



## Programmation des loisirs intermunicipaux – Printemps-été 2019

**PÉRIODE D'INSCRIPTION : LUNDI 25 MARS 9H AU VENDREDI 5 AVRIL 12H**

**Inscription** : Pour s'inscrire en ligne avec une carte de crédit, prendre connaissance de la procédure, prévoir une dizaine de minutes pour créer votre profil, faire votre inscription et paiement. Lien pour inscription <https://coachstudio.ca/inscriptions/loginclient.php?clubid=1060/> lien pour procédure <http://eastman.quebec/wp-content/uploads/2017/08/ClubWeb-Guide-inscription.pdf> Sinon, remplir la fiche d'inscription et la retourner par la poste ou se présenter à l'Hôtel de ville d'Eastman au 160 chemin George-Bonnallie, Eastman, JOE 1P0. Les heures d'ouverture sont de 9h à 12h et 13h à 16h.

**Mode de paiement** : Si vous ne faites pas votre inscription en ligne, il est préférable de payer par chèque libellé à la Municipalité d'Eastman. Toutefois, les paiements en argent comptant ou paiement direct sont acceptés.

- Le paiement complet par chèque postdaté du 8 avril (session de printemps) ou 25 juin (session d'été) est exigé si le montant est inférieur à 100\$
- Si le montant est supérieur à 100\$, vous pouvez faire 2 versements du même montant ; le 2ème chèque sera postdaté du 13 mai (session de printemps) ou 23 juillet (session d'été) et remis aussi lors de l'inscription

**Rabais sur inscription** : 10% est applicable sur l'inscription à une 2ème activité (la moins chère) pour un enfant ou un adulte, ou pour un 2ème membre d'une même famille.

**Frais de non-résident** : 25% seront ajoutés sur les frais d'inscriptions pour tout citoyen qui n'habite pas Austin, Bolton, Eastman, St-Étienne-de-Bolton, Stukely-Sud.

**Frais de retard** : À partir du 6 avril, 10% seront ajoutés sur les frais d'inscription, sauf pour les cours de la session d'été et les ateliers.

**Confirmation des cours/ateliers** : Dès le 6 avril 13h, seules les personnes inscrites à des activités n'ayant pas atteint le nombre minimal de participants seront rejointes par courriel. Pour ce qui est des cours de la session d'été, ils seront confirmés le 21 juin et les ateliers, une semaine avant ceux-ci.

**Cours ou atelier annulé** : Si le lieu de l'activité est inaccessible pour toute raison majeure (tempête, panne électrique, etc), le cours ou l'atelier sera annulé ; vous recevrez un courriel en ce sens.

**Annulation** (Pour toute demande de remboursement, un avis écrit doit nous être envoyé dès l'abandon et avant la fin de la session)

- Avant le premier cours = 100% des frais remboursés (*nous annulons votre chèque ; un paiement en argent comptant ou paiement direct vous oblige à revenir le chercher au bureau*)
- Suite au premier cours, sera réclamé le coût des cours déjà suivis et le plus petit des montants suivants : 50 \$ ou 10 % du prix des cours qui n'ont pas encore été reçus

**École du Val-de-Grâce** (500 rue Principale, Eastman) : Vous devez entrer par une des portes arrière de la cour d'école ; celle-ci s'ouvre automatiquement 15 minutes avant le début du cours et se referme 15 minutes après le début.

**Salle communautaire d'Austin** (21 Ch. Millington, Austin) : Sous l'abri, vous y avez accès par la 1<sup>ère</sup> porte à droite.

**Parc Terrio de Bolton-Est** (rue Terrio et près de l'Hôtel de Ville)

**Pour toutes questions, communiquez avec Mélanie au 450-297-3440, poste 30**



# PROGRAMMATION DES LOISIRS PRINTEMPS-ÉTÉ 2019

## PRIX À LA SESSION

LUNDI	<b>Cardio-danse (style zumba)</b> ★ 9h30-10h30	106 \$	Salle communautaire d'Austin	Diane Martin
	15 avril au 17 juin / 10 cours / 16 ans et + / min 6-max 20 / niveau débutant			
	<b>Gym douce</b> ★ 10h30-11h30	106 \$	Salle communautaire d'Austin	Diane Martin
	15 avril au 17 juin / 10 cours / min 6-max 20 / apportez un tapis de sol et couverture / mouvements de Qi Gong, postures de yoga et étirements			
	<b>Yoga</b> 19h30-21h	104 \$	Gymnase - école Val-de-Grâce (Eastman)	Nicole Dumont
	8 avril au 10 juin / 10 cours / 16 ans et + / min 16-max 24 / apportez un tapis de sol / <a href="http://www.nicoledumontauteure.com/yoga.html">www.nicoledumontauteure.com/yoga.html</a>			
MARDI	<b>Gymnastique 5-7 ans</b> 15h15-16h15	59 \$	Gymnase - école Val-de-Grâce (Eastman)	Mélanie Savoie
	<b>Gymnastique 8-12 ans</b> 16h20-17h20			
	9 avril au 18 juin (congé 7 mai) / 10 cours / *Voir au bas de la page / min 8-max 10 / camisole ou t-shirt et culotte courte OU maillot 1 pièce			
	<b>Entraînement en circuit</b> 17h35-18h20	74 \$	École Val-de-Grâce (Eastman)	Mélanie Savoie
	Printemps : 9 avril au 18 juin (congé 7 mai) / 10 cours / Été : 25 juin au 13 août - 6 cours (2 congés à confirmer)			
	16 ans et + / min 7-max 11 / 3 circuits de 4 stations de 30 sec. (cardio / bras / jambes / ceinture) avec 10 sec. de pause entre celles-ci			
	<b>Badminton</b> 18h30-19h30	191 \$	Gymnase - école Val-de-Grâce (Eastman)	
	19h30-21h	382 \$		
	9 avril au 11 juin / 10 cours / ** Voir au bas de la page / 1 service pour 4 à 8 pers			
MERCREDI	<b>Tonus léger et étirements</b> 9h15-10h30	89 \$	Parc Terrio (Bolton-Est)	Chantale Bellehumeur
	22 mai au 10 juillet / 8 cours / 16 ans et + / min 6-max 12 / apportez un tapis de sol et des souliers de marche / <a href="http://www.natur-ose.com/">www.natur-ose.com/</a>			
	<b>Volleyball</b> 19h30-21h	40 \$	Gymnase - école Val-de-Grâce (Eastman)	Marco Charbonneau
	10 avril au 12 juin / 10 cours / 16 ans et + / min 10-max 18 / ligue amicale mixte (pour tous les niveaux)			
JEUDI	<b>Entraînement en circuit</b> 17h35-18h20	74 \$	École Val-de-Grâce (Eastman)	Mélanie Savoie
	Printemps : 11 avril au 20 juin (congé 9 mai) / 10 cours / Été : 27 juin au 15 août - 6 cours (2 congés à confirmer)			
	<b>Badminton</b> 19h-21h	477 \$	Gymnase - école Val-de-Grâce (Eastman)	
	11 avril au 13 juin / 10 cours / ** Voir au bas de la page / 1 service pour 4 à 8 pers			
	<b>Tai chi Dong (débutant)</b> 18h-19h30	46 \$	Salle des casiers (école Val-de-Grâce) ou	Philippe Daviet
	<b>Tai chi Dong (intermédiaire)</b> 19h30-21h		si beau temps, cour d'école gazonnée	
	Printemps : 11 avril au 13 juin - 6 cours / Été : 27 juin au 15 août - 6 cours (congés à confirmer) / <a href="http://www.easterntownshipstaichi.com/">www.easterntownshipstaichi.com/</a>			
<b>PRIX À LA CARTE (PRIX PAR COURS)</b>				
MERCREDI	<b>Initiation à la danse 5-7 ans</b> ★ 24 avril ou 29 mai 15h15-16h05	9 \$	Salle des casiers (école Val-de-Grâce)	Dansensemble Magog
	<b>Ballet-Jazz 8-12 ans</b> ★ 24 avril ou 29 mai 16h15-17h05	9 \$		
DIMANCHE	<b>Kin-Jo (séance découverte 2h)</b> 14 avril ou 2 juin 10h-12h	Gratuit	Endroit à confirmer : école Val-de-Grâce	Amelia Lopez
	<b>Kin-Jo (initiation 3x3h)</b> ★ 9-16-23 juin 9h-12h	90 \$	d'Eastman ou salle communautaire d'Austin	
	<b>Kin-Jo (initiation intensive 4h)</b> 14 juillet 8h30-12h30	48 \$	Art martial jumelant des séries de mouvements (katas) à une respiration	
	<b>Kin-Jo (suivi initiation 2h)</b> 21 juillet ou 11 août 10h-12h	20 \$	consciente et apporte l'équilibre et le bien-être global / Découverte :	
	<b>Kin-Jo (tous groupes 1h30)</b> 18 août 10h-11h30	15 \$	vêtements de couleur pâle - Initiation : kimono / <a href="http://www.kin-jo.com">www.kin-jo.com</a>	

Les taxes sont incluses dans les activités pour les 16 ans et +

Pour en savoir plus les cours, consultez la section "Nos spécialistes" à [www.eastman.quebec/loisirs-arts-et-culture/activites-sportives/](http://www.eastman.quebec/loisirs-arts-et-culture/activites-sportives/)

\* Un supplément vous sera chargé par l'école si vous utilisez le service de garde avant le cours

\*\* Le responsable forme le groupe et transmet les informations de tous les joueurs au moment de l'inscription

★ Nouveau cours ou atelier