

ENTENTE INTERMUNICIPALE - HIVER 2024

MODALITÉS D'INSCRIPTION ET DE REMBOURSEMENT Une preuve de résidence est requise pour s'inscrire. Une carte gratuite de citoyen ou une carte de non-résident d'une ville de la MRC de Thérèse-De Blainville est obligatoire dans les villes suivantes : Rosemère, Sainte-Thérèse et Blainville. Veuillez communiquer avec la municipalité concernée pour obtenir des renseignements et pour l'inscription. Les lieux des activités seront indiqués au moment de l'inscription. Les modalités de remboursement sont celles en vigueur dans la municipalité qui offre l'atelier.

| Ville | Date | Lieu d'inscription | Renseignements |
|-------------------------|--------------------------------|--|---|
| BLAINVILLE | À compter du 4 décembre, 19 h | Inscription* en ligne et la programmation complète à www.blainville.ca *Une Carte de non-résident est requise pour l'inscription en ligne. | La carte de non-résident est disponible gratuitement au Centre Récréoaquatique de Blainville 190, rue Marie-Chapleau, J7C 0E7, 450 434-5275 |
| BOIS-DES-FILION | À compter du 9 janvier, 9 h | Par Internet ou au Service des loisirs, culture et vie communautaire 479, boulevard Adolphe-Chapleau (Bois-des-Filion) J6Z 2L1 | Programmation et inscription au www.villebdf.ca 450 621-1460, poste 2101 |
| BOISBRIAND | À compter du 9 janvier, 9 h | Par téléphone ou au Service des loisirs 940, Grande-Allée (Boisbriand) J7G 2J7 | Programmation disponible au www.boisbriand.ca/programmation , 450 435-1954 |
| LORRAINE | À compter du 4 décembre, 9 h | Par Internet ou au Service des loisirs 29, boul. De Gaulle (Lorraine) J6Z 3W9 | Programmation et inscription au www.lorraine.ca 450 621-8550, poste 275 |
| ROSEMÈRE | À compter du 21 novembre, 19 h | Par internet ou au Service des loisirs 325, chemin de la Grande-Côte (Rosemère) J7A 1K2 | Carte de non-résident requise pour l'inscription, disponible gratuitement à la bibliothèque de Rosemère Programmation et inscription au www.ville.rosemere.qc.ca 450 621-3500, poste 7380 |
| SAINTE-ANNE-DES-PLAINES | À compter du 27 novembre, 9 h | Par Internet ou au Service des loisirs 139, boul. Ste-Anne (Sainte-Anne-des-Plaines) J5N 3K9 | Programmation disponibles au www.villesadp.ca 450 478-0211, poste 2016 |
| SAINTE-THÉRÈSE | À compter du 14 décembre, 9 h | Par Internet : 14 décembre, 9 h En personne : 14 décembre, 9 h Service de la culture et des loisirs, Maison du Citoyen 37, rue Turgeon (Sainte-Thérèse) J7E 3H2 | 450 434-1440, poste 2540 www.sainte-therese.ca |

Notez que la liste complète des cours offerts dans le cadre de l'entente intermunicipale peut être consultée en ligne au www.sainte-therese.ca/inscription aux activités.

ATELIERS POUR ADULTES - ENTENTE INTERMUNICIPALE - HIVER 2024

| Activité | Préalable | Date | Jour | Heure | Coût | Ville |
|---|-----------|-------------------------------|----------|-------------------|-------------------------------|-------------------------|
| Abdo Fessier Tous | Aucun | 23 janvier (12 semaines) | Mardi | 18 h 30 à 19 h 30 | 90 \$ Apportez votre tapis | SAINTE-THÉRÈSE |
| Abdos-fesses-cuisses | Aucun | 31 janvier (8 semaines) | Mercredi | 19 h à 20 h | 85 \$ | BOIS-DES-FILION |
| Atelier d'écriture | Aucun | 29 janvier (5 semaines) | Lundi | 13 h à 15 h 30 | 85 \$ | LORRAINE |
| Atelier culinaire – Technique crème au beurre | Aucun | 28 janvier | Dimanche | 9 h à 12 h | 50 \$ | SAINTE-ANNE-DES-PLAINES |
| Atelier culinaire – Gâteau de St-Valentin | Aucun | 4 février | Dimanche | 13 h 30 à 16 h 30 | 50 \$ | SAINTE-ANNE-DES-PLAINES |
| Atelier culinaire – Gâteau de Pâques | Aucun | 17 mars | Dimanche | 13 h 30 à 16 h 30 | 50 \$ | SAINTE-ANNE-DES-PLAINES |
| Aquarelle Adulte | Aucun | 22 janvier (12 semaines) | Lundi | 18 h à 19 h 30 | 170 \$ | LORRAINE |
| Barre sur chaise | Aucun | 22 janvier (12 semaines) | Lundi | 18 h 45 à 19 h 45 | 115 \$ | LORRAINE |
| Cardio 50 + | Aucun | 29 janvier (8 semaines) | Lundi | 9 h 30 à 10 h 30 | 85 \$ | BOIS-DES-FILION |
| Cardio Plus Tous | Aucun | 23 janvier (12 semaines) | Mardi | 19 h 45 à 20 h 45 | 90 \$ Apportez votre tapis | SAINTE-THÉRÈSE |
| Céramique Adultes | Aucun | Dates à venir (7 semaines) | Samedi | 13h à 16h | 130 \$ | BOISBRIAND |
| Danse country débutant | Aucun | 17 janvier (14 semaines) | Mercredi | 19 h à 20 h 05 | 75 \$ | SAINTE-ANNE-DES-PLAINES |

| | | | | | | |
|--|----------------------------|--------------------------|----------|-------------------|---|-------------------------|
| Danse country intermédiaire | Aucun | 17 janvier (14 semaines) | Mercredi | 20 h 15 à 21 h 20 | 75 \$ | SAINTE-ANNE-DES-PLAINES |
| Danse country débutant | Aucun | 22 janvier (12 semaines) | Lundi | 19 h à 20 h 15 | 72 \$ | BOIS-DES-FILION |
| Danse country intermédiaire | Avoir suivi débutant | 22 janvier (12 semaines) | Lundi | 19 h 30 à 20 h 45 | 72 \$ | BOIS-DES-FILION |
| Danse country partenaire Intermédiaire | Avoir suivi débutant | 23 janvier (12 semaines) | Mardi | 19 h 30 à 20 h 15 | 72 \$ | BOIS-DES-FILION |
| Dessin création | Dessin débutant (un atout) | 24 janvier (12 semaines) | Mercredi | 13 h 30 à 16 h 30 | 235 \$ +-175 \$ pour le matériel | SAINTE-THÉRÈSE |
| Dessin général | Aucun | 22 janvier (12 semaines) | Lundi | 9 h à 12 h | 235 \$ +-175 \$ pour le matériel | SAINTE-THÉRÈSE |
| Dessin portrait | Dessin général (un atout) | 24 janvier (12 semaines) | Mercredi | 9 h à 12 h | 235 \$ +-150 \$ pour le matériel | SAINTE-THÉRÈSE |
| Espagnol Débutant | Aucun | 22 janvier (12 semaines) | Lundi | 19 h à 21 h | 175 \$ | LORRAINE |
| Espagnol Débutant 1 | Aucun | 25 janvier(12 semaines) | Jeudi | 13 h à 15 | 160 \$ +40 \$ en argent comptant à remettre au professeur pour le manuel | SAINTE-THÉRÈSE |
| Espagnol Débutant 2 | Débutant 1 ou l'équivalent | 25 janvier (12 semaines) | Jeudi | 9 h 30 à 11 h 30 | 160 \$ +40 \$ en argent comptant à remettre au professeur pour le manuel | SAINTE-THÉRÈSE |
| Espagnol Débutant 3 | Débutant 2 ou l'équivalent | 25 janvier (12 semaines) | Mardi | 19 h à 21 h | 160 \$ +40 \$ en argent comptant à remettre au professeur pour le manuel | SAINTE-THÉRÈSE |
| Espagnol Intermédiaire 1 | Débutant 3 ou l'équivalent | 23 janvier (12 semaines) | Mardi | 19 h à 21 h | 160 \$ +40 \$ en argent comptant à remettre au professeur pour le manuel | SAINTE-THÉRÈSE |

| | | | | | | |
|------------------------|--|--------------------------|----------|------------------|---|----------------|
| Espagnol Intermédiaire | Avoir suivi au moins un cours d'espagnol | 24 janvier (12 semaines) | Mercredi | 10 h à 12 h | 215 \$ | LORRAINE |
| Espagnol Interplus | Débutant 3 ou l'équivalent | 23 janvier (12 semaines) | Mardi | 9 h 30 à 11 h 30 | 160 \$ +15 \$ en argent comptant à remettre au professeur pour le manuel | SAINTE-THÉRÈSE |
| Qi Gong | Aucun | 23 janvier (10 semaines) | Mardi | 18h à 19h15 | 90\$ | BOISBRIAND |

| | | | | | | |
|---|---|------------------------------------|----------|-------------------|--|----------------|
| Modèle vivant Débutant et intermédiaire | Dessin débutant ou équivalent en lien avec les arts visuels | 24 janvier (12 semaines) | Lundi | 13 h 30 à 16 h 30 | 300 \$ +-75 \$ de matériel de base nécessaire | SAINTE-THÉRÈSE |
| Peinture à l'huile Niveau 3 | 9 à 12 ans d'expérience continue | Semaine du 8 janvier (12 semaines) | Mercredi | 13 h à 15 h 30 | 170 \$ + matériel | ROSEMÈRE |
| Peinture à l'huile Niveaux 1 et 2 | 0 à 8 ans d'expérience continue | Semaine du 8 janvier (12 semaines) | Jeudi | 9 h à 11 h 30 | 170 \$ + matériel | ROSEMÈRE |
| Peinture à l'huile Niveau 4 | Plus de 12 ans d'expérience continue | Semaine du 8 janvier (12 semaines) | Mardi | 9 h à 11 h 30 | 170 \$ + matériel | ROSEMÈRE |
| Peinture - Huile et acrylique Débutant | Dessin débutant ou équivalent en lien avec les arts visuels | 24 janvier (12 semaines) | Mercredi | 18 h à 21 h | 235 \$ ± 175 \$ de matériel | SAINTE-THÉRÈSE |
| Peinture portrait - Huile et acrylique Débutant | Dessin portrait débutant (un atout) ou équivalent en lien avec les arts visuels | 22 janvier (12 semaines) | Lundi | 18 h à 21 h | 235 \$ ± 175 \$ de matériel | SAINTE-THÉRÈSE |
| Photographie Niveau 1 - Initiation Tous | Posséder un appareil photo numérique ayant les réglages manuels | 15 janvier (10 semaines) | Lundi | 19 h à 21 h 45 | 165 \$ | BLAINVILLE |
| Photographie Niveau 2 - Avancé Tous | Posséder un appareil photo numérique ayant les réglages manuels | 17 janvier (5 semaines) | mercredi | 19 h à 21 h 45 | 105 \$ | BLAINVILLE |

| | | | | | | |
|-----------------------------------|--------------|------------------------------------|----------|-------------------|---|-------------------------|
| Pilates Tous | Aucun | 22 janvier (12 semaines) | Lundi | 18 h 15 à 19 h 15 | 90 \$ Apportez votre tapis | SAINTE-THÉRÈSE |
| Pilates Tous | Aucun | 22 janvier (10 semaines) | Lundi | 13h à 14h | 90 \$ Apportez votre tapis | BOISBRIAND |
| Piyoga Tous | Aucun | 24 janvier (12 semaines) | Mercredi | 18 h à 19 h | 90 \$ Apportez votre tapis | SAINTE-THÉRÈSE |
| Stretching 50+ | Aucun | 25 janvier (10 semaines) | Jeudi | 10h à 11h | 95 \$ | BOISBRIAND |
| Terre cuite Tous | Aucun | 23 janvier (10 semaines) | Lundi | 13h à 15 h 30 | 130 \$ | BLAINVILLE |
| Terre cuite Tous | Aucun | 223 janvier (10 semaines) | Lundi | 19h à 21 h 30 | 130 \$ | BLAINVILLE |
| Yoga Tous | Aucun | 29 janvier (6 semaines) | Lundi | 18 h 30 à 19 h 45 | 115 \$ | SAINTE-ANNE-DES-PLAINES |
| Yoga Tous | Aucun | 29 janvier (6 semaines) | Lundi | 20 h à 21 h 15 | 115 \$ | SAINTE-ANNE-DES-PLAINES |
| Yoga Tous niveaux | Aucun | 25 janvier septembre (12 semaines) | Jeudi | 11 h à 12 h | 115 \$ Apportez votre tapis | LORRAINE |
| Yoga stretching Tous | Aucun | 1er février (10 semaines) | Jeudi | 18 h à 19 h | 105 \$ Apportez votre tapis, sangle, serviette et deux blocs de yoga | BOIS-DES-FILION |
| Yoga étirement | Aucun | 23 janvier (12 semaines) | Lundi | 19 h 30 à 20 h 30 | 115 \$ Apportez votre tapis | LORRAINE |
| Yoga extra détente Tous | Aucun | 1er février (10 semaines) | Jeudi | 19 h 15 à 20 h 15 | 105 \$ Apportez votre tapis, sangle, serviette et deux blocs de yoga | BOIS-DES-FILION |
| Yoga flow doux Tous | Aucun | 23 janvier (10 semaines) | Mardi | 13 h 30 à 14 h 45 | 90 \$ Apportez votre tapis | BOISBRIAND |
| Yoga Hatha Flow | Base en yoga | 24 janvier (10 semaines) | Mercredi | 19 h à 20 h 15 | 90 \$ Apportez votre tapis | BOISBRIAND |
| Yoga Hatha Flow avancé | Base en yoga | 23 janvier (10 semaines) | Mardi | 19 h 30 à 20 h 45 | 90 \$ Apportez votre tapis | BOISBRIAND |
| Yoga Hatha | Aucun | 23 janvier (12 semaines) | Lundi | 18 h 15 à 19 h 15 | 115 \$ Apportez votre tapis | LORRAINE |
| Yoga Hatha Débutant | Aucun | 24 janvier (12 semaines) | Mercredi | 19 h 15 à 20 h 45 | 120 \$ Apportez votre tapis | SAINTE-THÉRÈSE |

| | | | | | | |
|------------------------------------|----------|--------------------------|----------|-------------------|--------------------------------|-----------------|
| Yoga Hatha Intermédiaire | Débutant | 25 janvier (12 semaines) | Jeudi | 19 h 30 à 21 h | 120 \$ Apportez votre tapis | SAINTE-THÉRÈSE |
| Yoga sur chaise | Aucun | 2 février (10 semaines) | Jeudi | 12 h à 13 h | 105\$ Apportez votre tapis | BOIS-DES-FILION |
| Yoga 50+ Tous | Aucun | 23 janvier (12 semaines) | Mardi | 15 h 30 à 17 h | 120 \$ Apportez votre tapis | SAINTE-THÉRÈSE |
| Yoga 50+ Tous | Aucun | 25 janvier (12 semaines) | Jeudi | 15 h 30 à 17 h | 120 \$ Apportez votre tapis | SAINTE-THÉRÈSE |
| Zumba Tous | Aucun | 1er février (8 semaines) | Jeudi | 18 h 30 à 19 h 30 | 85 \$ | BOIS-DES-FILION |
| Zumba fitness Tous | Aucun | 25 janvier (12 semaines) | Jeudi | 19 h à 20 h | 110 \$ | LORRAINE |
| Zumba | Aucun | 24 janvier (10 semaines) | Mercredi | 18h15 à 19h15 | 95 \$ | BOISBRIAND |
| Zumba 50+ | Aucun | 22 janvier (10 semaines) | Lundi | 18h15 à 19h15 | 95 \$ | BOISBRIAND |