

Loisirs d'été à Saint-Laurent

ACTIVITÉ	DESCRIPTION	HORAIRE	COÛT	LIEU	PÉRIODE D'INSCRIPTION	RESPONSABLE
Café Rencontre	Activité sociale autour d'un bon café et des biscuits. Jeux de cartes et discussions	Mercredi de 13h à 16h en continu	Gratuit	Salle communautaire 6822 chemin Royal Saint-Laurent	En continu	Brigitte Lemelin blemelin@saintlaurentio.com 418-828-2322 poste 4
Guitare pour tous les niveaux	Électrique, acoustique et classique	Soir/semaine Lundi au jeudi	30\$/h en bloc de 4X1h (20\$ pour essai 1h)	6936 chemin Royal ou à domicile avec supplément	La période d'inscription pour les nouveaux étudiants débutera en juin	Cédric Chabot T. 418-953-4756 cedric_chabot@outlook.com
Club de marche	Marcher ensemble, c'est plus amusant	3 juin au 28 août Lundi et mercredi 19h à 20h	Gratuit	Parvis de l'église 7014 chemin Royal Saint-Laurent	1 juin	Brigitte Lemelin 418-828-2322 poste 2 blemelin@saintlaurentio.com
Jeu de palet Shuffleboard (adulte)	Jeu de précision dans une atmosphère amicale. Journée sujette à changement, selon la température.	5 juin au 11 septembre Mercredi de 19h à 21h	Gratuit	Parc maritime 120 chemin de la Chalouperie Saint-Laurent	Inscription en continu	Brigitte Lemelin 418-828-2322 poste 2 blemelin@saintlaurentio.com
Volley-ball	C'est un rendez-vous pour les amateurs de ce merveilleux sport. Venez jouer et vous amusez en groupe!	Les samedis et dimanches de 13h à 15h.	Gratuit	Terrain des loisirs 7018 chemin Royal Saint-Laurent	Inscription en continu	Maya Torchy-Lemire mayoutl@hotmail.com
Bac de jeux libre	Bac à l'entrée du chalet des loisirs avec ballons de bien des sports, raquettes et autres accessoires pour tous.	Du 1er juin au 4 septembre	Gratuit	À l'entrée du Chalet des Loisirs de Saint- Laurent	Accès en tout temps	Brigitte Lemelin 418-828-2322 poste 2 blemelin@saintlaurentio.com

ACTIVITÉ	DESCRIPTION	HORAIRE	COÛT	LIEU	PÉRIODE D'INSCRIPTION	RESPONSABLE
Soirée Cinéph'île	Soirée de cinéma en plein air pour toute la famille. Joignez-vous à nous lors des deux représentations. Popcorn et breuvages sur place.	14 juillet 20hrs : Bébé Boss 18 août 20hrs : La course des tuques	Gratuit	Parc Maritime 120 chemin de la Chalouperie Saint-Laurent	Aucune inscription requise	Parc Maritime de Saint-Laurent info@parcmaritime.ca 418-828-9673
Soirée de danse en ligne (Ouvert à tous)	Danse en ligne sur différents styles musicaux	5 juin au 31 juillet	8\$ la soirée	Parc Maritime 1250 chemin de la Chalouperie	Inscription sur place	Édith Bourgault 418-953-0681 Facebook : Musedance EB
Badminton	Badminton libre sur terrain adjacent au terrain de tennis.	Tout l'été selon la température	gratuit	Terrain des loisirs 7018 chemin Royal	Aucune inscription requise	Brigitte Lemelin 418-828-2322 poste 2 blemelin@saintlaurentio.com
Cours de baseball	Vient apprendre tout en t'amusant. Équipement nécessaire : Un gant, des souliers de sport et ton sourire.	Horaire à déterminer	40\$ pour l'été	Terrain de baseball Terrain des loisirs 7018 chemin Royal	25 pers max Jusqu'au 7 juin	Brigitte Lemelin 418-828-2322 poste 2 blemelin@saintlaurentio.com
Cours de natation semi privé	Perfectionnement de votre technique de natation, supervisé par un kinésologue/nageur.	Séances de 45 min d'une durée de 3 semaines. 23 juillet au 6 août Mardi de 8h15 à 9h00 13 août au 27 août Mardi de 8h00 à 8h45	95.00\$ taxes incluses	Piscine Municipale 7018 chemin Royal	Minimum de 2 personnes par cours	Julie Faucher www.restactif.ca 418-834-7312
Aquaforme	Gymnastique aquatique douce pour garder ou retrouver la forme. Séances données par un kinésologue.	Du 25 juin au 27 août (pause les semaines du 9 et 16 juillet) De 9hrs à 9h55	115.00\$ taxes incluses	Piscine Municipale Terrain des loisirs 7018 chemin Royal	Min 6/max 15 pers Jusqu'au 15 juin	Julie Faucher www.restactif.ca 418-834-7312

Cours de natation	Que vos tout-petits en soient à leurs premiers balbutiements ou que vous voulez parfaire la technique de vos plus grands, ils pourront apprendre différents types de nages, apprivoiser la natation dans un environnement stimulant et sécuritaire.	Samedi et dimanche matin	150\$ pour 8 cours	Piscine Municipale Terrain des loisirs 7018 chemin royal Saint-Laurent	5 à 6 enfants par groupe	Constance Brossard brossardconstance@icloud.com
Cours de soccer	Pour enfants de 5 à 12 ans. Comprend : apprentissage du sport et contrôle de balle, minis matchs, chandail d'équipe, remise de médaille et célébration au dernier cours.	Sur soir de semaine, à déterminer.	80\$ pour 10 séances	Terrain des loisirs 7018 chemin Royal Saint-Laurent	10 pers. min par groupe	Annabelle Blouin annabelleblouin1@gmail.com
Cours de tennis semi-privé ou privé	Équipement nécessaire : Raquette, espadrilles et tenue de sport Sur demande seulement	Soir et fin de semaine	30\$/hrs cours privé 20\$/hrs cours semi-privé	Terrain de tennis Terrain des loisirs 7018 chemin Royal Saint-Laurent	En continu	Simon Denis-Brandl 418-956-6765 simon_brandl@hotmail.com
Yoga Pilates	Le yoga Pilates relie la tonicité du corps (souplesse et force) et l'harmonie de celui-ci avec le souffle. Le cours consiste en une fusion du yoga et du Pilates pour une approche dynamique qui recentre. Une façon intéressante de prendre conscience de votre posture, de renforcer vos abdominaux dans le respect de vos capacités	Mercredi de 9h30 à 10h25 10 juillet au 28 août	80\$ + taxes	Parc Maritime de Saint-Laurent 120 chemin de la Chalouperie En cas de pluie, salle communautaire de la Municipalité 6822 chemin Royal	10 pers.min/30max	Cathy Lam http://io.mongymenligne.com T. <u>581.777.0581</u>
Circuit vitalité	Circuit d'entraînement balisé utilisant les obstacles naturels.	En tout temps	Gratuit	Parc Maritime de Saint-Laurent 120 chemin de la Chalouperie	Accès en tout temps	Brigitte Lemelin blemelin@saintlaurentio.com 418-828-2322 poste 4
Tennis en double	Jouez au tennis en équipe	Du 4 juin au 29 août	Gratuit	Terrain de tennis Terrain des loisirs 7018 chemin Royal Saint-Laurent	Fin mai, minimum de 4 personnes	Normand Michel normic3@gmail.com 418- 829-3822
POUNDFIT	Au lieu d'écouter de la musique, vous devenez la musique dans cet exaltant entraînement complet qui combine cardio, conditionnement et musculation avec des mouvements inspirés par le yoga et le Pilates. Utilisation de Ripstix®,	Mercredi de 17h30 à 18h25 10 juillet au 28 août	80\$ + taxes	Parc Maritime de Saint-Laurent 120 chemin de la Chalouperie	10 pers.min/20max	Cathy Lam http://io.mongymenligne.com T. <u>581.777.0581</u>

	baguettes spécialement conçues pour l'exercice. POUNDFIT, une façon incroyablement efficace de travailler.			En cas de pluie, salle communautaire de la Municipalité 6822 chemin Royal		
--	--	--	--	--	--	--