Saint-Damase
Fière de son histoire

Inscriptions 2 au 8 septembre 2024 via Qidigo ou payable sur place au Complexe sportif au 105, rue Sainte-Anne, le 4 septembre de 18h00 à 19h30.

PROGRAMMATION D'ACTIVITÉS AUTOMNE 2024

ENFANT

Activité	Âge	Jour	Heure	Coût ($)	Durée
Cours danse Hip Hop (septembre à avril) **Payable sur place le 4 septembre.**	4-5 ans	Mardi	18h-18h45	250,00 $	24 septembre 2024 6 mois
	6-7-8 ans		18h-18h45	275,00 $	
	9-10 ans		18h45-19h45	300,00 $	
	11-13 ans		18h-19h	325,00 $	
	14 ans et +		19h-20h15	175,00 $	24 septembre 2024 3 mois
Hockey Cosom au Gymnase de l'école **Via Qidigo**	5-7 ans	Lundi	15h15-16h	20,00 $	dès 30 septembre 2024 10 semaines
	8-9 ans		16h-17h		
	10-12 ans	Mardi	15h15-16h15		

POUR TOUS

Activité	Âge	Jour	Heure	Coût ($)	Durée
Yoga et pilates **Via Qidigo**	Pour tous	Mer.	9h15-10h15	110,00 $	18 septembre 2024 10 semaines
Zumba **Payable sur place le 4 septembre**	Pour tous	Lundi	19h30	60,00 $	9 septembre au 21 octobre 2024 7 semaines
Cardio-muscu **Payable sur place le 4 septembre**	Pour tous	Lundi	18h30	110,00 $	9 septembre au 9 décembre 2024 14 semaines
Zumba et cardio-muscu pour les 2 cours **Payable sur place le 3 septembre**	Pour tous	Lundi		140,00 $	
50 ans et plus en mouvement Info: Françoise Phaneuf animatrice 450-797-2550 **Payable sur place le 4 septembre**	50 ans et plus	Jeudi	9h30-10h30	50,00 $	12 septembre 2024 10 semaines
Pickelball **Payable au cours pour à la fois et via Qidigo pour la saison**	Pour tous	Mardi	18h-20h	Résident: 45,00 $ 5,00$/à la fois 75,00 $/2x semaine Non-résident: 65,00 $ 10,00$/à la fois 105,00 $/2x semaine	10 septembre au 9 décembre 2024 15 semaines
		Vend	9h-11h		
	Intermédiaire et avancé	Mardi et Jeudi	13h-16h		
Badminton **Via Qidigo**	Pour tous	Jeudi	17h - 20h	Résident: 45,00 $ Non-résident: 65,00 $	12 septembre 2024 15 semaines

POUR TOUS

Activité	Âge	Jour	Heure	Coût ($)	Durée
Ligue de cornhole **Information**: cornholest-damase@outlook.com	Pour tous	Mercredi	19h à 22h	120,00 $ pour la saison	25 septembre au 11 décembre 2024 12 semaines
Basket-ball récréatif **Payable sur place le 12 septembre**	Pour tous	Jeudi	20h-21h30	Résident: 45,00 $ Non-résident: 65,00 $	12 septembre 2024 14 semaines
Club de marche fgb1972@hotmail.com	Pour tous	Lundi	18h30-19h30	Gratuit	9 septembre 2024 14 semaines

AINÉS

Activité	Âge	Jour	Heure	Coût ($)	Durée
Jeux intérieur FADOQ		Mardi et jeudi	13h-16h	Gratuit	10 septembre 2024
Cours de danse en ligne Info Gaétane Boulet 450-501-7864 ou gaetane.boulet@hotmail.fr **Payable lors du cours**	Débutant 2	Mercredi	18h-19h	7$/fois 1 cours 11$/fois 2 cours	11 septembre au 11 décembre 2024
	Intermédiaire	Mercredi	19h-20h15		
Viactive fgb1972@hotmail.com		Mardi	9h30-10h45	Gratuit	10 septembre au 29 octobre 2024 8 semaines
Bingo		3e mer. du mois		Gratuit	18 septembre 2024

AUTRES

Activité	Âge	Jour	Heure	Coût ($)	Durée
Ligue volley-ball compétition (inclus l'arbitre) **Payable sur place le 9 septembre**	Intermédiaire et avancé	Lundi	19h-22h	Résident: 65,00 $ Non-résident: 85,00 $	9 septembre 2024 15 semaines
Bibliothèque	Pour tous	Horaire disponible sur notre site, facebook, journal		Gratuit	
Tricot double par AFEAS Ghislaine Lussier - 450-797-2971 au 54 rue Principale		Mercredi	18h30-20h30	Membre sauf exception	23 et 30 octobre
Tricot par AFEAS Ghislaine Lussier - 450-797-2971 au 54 rue Principale	débutant et avancé	Mercredi	13h30-15h30 18h30-20h30	Membre sauf exception	tous le mois d'octobre
Tricot-Biblio par AFEAS Ghislaine Lussier - 450-797-2971 au 54 rue Principale		Lundi	dès 13h30	Membre sauf exception	16 septembre 2024
Cuisine collective	Informations en ligne: www.lamoissonmaskoutaine.qc.ca ou 450-261-1110			15 $/fois	
Cours de chant Annie Messier 450-797-3964 au 216 rue Blanchard **Payable lors du cours**	Pour tous				30 à 60 min.

Toutes les activités seront au Complexe Sportif sauf exception

N.B. Tous les prix inclus les taxes.

Pour information, contacter Jacob McDuff, coordonnateur des loisirs (450) 797–3341 poste 4013.

Visiter notre site web : www.st-damase.qc.ca ou notre page facebook des loisirs et Qidigo