

ÇA COMMENCE ICI.



**PROGRAMMATION
PARASCOLAIRE**

**SAISON
2018-2019**

**VOLETS CULTUREL
ET SPORTIF AU
PRIMAIRE**



 **ACADÉMIE
LAFONTAINE**

2171, BOUL. MAURICE, SAINT-JÉRÔME (QC) J7Y 4M7

450 431-3733

ACTIVITÉS AU PRIMAIRE

Informations sur les inscriptions 1

- Dates importantes
- Annulation et remboursement
- Transport

Maternelle

Cours de chant multi-âges (débutant et intermédiaire)	8
Raconte-moi ton bonheur	10
Initiation à l'espagnol	12
Échecs en herbe	14
Techno Rigolo	15
Atelier de chocolats	15
Gymnastique	17
Karaté	17
Kung Fu	18
Soccer	18

Première année

Atelier zen et relaxation	7
Cours de chant multi-âges (débutant et intermédiaire)	8
Raconte-moi ton bonheur	10
Batterie cours individuels	11
Initiation à l'espagnol	12
Échecs en herbe	14
Sciences	14
Techno Rigolo	15
Atelier de chocolats	15
Gymnastique	17
Karaté	17
Kung Fu	18
Soccer	18
Ballet classique (niveau préparatoire)	21



Deuxième année

Atelier zen et relaxation	7
Cours de chant multi-âges (débutant et intermédiaire)	8
Cirque aérien	9
Danse sportive	9
Raconte-moi ton bonheur	10
Batterie cours individuels	11
Initiation à l'espagnol	12
Échecs en herbe	14
Sciences	14
Techno Rigolo	15
Atelier de chocolats	15
Peinture créative	16
Gymnastique	17
Karaté	17
Kung Fu	18
Soccer	18
Mini-dragons (natation 7 h 50)	19
Mini-dragons (natation 16 h 00)	19
Natation	20
Ballet classique (niveau préparatoire)	21

Troisième année

Atelier zen et relaxation	7
Cours de chant multi-âges (débutant et intermédiaire)	8
Cirque aérien	9
Danse sportive	9
Raconte-moi ton bonheur	10
Batterie cours individuels	11
Initiation à l'espagnol	12
Échecs en herbe	14
Sciences	14
Techno Rigolo	15
Atelier de chocolats	15
Peinture créative	16
Gymnastique	17
Karaté	17
Kung Fu	18
Soccer	18
Mini-dragons (natation 7 h 50)	19
Mini-dragons (natation 16 h 00)	19
Natation	20
Ballet classique (niveau préparatoire)	21



Quatrième année

Atelier zen et relaxation	7
Chorale du primaire	7
Cours de chant multi-âges (débutant et intermédiaire)	8
Cirque aérien	9
Danse sportive	9
Raconte-moi ton bonheur	10
Harmonie de l'académie	10
Théâtre musical primaire	10
Batterie cours individuels	11
Initiation à l'espagnol	12
Échecs en herbe	14
Sciences	14
Techno Rigolo	15
Atelier de chocolats	15
Peinture créative	16
Gymnastique	17
Karaté	17
Kung Fu	18
Soccer	18
Mini-dragons (natation 7 h 50)	19
Mini-dragons (natation 16 h 00)	19
Natation	20

Cinquième année

Atelier zen et relaxation	7
Chorale du primaire	7
Gardiens avertis	8
Cours de chant multi-âges (débutant et intermédiaire)	8
Cirque aérien	9
Danse sportive	9
Raconte-moi ton bonheur	10
Harmonie de l'académie	10
Batterie cours individuels	11
Initiation à l'espagnol	12
Théâtre musical primaire	12
Chants populaire / cours de chant privés	13
Échecs en herbe	14
Sciences	14
Atelier de chocolats	15
Peinture créative	16
Karaté	17
Mini-dragons (natation 7 h 50)	19
Mini-dragons (natation 16 h 00)	19
Natation	20
Mini-Volley mixte	20
Mini-Basket mixte	21
Ballet classique (niveau préparatoire)	21

Sixième année

Atelier zen et relaxation	7
Chorale du primaire	7
Gardiens avertis	8
Cours de chant multi-âges (débutant et intermédiaire)	8
Cirque aérien	9
Danse sportive	9
Raconte-moi ton bonheur	10
Harmonie de l'académie	10
Piano cours individuels	11
Batterie cours individuels	11
Initiation à l'espagnol	12
Théâtre musical primaire	12
Chants populaire / cours de chant privés	13
Fabrication artisanale de produits cosmétiques	13
Échecs en herbe	14
Sciences	14
Atelier des chocolats	15
Peinture créative	16
Karaté	17
Fung Fu	18
Soccer	18
Mini-dragons (natation 7 h 50)	19
Mini-dragons (natation 16 h 00)	19
Natation	20
Mini-Volley mixte	20
Mini-Basket mixte	21
Ballet classique (niveau préparatoire)	21



INSCRIPTIONS

Dates importantes

Période d'inscription : vendredi 31 août 7 h au lundi 10 septembre 23 h
Début de la session : lundi 17 septembre 2018
Fin des activités : variable selon l'activité

Motivation des absences aux activités parascolaires

Afin d'assurer la sécurité de tous les élèves de notre école, et ce, même lors des activités parascolaires, nous vous demandons de motiver l'absence de votre enfant s'il ne se présente pas à son activité parascolaire. À cet effet, si votre enfant était présent à l'école mais qu'il ne peut se présenter à son activité, merci d'en informer Élise Corbeil au poste 361. Nous apprécierions recevoir l'information avant 15 h.

Nous vous remercions de votre collaboration!

Il n'y aura pas d'activités aux dates suivantes

24 septembre :	journée pédagogique	29 janvier :	journée pédagogique
5 octobre :	journée pédagogique	18 février :	journée pédagogique
8 octobre :	Action de grâce	4 au 8 mars :	Semaine de relâche
8 novembre :	journée pédagogique	29 mars :	journée pédagogique
30 novembre :	journée pédagogique	19 et 22 avril:	Congé Pascal
5 décembre :	journée pédagogique	17 mai :	journée pédagogique
Du 24 décembre au 8 janvier 2019:	congés des fêtes	20 mai :	journée des Patriotes

Information : 450-431-3733
Programmation : Nathalie Tremblay au poste 362
Assistance inscription en ligne : Lucie Claveau au poste 311

Inscription via Internet

Les inscriptions des activités parascolaires s'effectuent sur AMILIA. Si vous avez des problèmes ou des questions techniques, vous pouvez rejoindre Lucie Claveau au poste 311. Pour des informations générales sur les activités, vous devez communiquer pour le primaire, avec Nathalie Tremblay au poste 362. Pour le secondaire, avec Carl Provost au poste 232. Pour les équipes sportives des Dragons, avec Mathieu Asselin au poste 341.

ANNULATION ET REMBOURSEMENT

ANNULATION DE L'ACTIVITÉ PAR L'ACADÉMIE

Il est possible que la direction de la vie étudiante soit dans l'obligation d'annuler une activité parascolaire par manque d'inscription. Dans ce cas, nous rembourserons la totalité des frais d'inscription payés.

Il est possible que la direction de la vie étudiante soit dans l'obligation d'annuler une activité parascolaire pour des raisons de mauvaise température, d'absence de la personne responsable de l'activité, etc. Dans ce cas, nous remettons la période annulée à la fin de la session.

ANNULATION DE L'ACTIVITÉ PAR LE PARENT

Conformément à l'Office de la protection du consommateur :

Si les cours sont commencés, vous devrez payer ces 2 montants :

- * le coût des cours déjà suivis;
- * une pénalité prévue par la loi. Cette pénalité correspond au plus petit des montants suivants 50 \$ ou 10 % du prix des cours qui n'ont pas été suivis.

Veuillez noter que si votre enfant est absent à un ou plusieurs cours, aucun remboursement ne sera accordé.

INFORMATIONS SUR LE TRANSPORT

Les élèves qui participent aux activités parascolaires offertes par l'Académie ont à leur disposition un service de transport d'autobus à 17 h 45 et à 19 h 45, du lundi au vendredi inclusivement dès le **10 septembre 2018**.

Coûts :

- **L'élève dont le parent a défrayé les tarifs annuels du transport de l'Académie matin et soir**, pourra se procurer une carte d'abonnement de **120 \$** pour l'année. Le formulaire est disponible sur le portail de l'Académie sous l'onglet « Documents public / Formulaire / Formulaire transport carte d'abonnement transport soir » et devra être remis à madame Lucie Claveau au bureau de l'administration, accompagné d'un chèque de **120 \$**, libellé à l'ordre de l'Académie Lafontaine.
- **L'élève qui n'utilise pas le transport** de l'Académie matin et soir devra défrayer **7 \$** chaque fois qu'il prend l'autobus de 17 h 45 ou de 19h45 (voir page suivante pour les arrêts) ou se procurer un livret de 20 coupons pour 100 \$. Les billets sont disponibles **à la réception** du hall d'entrée.

HORAIRE DU TRANSPORT

Autobus de 17 h 45

TRANSPORT VERS LE NORD	TRANSPORT VERS LE SUD	
Prévost, Piedmont, St-Sauveur, Ste-Adèle	St-Janvier, Ste-Thérèse	Ste-Thérèse*, St-Eustache, Rosemère
17 h 45 Départ de l'Académie	17 h 45 Départ de l'Académie	17 h 45 Départ de l'Académie
17 h 50 Arrêt au Domaine des Patriarches	17 h 55 Arrêt à St-Janvier Subway (sortie 31- coin du Parc et rue	17 h 55 Arrêt au IGA face à la Plaza Sainte-Thérèse *
17 h 52 Arrêt au dépanneur Ultramar à Prévost		18 h 05 Arrêt au Complexe des cinémas Mathers à St-Eustache (25 ^e avenue)
17 h 55 Arrêt au Marché Boni-choix à Prévost		
18 h Dépanneur Couche-Tard à Piedmont	18 h 03 Arrêt au IGA de Ste-Thérèse (220 rue St-Charles)	18 h 15 Arrêt au stationnement du Centre d'achat Aux 4 coins à Rosemère, (205 Boul. Labelle / coin Grande-Côte, en arrière de Shell)
18 h 05 Arrêt au Carrefour des 3 Villages à St-Sauveur (Métro)		
18 h 15 Arrêt à la Pharmacie Brunet à Ste-Adèle (à côté du IGA)	* Veuillez noter que l'arrêt à Ste-Thérèse se fera seulement s'il y a un surplus d'élèves de Ste-Thérèse qui n'ont pu monter à bord du premier autobus en raison du nombre de places,	

Autobus de 19 h 45

19 h 45 :	Départ de l' Académie
20 h 00 :	Dépanneur Couche-Tard à Piedmont
20 h 25 :	Subway St-Janvier (Sortie 31, coin du Parc et Charles)
20 h 35 :	IGA Plaza Ste-Thérèse (Rue St-Charles)
20 h 45 :	Cinéma Mathers à St-Eustache (25 ^e avenue)

Advenant le cas que le nombre d'élèves dépasse le maximum permis dans l'autobus, les élèves demeurant au nord seront avisés à l'avance, pour la même journée les semaines suivantes, de quitter leur entraînement plus tôt, pour un départ de l'Académie à 19 h 30. L'autobus repasserait ensuite par l'Académie pour les élèves qui se rendent vers le sud.

Atelier zen et relaxation

Les mardis du 18 septembre au 11 décembre 2018 de 16 h à 17 h
P1 à P6

165 \$ (13 cours)



Les enfants seront amenés à connaître diverses techniques et outils afin de se concentrer et de relaxer au quotidien. Ils apprendront à méditer, respirer et feront différentes activités douces de détente. Différentes études sur les effets de la méditation concluent qu'elle aide à la concentration, développe la mémoire et le cerveau. En général, elle améliore grandement la santé.

Responsable : Myriam Boivin

Chorale du primaire

Les jeudis du 20 septembre au 20 décembre 2018 de 16 h à 17 h 30

Les lundis et mercredis de 12 h 25 à 12 h 55

Spectacles 29 et 30 décembre 2018

P3 à P6

100 \$ (25 cours)



Les élèves désirant faire partie de la chorale de l'Académie vivront une expérience extraordinaire cette année en préparant un répertoire de chansons dynamiques et chorégraphiées afin de s'éclater sur scène dans un mini concert de Noël qui sera présenté au Théâtre Gilles Vigneault les 29 et 30 décembre prochains, dans le cadre de la production professionnelle de Casse-Noisette de Ballet Ouest. Une expérience unique à ne pas manquer !

Responsable : Mélissa Brosseau

Gardiens avertis

Les mercredis du 19 septembre au 7 novembre 2018 de 16 h 00 à 17 h
P5 à S5

60 \$ (8 cours)



Reconnu par la Croix-Rouge, ce cours servira à outiller les jeunes intéressés à garder des enfants. L'objectif est de les aider à acquérir des techniques de soins à l'enfance, de prévention des urgences et de secourisme. À la fin de ce cours, le participant qui aura passé le test de vérification des connaissances, recevra une attestation officielle de réussite.

Responsable : Claudel Bélisle, poste 411

Cours de chant multi-âges (débutant et intermédiaire)

Les lundis du 17 septembre au 10 décembre 2018 de 16 h à 17 h
Maternelle à P6

160 \$ (11 cours)



Le cours de chant multi-âges s'adresse aux enfants de 5 à 10 ans, dans le but de stimuler l'imagination et la créativité de ces derniers, tout en favorisant leur développement, leur évolution intellectuelle et psychoaffective. Les cours se déroulent dans une ambiance d'apprentissage et sont personnalisés.

- * Apprentissage de la base de la musique et du chant
- * Développement de la mémoire
- * Découverte de compositeurs
- * Éveil corporel pour ouvrir la voix
- * Rythme et diction
- * Mini spectacle de fin de session

Responsable : Myriam Boivin

Cirque aérien

Les mercredis du 19 septembre au 12 décembre 2018 de 16 h à 17 h
P2 à P6

230 \$ (12 cours)



Cette activité vise à initier les élèves aux différentes techniques des arts du cirque tout en améliorant leurs capacités physiques :

- * Acrobaties aériennes, tissus, trapèze, cerceau, échasses, monocycle, poutre et bien d'autres
- * Endurance cardiorespiratoire, endurance musculaire, posture, flexibilité et agilité
- * Jonglerie, rola bola, fil de fer, main à main, bâton fleur.

Responsable : Guy Leblanc, Cirque Garuda

Danse sportive

Les mercredis du 19 septembre au 12 décembre 2018 de 16 h à 17 h
P2 à P6

160 \$ (12 cours)



Cette activité, en collaboration avec DanseSport Québec, vise à développer les principales qualités physiques et mentales requises pour la danse sportive. Entraînés sur les rythmes du cha-cha-cha, de la valse, du jive ou du quick step, les enfants explorent les points suivants : la posture, l'équilibre et le mouvement, la musicalité et le tempo musical, le langage corporel. Les participants apprendront à développer leurs habiletés selon leurs capacités et à leur rythme.

Responsable : Sarah-Maude Thibaudeau

Raconte-moi ton bonheur

Les mercredis du 19 septembre au 12 décembre 2018 de 16 h à 17 h (12 cours)

Maternelle à P2

Les lundis du 17 septembre au 10 décembre 2018 de 16 h à 17 h (11 cours)

P3 à P6

110 \$ (11cours) 120 \$ (12 cours)



Par le biais de différents jeux et activités, les enfants sont invités à échanger avec leurs camarades sur des sujets qui les passionnent et les motivent. L'objectif est d'emmener l'enfant à découvrir ses forces et ses champs d'intérêts. Ces ateliers de développement personnel les outilleront afin qu'ils puissent s'affirmer et être plus heureux au quotidien. Plusieurs apprentissages ont été vulgarisés afin d'enseigner de façon ludique et amusante les principes de l'intelligence émotionnelle, la loi de l'attraction, la pensée positive et le mieux-être général.

Responsable : Mélanie Branchaud

Harmonie de l'Académie

Les mardis du 18 septembre au 11 décembre 2018 de 16 h à 17 h 30

P4 à S5

GRATUIT



L'ensemble musical est ouvert à tous, débutants ou virtuoses, l'apprentissage se fait lors des répétitions. Plusieurs instruments sont disponibles à l'école. L'instrument sélectionné est fourni à l'élève mais celui-ci peut aussi utiliser son propre instrument. Il y aura deux concerts : fin novembre pour le concert de Noël et fin avril pour le concert de fin d'année.

L'ensemble musical va entamer cette année sa 29^e année et est sous la direction musicale de Monsieur André Casault.

NOUVEAUTÉ :

Une section violon est ajoutée à l'Harmonie. L'élève devra toutefois détenir des connaissances de base et posséder son instrument.

Responsable : André Casault

Piano cours individuels

Les lundis du 17 septembre au 10 décembre 2018 (11 cours)

16 h 00 à 16 h 30, 16 h 30 à 17 h 00, 17 h 00 à 17 h 30 et 17h 30 à 18 h 00

Les mercredis du 19 septembre au 12 décembre 2018 (12 cours)

16 h 00 à 16 h 30, 16 h 30 à 17 h 00, 17 h 00 à 17 h 30

P6 à S5

242 \$ (11 cours) et 264\$ (12 cours)



Pour les élèves débutants ou avancés. Le répertoire enseigné sera varié et au goût des jeunes que ce soit populaire, classique ou jazz. Il est essentiel que l'élève ait un piano à la maison pour répéter. L'élève doit choisir la plage horaire qui lui convient et il viendra à la même heure chaque semaine. Le cours est d'une durée 30 minutes.

Responsable : Brigitte Leclerc

Batterie cours individuels

Les mercredis du 19 septembre au 12 décembre 2018

16 h 00 à 16 h 30, 16 h 30 à 17 h 00, 17 h 00 à 17 h 30 et 17h 30 à 18 h 00

Les jeudis du 20 septembre au 13 décembre 2018

16 h 00 à 16 h 30, 16 h 30 à 17 h 00, 17 h 00 à 17 h 30 et 17h 30 à 18 h 00

P1 à S5

264 \$ (12 cours)



Pour les élèves débutants ou avancés. Celui-ci apprendra à développer de bonnes bases à améliorer ses techniques et à jouer différents rythmes Le répertoire enseigné sera varié et au goût des jeunes. L'élève doit choisir la plage horaire qui lui convient et il viendra à la même heure chaque semaine. Le cours est d'une durée 30 minutes.

Responsable : André Casault

Initiation à l'espagnol

Les mercredis du 19 septembre au 12 décembre 2018 de 16 h à 17 h (12 cours)

Maternelle à P2

Les mardis du 18 septembre au 11 décembre 2018 de 16 h à 17 h (13 cours)

P3 à P6

170 \$ (12 cours) 180 \$ (13 cours)



Offrez à votre enfant l'opportunité d'apprendre les bases de l'espagnol à travers les comptines, chansons, histoires et jeux, nombres, couleurs, animaux, parties du corps et la famille. Il repartira avec un duotang contenant les activités réalisées en classe.

Responsable : Évolution, École mobile de langues

Théâtre musical primaire

Les lundis et les mercredis du 17 septembre jusqu'en juin 2019 de 16 h à 17 h 30

P4 à P6

375 \$



Un atelier de théâtre musical où toutes les facettes des arts de la scène seront touchées: danse, chant, théâtre. Cet atelier qui s'échelonne sur 25 semaines se conclura par un spectacle de comédie musicale à grand déploiement au mois de juin 2019. Le nombre de participants pour cet atelier est limité à une vingtaine d'élèves. Un processus d'audition pourrait s'appliquer.

La pièce choisie cette année est *Alice Aux Pays Des Merveilles*. Une œuvre haute en couleurs avec une grande diversité de personnages.

Responsables : Delphine Côté Piché et Aurélien Monseur

Chant populaire / cours de chant privés

Les mardis du 18 septembre au 20 novembre 2018 de 16 h à 16 h 45

Les mardis du 18 septembre au 20 novembre 2018 de 16h 45 à 17 h 30

Les mercredis du 19 septembre au 21 novembre 2018 16 h à 16 h 45

Les mercredis du 19 septembre au 21 novembre 2018 16h 45 à 17 h 30

P5 à S5

225\$ (10 cours)



Voici une occasion unique qui s'offre à tous ceux et celles qui ont du talent en chant. Un cours privé pour améliorer les performances vocales, donné par nulle autre que Madame Chrystine Chartrand, chanteuse émérite. Madame Chartrand travaillera avec l'élève dans une approche globale : la diction, l'interprétation, la justesse, la musicalité, le placement de la voix et la présence scénique. L'élève doit choisir son horaire dès l'inscription.

Responsable : Chrystine Chartrand

Fabrication artisanale de produits cosmétiques

Les jeudis du 20 septembre au 15 novembre 2018 de 16 h à 17 h 30

P6

180 \$ (8 cours)



Dans ce nouveau concept tendance, tu fabriqueras toi-même des produits 100 % naturels, sécuritaires et non toxiques. Huit ateliers de 75 minutes pour fabriquer une quinzaine de produits FSM (fait soi-même) d'une valeur approximative de 200 \$. Bijoux, diffuseurs de fragrance et d'huiles essentielles, savon cupcake, parfum solide, maquillage, soins de la peau, soins des cheveux, etc. Des heures de plaisir ! Le matériel nécessaire est fourni à tous les participants.

Responsable : Céline Poirier

Échecs en herbe

Les lundis du 17 septembre au 10 décembre 2018 de 16 h à 17 h
Maternelle à P6

150 \$ (11 cours)



Cette activité vise à développer chez le participant, le processus de réflexion logique. Une telle approche facilite l'apprentissage des mathématiques et peut stimuler le rendement dans les autres disciplines. Plus qu'une activité amusante, c'est un outil pour favoriser chez l'enfant la concentration, la mémoire, l'imagination et la logique. L'organisation, la recherche de l'excellence et la persévérance sont les principales valeurs transmises par l'enseignement des échecs. La méthode enseignée est celle du cours complet d'échecs. Un cahier d'exercices sera remis aux participants.

Responsable : Alexandre Ber

Sciences

Les mercredis du 19 septembre au 12 décembre 2018 de 16 h à 17 h
P1 à P5

160 \$ (12 cours)



Voici une activité qui alimentera la flamme des sciences chez tous les participants! Dans cet atelier, l'enfant apprendra à garder un papier sec même si on le plonge sous l'eau, à gonfler un ballon sans utiliser d'air, à faire traverser un élastique dans la main et beaucoup d'autres trucs qui relèvent de la science.

Responsable : L'Air en fête

Techno Rigolo

Les mardis du 18 septembre au 11 décembre 2018 de 16 h à 17 h
Maternelle à P4

155 \$ (13 cours)



Techno Rigolo est conçu pour les passionnés de bidules qui roulent, qui volent, qui tournent, qui se construisent et surtout, que l'on peut monter soi-même. Idéal pour les futurs mécanos, ingénieurs et physiciens.

Au programme : K'Nex, Lego, Magic Nuudles, circuits de billes, construction de cabane, fabrication de planeur et plus encore.

Responsable : L'Air en fête

Atelier de chocolats

Les jeudis du 20 septembre au 13 décembre 2018 de 16 h à 17 h
Maternelle à P6

155 \$ (12 cours)



Introduction aux techniques nécessaires à la création de chocolats. Des ateliers simplifiés où les gourmands apprendront à utiliser des outils de tous les jours pour créer de délicieux chocolats. Fabrication de suçons, enrobage de fruits, œufs en chocolat, tablette de chocolat, truffes et plusieurs autres créations. À la fin de l'atelier, les participants partent à la maison avec leurs créations.

Responsable : Nathalie Plante

Peinture créative

Les lundis du 17 septembre au 10 décembre 2018 de 16 h à 17 h
P2 à P6

150 \$ (11 cours)



Cette activité vise à amener les enfants à découvrir les bases de différents types de peinture : sur bois, terre cuite, verre, métal, tissus. Ils développeront leur sens artistique par la création des projets décoratifs et utiles.

Responsable : Des idées plein la caboche

Gymnastique

Les lundis du 17 septembre au 10 décembre 2018 de 16 h à 17 h (11 cours)

Les jeudis du 20 septembre au 13 décembre 2018 de 16 h à 17 h (12 cours)

Maternelle à P4

125 \$ (11 cours) 135 \$ (12 cours)



Cette activité vise à développer la base des habiletés gymniques telles l'équilibre, la souplesse, l'impulsion, l'orientation spatiale et la coordination. Par l'entremise du jeu, les garçons et les filles seront initiés au sol, au tumbling-sol rebondissant, au grand et au petit trampoline et à la poutre. Chacun y trouvera des défis à son niveau et une belle occasion d'améliorer sa forme physique tout en s'amusant.

Après évaluation par l'entraîneur, les jeunes seront regroupés par âge et niveau.

Responsable : Paul-David Marier

Karaté

Les jeudis du 20 septembre au 29 novembre 2018 de 16 h à 17 h (10 cours)

Maternelle à P1

Les mardis du 18 septembre au 27 novembre 2018 de 16 h à 17 h (11cours)

P2 à P4

Les lundis du 17 septembre au 26 novembre 2018 de 16 h à 17 h (10 cours)

P4 à S5

110 \$ (10 cours) et 120 \$ (11 cours)



Le Karaté est la discipline parfaite pour le développement du corps et de l'esprit. Cet entraînement permet les apprentissages du respect, de la confiance en soi, de la concentration, de l'autodiscipline, de la non-violence et de l'autodéfense, tout en s'amusant.

Les élèves peuvent se procurer un karatégui au coût de 57 \$ auprès de leur entraîneur.

Responsable : Denis Éthier

***La session se terminera le 29 novembre en raison des rénovations prévues à la salle Marc Fortin.**

Kung Fu

Les mardis du 18 septembre au 27 novembre 2018 de 16 h à 17 h
Maternelle à P6

125 \$ (11 cours)



Le Kung Fu, la nouvelle vedette des arts martiaux travaille différents aspects essentiels au bien-être; la concentration, la discipline, la force, la souplesse et la dextérité physique. Cet art très physique, développé en Chine au fil des siècles est enseigné par Marc-André Lalonde, un disciple de Shaolin. Les élèves peuvent se procurer un uniforme de Lung Fu (pantalon, souliers et tee-shirt) au coût de 60 \$ auprès de leur entraîneur.

Responsable : Marc-André Lalonde

**La session se terminera le 27 novembre en raison des rénovations prévues dans la salle Marc Fortin.*

Soccer

Les lundis du 17 septembre au 10 décembre de 16 h à 17 h (11 cours)

Maternelle à P3

Les mardis du 18 septembre au 11 décembre 2018 de 16 h à 17 h (13 cours)

Maternelle à P3

Les mercredis du 19 septembre au 12 décembre de 16 h à 17 h (12 cours)

P3 à P5

Les jeudis du 20 septembre au 13 décembre de 16 h à 17 h (12 cours)

P3 à P6 (**niveau avancé**)

145 \$ (11 cours), 155 \$ (12 cours) et 160 \$ (13 cours)



Cette activité mixte offerte dans notre stade de soccer vise à développer et perfectionner les habiletés des participants. Seront travaillés ; coordination, contrôle du ballon, passes, tirs au but et plusieurs autres éléments en fonction du niveau d'expérience de l'enfant. Chacun y trouvera des défis à sa taille et une belle occasion d'améliorer sa forme physique et ses aptitudes tout en s'amusant. Prendre note que le tee-shirt, le short et les bas sont inclus dans le coût de cette activité sportive.

Mini-dragons (natation 7 h 50)

Les mardis et les jeudis du 18 septembre au 13 décembre 2018 de 7 h 50 à 8 h 50
P2 à P6

180 \$ (25 cours)



Un programme pour les élèves qui désirent relever un défi **sous forme d'entraînement 2 fois par semaine**. L'élève perfectionnera les quatre styles de nage de compétition.

Responsable : Claudel Bélisle

Mini-dragons (natation 16 h 00)

Les mardis et les jeudis du 18 septembre au 13 décembre 2018 de 16 h à 17 h
P2 à P6

180 \$ (25 cours)



Un programme pour les élèves qui désirent relever un défi **sous forme d'entraînement 2 fois par semaine**. L'élève perfectionnera les quatre styles de nage de compétition.

Responsable : Claudel Bélisle

Natation

Les mardis du 18 septembre au 11 décembre 2018 de 16 h à 16 h 50 (13 cours)
Maternelle à P3
Les jeudis du 20 septembre au 13 décembre 2018 de 16 h à 16 h 50 (12 cours)
P2 à P6

90 \$ (12 cours) 100 \$ (13 cours)



Le programme de la Croix-Rouge permettra à l'enfant de faire l'apprentissage des diverses techniques de nage, en le faisant cheminer dans les 10 niveaux accrédités par ce programme national.

Responsable : Claudel Bélisle

Mini-Volley mixte

1 entraînement par semaine, un soir de 16 h 00 à 17 h 30

Du 10 septembre 2018 au 3 mai 2019

P5 et P6

285 \$



- 3 soirées de compétitions en semaine en janvier/ février et possibilité de participer au championnat régional scolaire.
- Participation à un festival amical le 18 février 2019.

Pour toutes informations contactez : Mathieu Asselin,
poste 341

Mini-Basket mixte

1 entraînement par semaine, un soir de 16 h 00 à 17 h 30

Du 10 septembre 2018 au 3 mai 2019

P5 et P6

285 \$



- 4 à 5 journées de deux matchs la fin de semaine en avril/mai dans la ligue de Mini-Basket du Nord.
- Participation un festival amical (à déterminer)

Pour toutes informations contactez : Mathieu Asselin, poste 341

Ballet classique (niveau préparatoire)

Les mardis du 18 septembre au 11 décembre 2018 de 16 h à 17 h 30 (13 cours)

P1 à P3

Les jeudis du 20 septembre au 13 décembre 2018 de 16 h à 17 h 30 (12 cours)

P4 à P6

152 \$ (12 cours) 165 \$ (13 cours)



Par le biais d'exercices à la barre, au centre, ainsi que par le jeu et la création, en plus d'apprendre les bases de la danse classique, les élèves développeront la concentration, la musicalité, la coordination, la grâce, la force et la souplesse.

Responsable : Élodie Belleau

