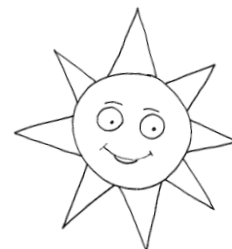
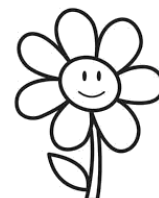


# PROGRAMMATION D'ACTIVITÉS INSCRIPTION PRINTEMPS 2024 (DURÉE DE 4 SEMAINES)



Réservée uniquement aux participants  
inscrits à la session de l'hiver 2024



## Inscriptions :

Seuls les cours nommés sur la liste seront offerts durant la session de printemps 2024

## Inscription à partir du mercredi 13 mars 2024

En ligne : À partir de 9h00 [www.crcstdonat.org](http://www.crcstdonat.org)

En personne : De 9h00 à 19h00 (ou selon les heures de fermeture)

Au Centre récréatif et communautaire (C.R.C) St-Donat

6547 rue de Marseille

Téléphone : (514) 253-8913

## Modalités :

- Toutes les activités sont payables par carte de crédit (Visa ou Mastercard), par chèque à l'ordre du C.R.C St-Donat ou en argent.
- **Aucune demande de remboursement ne sera acceptée.**
- La période d'inscriptions est réservée aux participants inscrits à une activité à la session de l'hiver 2024.
- **La session de printemps est d'une durée de 4 semaines soit une prolongation de 4 cours de la session hiver 2024 (selon chaque cours).**
- Nous nous réservons le droit d'annuler toute inscription non conforme.
- Nous nous réservons le droit d'annuler le cours s'il n'y a pas assez d'inscriptions.



Centre récréatif  
et communautaire  
**C.R.C.  
St-Donat**  
[www.crcstdonat.org](http://www.crcstdonat.org)



Fédération québécoise  
des centres communautaires  
de loisir

Québec 

Mercier  
Hochelaga-Maisonneuve  
**Montréal** 

### **Programmation jeunesse**

COURS	JOURNÉE	HEURE DÉBUT	HEURE FIN	COÛT	LIEU
Anglais niv1	Samedi	9h30	11h00	28\$	CRC
Anglais niv 2	Samedi	11h00	12h30	28\$	CRC
Basketball 8-9 ans	Lundi	17h00	18h00	26\$	SD
Basketball 10-12 ans	Lundi	18h00	19h00	26\$	SD
Danse 3 ans	Samedi	9h00	10h00	26\$	CRC
Danse 4-5 ans	Samedi	10h00	11h00	26\$	CRC
Danse hip hop 8-6 ans	Samedi	11h00	12h00	26\$	CRC
Escrime 8-12 ans	Vendredi	17H00	18H30	28\$	CRC
Escrime 13-17 ans	Vendredi	17H00	18H30	28\$	CRC
Échecs 6-14 ans	Vendredi	17H30	18H30	26\$	CRC
Jiu jitsu 6-14 ans	Mardi	17H00	18H00	28\$	CRC
Karaté 6-15 ans gr 1	Mercredi	16h45	17h45	28\$	CRC
Karaté 6-15 ans gr2	Mercredi	17h45	18h45	28\$	CRC
Soccer 4-5 ans	Jeudi	15h45	16H45	26\$	CRC
Soccer 6-7 ans	Jeudi	17H00	18H00	26\$	SD
Soccer 8-9 ans	Jeudi	18H00	19h00	26\$	SD
Soccer 10-12 ans	Jeudi	19H00	20H00	26\$	SD
Taekwondo 6-15 ans	Jeudi	17H00	18H0	28\$	CRC

### **Programmation aînée**

COURS	JOURNÉE	HEURE DÉBUT	HEURE FIN	COÛT	LIEU
Mise en forme 55 ans et plus	Mardi	10H00	11H00	40\$	CRC
Étirements avec chaise	Mardi	11H15	12H15	40\$	CRC
Les deux				65\$	
Zumba gold	Mardi	11h00	12h00	36\$	CRC
Cardio tambour	Jeudi	18H00	19H00	36\$	CRC

## Programmation adulte

COURS	JOURNÉE	HEURE DÉBUT	HEURE FIN	COÛT	LIEU
Aérobixe	Lundi	19H30	20H30	36\$	CRC
Badminton adulte	Lundi	19h00	20h30	28\$	EDM
Badminton adulte	Lundi	20H30	22H00	28\$	EDM
Badminton adulte	Mercredi	19H00	20H30	28\$	EDM
Badminton familial	Lundi	19H00	20H00	16\$	EDM
Cardio et musculation	Jeudi	19H00	20H00	36\$	CRC
Danse cardio	Mercredi	19h00	20h00	36\$	CRC
Danse latine	Mercredi	18h30	19h45	50\$	CRC
Golf (8 semaines)	Mardi	19h00	20h30	165\$	LD
Hockey cosom	Mercredi	20H30	22H00	26\$	EDM
Hockey cosom	Jeudi	20H45	22h00	22\$	EDM
Peinture libre	Mardi	17H30	20H00	27\$	CRC
Pilates	Jeudi	18H30	19H30	36\$	CRC
Pickleball	Lundi	19h45	21h15	28\$	EDM
Pickleball	Mercredi	20h30	22h00	28\$	EDM
Pickleball	Jeudi	19h00	20h30	28\$	EDM
Pickleball	Jeudi	20h30	22h00	28\$	EDM
Pound	Lundi	18h30	19h15	35\$	CRC
Yoga matin	Jeudi	9H30	11h00	40\$	CRC
Zumba	Mardi	19h00	20h00	36\$	CRC

**BONNE  
SESSION DE PRINTEMPS !!!**

