

LOISIRS INTERMUNICIPAUX - AUTOMNE 2026 (maximum 12 cours)

★ Nouveau cours ou ateliers

Cours		Jour	Heure	Durée	Lieu
Tai-Chi Yang 24	PORTE OUVERTE	lundi	09h30 - 11h00	21 septembre au 14 décembre	sous-sol, église St-Cajetan de Mansonville
Yoga doux	PORTE OUVERTE		09h30 - 10h30	21 septembre au 14 décembre	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard d'Eastman
Cardio Strong30 + Musculation	PORTE OUVERTE		17h30 - 18h30	21 septembre au 14 décembre	sous-sol, Complexe St-Édouard d'Eastman
★ Écriture créative	ANNULÉ		18h00 - 20h00	5 octobre au 30 novembre (aux 2 sem.)	sous-sol, Complexe St-Édouard d'Eastman
Volleyball débutant	COMPLET		18h00 - 19h30	21 septembre au 14 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
★ Yoga Prana Vinyasa Flow	PORTE OUVERTE		18h30 - 20h00	28 septembre au 30 novembre	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard d'Eastman
★ Cardiovélo			18h30 - 19h15	5 octobre au 14 décembre	sous-sol, église St-Cajetan de Mansonville
Volleyball avancé	COMPLET		19h30 - 21h00	21 septembre au 14 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Yoga Flow	COMPLET	mardi	09h15 - 10h30	22 septembre au 8 décembre	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard d'Eastman
Pilates	COMPLET		10h45 - 11h45	22 septembre au 8 décembre	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard d'Eastman
Cirque 6-12 ans	PORTE OUVERTE		11h50 - 12h50	22 septembre au 8 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
★ Futsal 5-6 ans	COMPLET		16h30 - 17h10	22 septembre au 8 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
★ Futsal 6-7-8 ans	COMPLET		17h10 - 18h00	22 septembre au 8 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Tabata	PORTE OUVERTE		17h30 - 18h30	22 septembre au 8 décembre	sous-sol, Complexe St-Édouard d'Eastman
Badminton débutant (individu)	PORTE OUVERTE		18h10 - 19h40	22 septembre au 8 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Yoga Flow	PORTE OUVERTE		18h30 - 19h30	22 septembre au 15 décembre	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard d'Eastman
Badminton intermédiaire (individu)	COMPLET		19h40 - 21h10	22 septembre au 8 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
★ Cardiovélo		mercredi	09h00 - 09h45	7 octobre au 9 décembre	sous-sol, église St-Cajetan de Mansonville
Yoga pilates	COMPLET		09h30 - 10h45	23 septembre au 9 décembre	salle communautaire, hôtel de ville d'Austin
Gym douce	RESTE 1 PLACE		11h00 - 12h00	23 septembre au 9 décembre	salle communautaire, hôtel de ville d'Austin
Acro-Gym 6-12 ans	COMPLET		11h50 - 12h50	23 septembre au 9 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Tissu aérien débutant 8-12 ans	COMPLET		16h10 - 17h00	23 septembre au 9 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Tissu aérien intermédiaire 8-12 ans	COMPLET		17h00 - 17h50	23 septembre au 9 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Yoga Flow	RESTE 1 PLACE		18h00 - 19h00	23 septembre au 9 décembre	salle du conseil, hôtel de ville SÉdB
★ Jeux et découvertes artistiques	ANNULÉ		18h00 - 20h00	7 octobre au 2 décembre (aux 2 sem.)	sous-sol, Complexe St-Édouard d'Eastman
Pilates	COMPLET		18h45 - 19h45	23 septembre au 9 décembre	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard d'Eastman
Volleyball débutant	PORTE OUVERTE		19h40 - 21h10	23 septembre au 9 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Yoga Flow	PORTE OUVERTE	jeudi	09h15 - 10h30	24 septembre au 10 décembre	bibliothèque Stukely-Sud
Tai-Chi Yang 24	PORTE OUVERTE		09h30 - 11h00	24 septembre au 10 décembre	sous-sol, église St-Cajetan de Mansonville
Essentrics et mobilité	PORTE OUVERTE		10h45 - 11h45	24 septembre au 26 novembre	salle communautaire, hôtel de ville d'Austin
Badminton (groupe)			17h30 - 19h00	24 septembre au 10 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Espagnol débutant	PORTE OUVERTE		17h30 - 19h00	24 septembre au 10 décembre	sous-sol, Complexe St-Édouard d'Eastman
Tai-Chi Dong débutant	PORTE OUVERTE		18h00 - 19h00	24 septembre au 17 décembre	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard d'Eastman
Espagnol intermédiaire	PORTE OUVERTE		19h15 - 20h45	24 septembre au 10 décembre	sous-sol, Complexe St-Édouard d'Eastman
Tai-Chi Dong intermédiaire	PORTE OUVERTE		18h30 - 19h30	24 septembre au 17 décembre	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard d'Eastman
Essentrics et mobilité	PORTE OUVERTE	vendredi	10h00 - 11h00	25 septembre au 27 novembre	sous-sol, église St-Cajetan de Mansonville
Pickleball 1.0 / 2,0 (individu)	COMPLET		18h00 - 19h30	16 octobre au 11 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball 3.5 / 4,0 (individu)	À STATUER LE 14 OCT.		19h30 - 21h00	16 octobre au 11 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball 1.0 / 2,0 (individu)	PORTE OUVERTE	samedi	08h30 - 10h30	17 octobre au 12 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball (groupe)	COMPLET		10h30 - 12h30	17 octobre au 12 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball 2.5 / 3,0 (individu)	COMPLET		12h30 - 14h00	17 octobre au 12 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
★ Découverte de la danse 4-6 ans	ANNULÉ		12h30 - 13h15	26 septembre au 12 décembre	sous-sol, Complexe St-Édouard d'Eastman
Danse Hip-Hop 7-12 ans	ANNULÉ		13h30 - 14h30	26 septembre au 12 décembre	sous-sol, Complexe St-Édouard d'Eastman
Pickleball (groupe)			14h00 - 16h00	17 octobre au 12 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball (groupe)	COMPLET		16h00 - 17h00	17 octobre au 12 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball 2.5 / 3,0 (individu)	COMPLET	dimanche	08h30 - 10h30	18 octobre au 13 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball (groupe)	COMPLET		10h30 - 12h30	18 octobre au 13 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball (groupe)			12h30 - 14h00	18 octobre au 13 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball (groupe)	COMPLET		14h00 - 16h00	18 octobre au 13 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball (groupe)	COMPLET		16h00 - 17h00	18 octobre au 13 décembre	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Ateliers		Jour	Heure	Durée	Lieu
Yoga pilates avec ballon	À STATUER LE 5 NOV.	samedi	09h30 - 12h00	7 novembre	sous-sol, Complexe St-Édouard, Eastman
★ Et si nous étions plus reliés?	À STATUER LE 12 NOV.	samedi	10h00 - 12h00	14 novembre	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard d'Eastman
Je me garde	À STATUER LE 12 NOV.	samedi	09h00 - 12h00	14 novembre	cafétéria, école Val-de-Grâce d'Eastman
Sécurité et gardiennage	À STATUER LE 12 NOV.	dimanche	09h00 - 16h00	15 novembre	cafétéria, école Val-de-Grâce d'Eastman