La Ville de Valcourt se réserve le droit de refuser toute inscription effectuée après le 31 mai 2023, en fonction du ratio enfant/moniteur ou si l'enfant n'est pas inscrit dans le bon niveau. Si vous inscrivez votre enfant et que le cours est annulé, faute d'inscriptions suffisantes, votre enfant sera automatiquement inscrit sur une liste de réserve. Si vous souhaitez inscrire votre enfant à un niveau qui est déjà complet, il sera possible d'inscrire votre nom sur une liste de réserve et les Loisirs feront leur possible pour former un nouveau groupe, dans la mesure du possible et selon la disponibilité de la piscine et des moniteurs.

## Camp de Jour

Si votre enfant fréquente le camp de jour, il est possible de l'inscrire aux cours de natation durant le jour. Un moniteur l'accompagnera à son cours.

NIVEAU	OBJECTIF	JUSQU'AU 30 MAI	À COMPTER DU 31 MAI	HORAIRE (SUJET À CHANGEMENT)
Nageur adulte	Développement des styles de nage selon vos objectifs. Être à l'aise en eau profonde. Possibilité d'ajuster le cours à vos objectifs personnels.	90\$	112.50\$	Mardi et jeudi 18 h 30 à 19 h 30
Aquaforme	Entraînement de mouvements aérobiqes et musculaires, exécutés en eau peu profonde.	90\$	112.50\$	Mardi et jeudi 18 h 30 à 19 h 30

# NATATION PRÉSCOLAIRE (de 15 mois à 5 ans)

ANCIENNE APPELATION	NOUVELLE APPELATION	SI VOTRE ENFANT...	HORAIRE
Étoile de mer 	Parent-enfant 1	Est âgé de 15 à 18 mois et qu'il est prêt à avoir du plaisir dans l'eau avec un parent	Lun. 18h à 18h30 ou jeu. 11h à 11h30
Canard 	Parent-enfant 2	Est âgé de 18 à 24 mois et qu'il est prêt à avoir du plaisir dans l'eau avec un parent.	Lun. 18h à 18h30 ou jeu. 11h à 11h30
Tortue de mer 	Parent-enfant 3	Est âgé de 2 à 3 ans et qu'il est prêt à avoir du plaisir dans l'eau avec un parent.	Lun. 18h à 18h30 ou jeu. 11h à 11h30
Loutre de mer 	Parent-enfant 4	Est âgé de 3 à 5 ans et qu'il commence à ne pas être accompagné par un parent.	Lun. 18h à 18h30 ou jeu. 11h à 11h30
Salamandre 	Préscolaire 1	Peut entrer et sortir de l'eau, sauter dans l'eau à hauteur de la poitrine avec de l'aide, flotter et glisser sur le ventre et sur le dos, faire des bulles et se mouiller le visage.	Mar. 11h à 11h30 ou mer. 18h à 18h30
Poisson-Lune 	Préscolaire 2	Peut sauter dans l'eau à hauteur de la poitrine, s'immerger et expirer sous l'eau, flotter sur le ventre et sur le dos avec de l'aide pendant 3 secondes.	Mar. 11h à 11h30 ou Mer. 18h à 18h30
Crocodile 	Préscolaire 3	Peut sauter en eau profonde en portant un gilet de sauvetage, récupérer des objets au fond de l'eau, retenir son souffle sous l'eau, flotter, glisser et battre des jambes sur le ventre et sur le dos.	Mar. 11h à 11h30 ou mer. 18h à 18h30
Baleine 	Préscolaire 4	Peut sauter seul en eau profonde, nager au crawl sur 5 m en portant un gilet de sauvetage, effectuer un battement de jambes alternatif sur le ventre, sur le dos et sur le côté.	Mar. 11h à 11h30 ou mer. 18h à 18h30



# NATATION JEUNES NAGEURS (dès l'âge de 6 ans)

Ancienne appellation	Nouvelle appellation	SI VOTRE ENFANT...	HORAIRE
Junior 1	Nageur 1	Est âgé de 5 à 12 ans et il débute la natation.	Mardi et jeudi de 10h30 à 11h
Junior 2	Nageur 2	Peut sauter seul dans l'eau à la hauteur de la poitrine et en eau profonde en portant un gilet de sauvetage, ouvrir les yeux dans l'eau, retenir son souffle et expirer dans l'eau, flotter, battre des jambes, faire un glissement sur le ventre et sur le dos.	Lundi et mercredi de 11h30 à 12h
Junior 3	Nageur 3	Peut sauter en eau profonde et il peut effectuer une roulade latérale en portant un gilet de sauvetage, se maintenir à la surface pendant 15 secondes, effectuer un coup de pied fouetté en position verticale, nager 10 m sur le ventre et sur le dos.	Lundi et mercredi de 11h à 11h30
Junior 4	Nageur 4	Peut nager sur place pendant 30 seconde, effectuer des plongeurs à genoux et des culbutes avant, nager 10 m avec coup de pied fouetté sur le dos, nager 15 m au crawl et au dos crawlé.	Lundi et mercredi de 10h30 à 11h
Junior 5	Nageur 5	Peut réussir la Norme canadienne de Nager pour survivre, rouler en eau profonde / Nager sur place (1 min) / Nager (50m), plonger; nager sous l'eau, nager sur 15 m avec un coup de pied fouetté sur le ventre, effectuer les bras de la brasse avec la respiration, nager le crawl et le dos crawlé sur 25 m.	Mardi et jeudi de 10h à 10h30
Junior 6	Nageur 6	Peut effectuer des plongeurs à fleur d'eau et des boulets de canon, effectuer un coup de pied rotatif et un coup de pied en ciseaux, nager sur 50 m au crawl et au dos crawlé, nager la brasse sur 25 m, sprinter sur 25 m, effectuer un entraînement par intervalles de 4 X 50m.	Lundi et mercredi de 10h à 10h30
Junior 7	Jeune Sauveteur Initié (7)	Peut effectuer des sauts d'arrêts et des sauts compacts, se maintenir à la surface avec les jambes seulement pendant 45 secondes, sprinter sur 25 m à la brasse, nager sur 100 m au crawl et au dos crawlé, effectuer un entraînement par intervalles de 300 m.	Lundi et mercredi de 9h30 à 10h
Junior 8	Jeune Sauveteur Averti (8)	A préférablement terminé avec succès le niveau Nageur 7/Jeune Sauveteur Initié.	Mardi et jeudi de 8h30 à 9h15
Junior 9	Jeune Sauveteur Expert (9)	A préférablement terminé avec succès le niveau Nageur 8 / Jeune Sauveteur Averti	Mardi et jeudi de 9h15 à 10h
Junior 10	Étoile de bronze (10)	A préférablement terminé avec succès le niveau Nageur 9 / Jeune Sauveteur Expert	Mardi et jeudi de 9h15 à 10h
Junior 1-2-3 en soirée	Nageur 1-2-3 en soirée	Voir conditions ci-haut	Lundi et mercredi de 18h30 à 19h
Junior 4-5-6 en soirée	Nageur 4-5-6 en soirée		Mardi et jeudi de 18h à 18h30

## CARDIO BODY SCULPT

Entraînement varié axé principalement sur l'endurance musculaire.

Apportez vos poids et tapis de sol.

**Professeurs :** Marie-Maude Lebel

**Quand :** Les mardis, du 25 avril au 8 juin (8 cours) de 17h30 à 18h30

**Coût :** 75\$

**Endroit :** Centre Communautaire

## PILATES

Entraînement en douceur comportant des exercices d'étirement et de musculation spécifiques au renforcement des muscles posturaux, stabilisateurs de la colonne et d'équilibre. Apportez votre tapis de sol.

**Professeurs :** Marie-Maude Lebel

**Quand :** Les jeudis, du 27 avril au 22 juin (8 cours) de 9h à 10h

Pas de cours le 1<sup>er</sup> juin

**Coût :** 75\$

**Endroit :** Centre Communautaire

## BODY SCULPT

Entraînement varié axé principalement sur l'endurance musculaire.

Apportez vos poids et tapis de sol.

**Professeurs :** Marie-Maude Lebel

**Quand :** Les vendredis, du 28 avril au 15 juin (8 cours) de 9h à 10h

**Coût :** 75\$

**Endroit :** Centre Communautaire

## PISCINE PUBLIQUE

### Bain libre à la journée

2 \$ par enfant de moins de 14 ans

4 \$ par adulte

Les enfants de 14 ans et moins doivent être accompagné d'un adulte en tout temps.

### Bain libre – carte de saison

35 \$ par personne (taxable pour les personnes de 15 ans et plus)

### Horaire bains libres

Lundi au vendredi 13h à 18h  
Samedi et dimanche 13h à 19h



	JUSQU'AU 30 MAI	À COMPTER DU 31 MAI	HORAIRE
Patinage Plus	185\$	195\$	mardi 17h40 à 18h20 et samedi de 11h à 11h55
Apprentissage des bases de patinage pour les enfants à partir de 3 ans et ce, jusqu'à 11 ans, au 30 septembre.			
Le port du casque certifié CSA est obligatoire jusqu'à l'obtention du niveau de patinage 5.			
3 cours d'essai sont inclus lors de l'inscription d'un nouveau patineur à l'activité de Patinage Plus.			
Patinage Star* (2 jours par semaine)	385\$**	395\$**	mardi 18h30 à 19h55, samedi de 8h à 11h et dimanche de 8h à 10h
Patinage adulte	265\$**		dimanche 8h à 9h

\* L'horaire de patinage est transmis par l'entraîneur, selon le niveau du patineur, quelques jours avant le début de la saison. Si vous avez des indisponibilités, veuillez communiquer avec le Club via la page Facebook de ce dernier : CPA de Valcourt. Costumes et participation aux compétitions obligatoires non inclus.

\*\* Frais d'entraîneur en sus.

L'ajout de cours hors glace, selon les disponibilités, pourrait être offert aux patineurs. S'il s'avère que c'est le cas pour la saison 2023-2024, avis vous en sera donné et des frais supplémentaires pourraient vous être facturés.

Les prix sont pour la saison, débutant au début septembre et se terminant à la fin mars.

Les taxes sont applicables pour toutes personnes de 15 ans et plus.

Pour les montants de plus de 200\$, il est possible de payer en 2 versements soit, 50% pour le 1er septembre et de remettre un chèque post-daté du 30 octobre 2023 pour l'autre 50%.

Pour information : Mélanie Lahaie-Poulin au 450 532-2129

Vous pouvez aussi consulter notre page Facebook : CPA de Valcourt

## La campagne de financement est obligatoire



# COURS DE SÉCURITÉ ET GARDIENNAGE

## 11 ANS ET PLUS

Maximum 30 participants

<b>Professeur :</b>	SOS Secours
<b>Quand :</b>	Le samedi 29 avril
<b>Heure :</b>	9 À 16h
<b>Endroit:</b>	Au Ciboulot
<b>Coût :</b>	40\$

Pendant l'année scolaire, certains élèves devront se garder seuls après l'école ou encore devront garder un membre de leur famille. Pour d'autres, ce sera un excellent moyen d'amasser de l'argent de poche. Ils devront assumer une grande responsabilité, c'est pourquoi nous encourageons fortement la réussite du cours de sécurité et gardiennage pour leur permettre de bien réagir face à une situation de crise.

Voici les thèmes abordés :

1. Droits et responsabilités ;
2. Les soins de l'enfant et du bébé ;
3. Secourisme de base : massage cardiaque, hémorragie, étouffement ;
4. Résolution de conflits ;
5. Sécurité.

Apportez :

- Un toutou ou une poupée de grosseur moyenne ;
- Un lunch froid et collation ;
- Un crayon.

Chaque élève recevra un document, une mini trousse de premiers soins et une attestation du cours de gardiennage.



# JE ME GARDE SEUL

## 9 ET 10 ANS

Maximum 30 participants

**Professeur :** SOS Secours  
**Quand :** Le samedi 16 avril 2023  
**Heure :** 9 À 12h  
**Endroit:** Au Ciboulot  
**Coût :** 32.00\$

Les enfants qui suivent les cours du programme apprennent comment demeurer en sécurité à la maison, à l'école, dans le quartier et en jouant, bref peu importe leurs activités. Ces secouristes inciteront les membres de leur entourage à se montrer prudents et seront ainsi capables de prévenir des traumatismes.

### Contenu du cours:

1. Vérifier s'il n'y a aucun danger ;
2. Obtenir de l'aide (9-1-1) ;
3. Préserver la vie humaine

Coupures et éraflures, empoisonnement, allergies sévères, brûlures, hémorragie externe, étouffement seul ou en présence d'un ami.

4. Incendie (plan d'évacuation de leur résidence, sur la cuisinière...)
5. Les inconnus (quoi faire pour se protéger et/ou se défendre?)

Au téléphone, à la porte, à l'extérieur, au parc, en marchant vers l'école, à la maison.

### Apportez :

- Un crayon ;
- Une collation.

Chaque élève recevra un document et une attestation.



# SESSION D'ÉTÉ

## CARDIO BODY SCULPT



Entraînement varié axé principalement sur l'endurance musculaire.

Apportez vos poids et tapis de sol.

**Professeurs :** Marie-Maude Lebel

**Quand :** Les mardis, du 4 juillet au 5 septembre (8 cours) de 17h30 à 18h30  
Pas de cours les 25 juillet et 1<sup>er</sup> août

**Coût :** 75\$

**Endroit :** Centre Communautaire



## PILATES

Entraînement en douceur comportant des exercices d'étirement et de musculation spécifiques au renforcement des muscles posturaux, stabilisateurs de la colonne et d'équilibre. Apportez votre tapis de sol.

**Professeurs :** Marie-Maude Lebel

**Quand :** Les jeudis, du 6 juillet et 7 septembre (8 cours) de 9h à 10h  
Pas de cours le 27 juillet et 1<sup>er</sup> août

**Coût :** 75\$

**Endroit :** Centre Communautaire



## BODY SCULPT

Entraînement varié axé principalement sur l'endurance musculaire.

Apportez vos poids et tapis de sol.

**Professeurs :** Marie-Maude Lebel

**Quand :** Les vendredis, du 7 juillet au 8 septembre (8 cours) de 9h à 10h  
Pas de cours les 28 juillet et 4 août

**Coût :** 75\$

**Endroit :** Centre Communautaire



## COURS D'ESPAGNOL

Minimum 3 participants par niveaux

**Professeur :** Consuelo De La Bastida

**Quand :** Mercredi, du 19 avril au 7 juin (8 cours)

**Heure :** À déterminer selon inscriptions

**Endroit:** La Libellule, Salle Denise-L.-Champigny

**Coût :** 155\$

5 niveaux offerts soit, débutant, intermédiaire 1, intermédiaire 2, avancé, conversation

## PEINTURE ACRYLIQUE

Minimum 2 participants

**Professeur :** Consuelo De La Bastida

**Quand :** Mercredi, du 19 avril au 24 mai (6 cours)

**Heure :** 9h à 11h

**Endroit:** La Libellule, Salle Denise-L.-Champigny

**Coût :** 155\$



Pour les amateurs souhaitant apprendre tout en créativité ou pour les artistes souhaitant parfaire certaines techniques, le cours de peinture acrylique spécialement conçu pour vous enseigner à créer votre style.

## FABRICATION DE CARTES

Quoi de mieux que d'offrir une carte fait à la main et personnalisée, à un être cher ? Venez développez votre créativité avec moi ! Tout le matériel est inclus pour la fabrication des cartes. Tirage surprise à la fin du cours !

**Professeurs :** Denise Francoeur

**Quand :** Les jeudis, 18h30 à 21h

20 avril : cartes de fêtes

4 mai : cartes masculines

18 mai : cartes pour enfants

1<sup>er</sup> juin : cartes de Noël

**Coût :** 35\$ par cours

**Endroit :** Salle Raymond-Lauzon, La Libellule



# COURS DE DANSE POUR ENFANT 5-8 ANS

**Professeurs :** Marie Sophie Blanchard

**4 à 6 ans :** Les jeudis, du 20 avril au 8 juin (8 cours)  
De 17h30 à 18h30

**Coût :** 70\$

**Endroit :** Salle Raymond-Lauzon, La Libellule



## KARATÉ

**Professeurs :** Isabelle Pelletier

**Quand :** Les mardis, du 18 avril au 20 juin (10 cours)

**Endroit :** Salle Raymond-Lauzon, La Libellule  
17h à 18h : Ceinture blanche  
18h à 19h : Ceinture jaune

**Coût :** 107\$

Vous pouvez consulter le site Web du Centre d'arts martiaux Karaté Larry Foisy :  
[www.karate-sherbrooke.com](http://www.karate-sherbrooke.com)

## DANCE2FIT

Viens suer en bonne compagnie avec de la musique super entraînante et des fous rires ! Tu veux quelque chose de nouveau, différent et VRAIMENT COOL ? C'est simple. ... Inscris-toi maintenant !

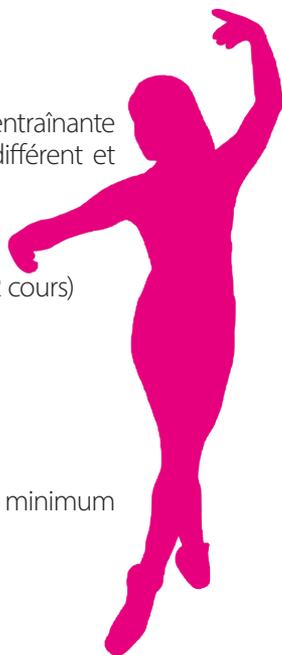
**Professeur :** Cristina Palma de CrisXfit

**Quand :** Les mardis, 25 avril au 18 juillet (12 cours)  
(pas de cours le 30 mai)  
De 18h45 à 19h45

**Coût :** 145\$

**Endroit :** Centre communautaire

Un minimum de 12 participants par cours est requis. Âge minimum 16 ans.



# COURS DE DANSE COUNTRY POP

Vous aimez la danse en ligne et la musique Country ? Vous avez envie de bouger ? Une danse différente de niveau débutant vous sera enseignée à chaque semaine. Vous n'avez pas besoin de connaître des pas de danse pour vous inscrire. Apportez vos bottes de cowboy ou des souliers confortables pour danser !

- Professeur :** Aurélie B. Leclair  
**Quand :** Les mercredis du 12 avril au 17 mai (6 cours)  
De 19h à 20h  
**Coût :** 65\$  
**Endroit :** Centre communautaire

**VALCOURT**  
ce fait la  
COUR

**Crédit de taxes**  
pouvant aller jusqu'à  
**8 000 \$**  
à l'achat d'un terrain !

**TERRAINS**  
À PARTIR DE  
**63 82 \$/m<sup>2</sup>**  
incluant les  
infrastructures\*

**Une ville prête  
à t'accueillir.**

**Un terrain pour  
t'y construire.**

\*Taxes et intérêts en sus.

[valcourttfaitlacour.ca](http://valcourttfaitlacour.ca)



## Tarifs

- 1 mois = 26\$+tx  
3 mois = 65\$+tx  
12 mois = 175\$+tx

993, rue St-Joseph 450 532-5490

**Ouvert à tous** Lundi au vendredi : 5h30 à 19h

## Cours de groupe

7.50\$ par cours + tx

Session de 8 à 12 semaines

Bootcamp

Spinning

Yoga

## Services professionnels

- Kinésiologie  
Physiothérapie  
Kinésithérapie  
Ergothérapie  
Massothérapie  
Acupuncture  
[cme@brp.com](mailto:cme@brp.com)

La Fête Champêtre devient:

**Le Festi-Val Show!**

**Le 26 août, il va  
faire SHOW à  
Valcourt!**

**Préparer vos prestations  
puisque'il y aura un spectacle  
de talents!**

**Spectacle d'un chanteur  
québécois bien connu!**

**Nouveau nom, nouvelle formule, toujours autant de plaisir!**



*Valcourt*

VIVRE D'INGÉNIOSITÉ

