



Canton de Hatley North Hatley



PROGRAMMATION LOISIRS - AUTOMNE 2023

PILATES - MULTI-NIVEAUX

Il s'agit d'une méthode permettant le renforcement des muscles et l'amélioration de la posture. Vous devez être en bonne forme physique (s'abstenir en cas d'ostéoporose, d'hernie ou de lombalgies). Avec Mélanie Boivin, instructrice certifiée. **Apportez votre tapis de sol, votre ballon de stabilité Zenga (non obligatoire) & votre bouteille d'eau!**

Quand : Mardis, du 19 septembre au 12 décembre

Heure : **Groupe 1 :** 12 h 30 à 13 h 30 / **Groupe 2 :** 13 h 45 à 14 h 45

Où : Hôtel de ville - Salle Massawippi / 4765, chemin de Capelton, Canton de Hatley

Coût : 115 \$ **Places limitées :** 7-10 personnes



ZU-ZU-ZUMBA!

Vous cherchez un entraînement efficace, accessible et amusant? Joignez-nous aux séances de Zumba!

Ce cours des plus dynamiques se base sur des chorégraphies simples et entraînant inspirées par les rythmes latins et différents styles musicaux qui vous feront voyager. Il n'y a rien de mieux que ce party fitness pour travailler l'endurance cardiovasculaire, tonifier le corps et lâcher son fou dans le plaisir et le non-jugement. Venez chercher votre dose d'énergie et de soleil au Zumba!

Par Laura-Catherine Bergeron, kinésiologue et professeure de Zumba depuis 2016.

Quand : Lundis, du 18 septembre au 11 décembre (congé le 9 octobre)

Heure : 17 h 30 à 18 h 30 **Où :** École primaire de North Hatley, 110, rue School

Coût : 120 \$ **Minimum :** 12 personnes inscrites



BADMINTON

C'est l'occasion de jouer des parties de badminton chaque semaine, en bonne compagnie! Venez améliorer vos techniques (doit maîtriser le jeu et avoir les connaissances de bases pour jouer au badminton). **Activité réservée aux personnes de 16 ans et plus.**

LUNDIS

Quand : Lundis, du 18 septembre au 11 décembre

Heure : 19 h à 21 h

Où : École primaire de North Hatley

110, rue School, North Hatley

Coût : 40 \$

Places limitées : 12 à 24 personnes inscrites

MERCREDIS

Quand : Mercredis, du 20 septembre au 13 décembre

Heure : 19 h à 21 h

Où : École primaire de North Hatley

110, rue School, North Hatley

Coût : 40 \$

Places limitées : 12 à 24 personnes inscrites



PIANO

Vous rêvez de jouer du piano ou d'améliorer votre technique? Voici le cours qu'il vous faut. Adapté à votre niveau, il est dispensé par Micheline Gagnon, pianiste diplômée de l'Université de Montréal. Enfants dès l'âge de 6 ans, ados, adultes. **Bienvenue aux aînés!**

Quand : Lundis, du 18 septembre au 11 décembre (12 cours / congé le 9 octobre)

Heure : 13 h à 20 h

Où : Hôtel de ville - Salle Massawippi / 4765, chemin de Capelton, Canton de Hatley

Coût : 30 min : 340 \$ 45 min : 505 \$ 60 min : 675 \$ Possibilité d'entente de paiements



TANGO

Venez découvrir l'élégance du Tango Argentin tel que dansé dans les salons de Buenos Aires! Aucune expérience de danse nécessaire. Avec ou sans partenaire. Par Bryant Lopez de Tango Soul.

Quand : Lundis, du 2 octobre au 11 décembre (congé le 9 octobre)

Heure : 19 h à 20 h **Coût :** 140 \$

Où : Hôtel de ville - Salle Montjoye / 4765, chemin de Capelton, Canton de Hatley

Minimum : 10 personnes inscrites



Inscriptions dès maintenant à l'Hôtel de ville du Canton de Hatley (4765, chemin de Capelton).

Pour les non-résidents les coûts d'inscription seront majorés de 25%.

Pour toutes les activités, il faut être inscrit à la session, aucune inscription ponctuelle ne sera acceptée.