



Activités et loisirs automne 2016



Cours d'initiation aux patins et hockey

★Vous aimeriez être instructeur★
Contactez Lisa Boily au 418-256-3545 p.2225

Début : Date à déterminée mais prévue en octobre 2016
Lieu : Complexe sportif de La Doré
Pour les jeunes de 3 ans et plus.
★Surveillez le prochain Conseil Informe pour les détails.

Bibliothèque Gilbert-Langevin

Heures d'ouverture : Mardi de 13h à 14h30 et mercredi : 18h à 20h
Information : 418-256-3545 p. 2300

Petit rappel pour les enfants inscrits au brico
Voici les dates des prochains ateliers de bricolage à la bibliothèque.

17 septembre : Complet
12 novembre : Complet
22 octobre : Complet
17 décembre : Complet

Centre d'entraînement

1 journée : 5.00\$	1 semaine :	17.25\$
1 mois : 34.50\$	3 mois :	86.25\$
6 mois : 138.00\$	1 an :	230.00\$

Clé d'accès : 10.00\$
Ouvert 24h sur 24 et 7 jours sur 7
Certificat cadeau disponible

★Promotion du mois de septembre★
25% de rabais pour un abonnement d'un an
Pour seulement 172.45\$, ayez accès 24/24, 7/7

Centre des loisirs - Palet américain -

Début : Date à déterminée mais prévue en octobre 2016
Lieu : Centre des Loisirs de La Doré
Information : Thérèse Cantin 418-256-3649 ou
Paul-Henri Laprise 418 256-3656

Cours de Yoga

Cours : Débutant - Intermédiaire – Avancé
Début : 12 septembre 2016

Information et inscription : Janine Bélanger (418) 256-3646

Cours de conversation anglaise

Début : Date à déterminée mais prévue en septembre 2016
Heure : 18h30 à 21h
Coût : 60\$ pour 10 semaines de cours
Pour information : 418-256-3545 p.2225 ou 418-275-3980
★Surveillez le prochain Conseil Informe pour les détails.

Cours de Zumba

Inscription : Dès maintenant
Début : lundi 12 septembre 2016
Durée : 12 semaines
Lieu : Gymnase de l'école Maria-Goretti
Coût : 1 fois semaine : 75\$ / 2 fois semaine : 135\$
Deux cours par semaine : les lundis et mercredis
Information et inscription : Catherine Dallaire 418-900-3665
ou via facebook Catherine Dallaire.

Club Musclez vos méninges

Début : Date à déterminée mais prévue en septembre 2016
Lieu : Au 2e étage de l'édifice municipal
Heure : 9h à 11h
Coût : Gratuit
* Les personnes étant membres des cours précédents seront contactées.
★Surveillez le prochain Conseil Informe pour les détails.

Cours de Zumba kids et ZUMBA kids Junior

Inscription : mardi 13 septembre 2016
Début : 20 septembre 2016
Durée : 10 semaines
Heure : 17h30
Lieu : Gymnase de l'école Maria-Goretti
Coût : 45\$
1 groupe pour les 5 à 7 ans et un groupe pour les 8 à 11 ans
Information : Christine Tremblay 418-256-1019 ou
via facebook : Zumba kids avec Christine, instructeur Zumba.

Cours cardio santé

Le cours de cardio santé est de retour pour une 2^e année
Début : Septembre 2016
Durée : 9 mois
Jours : mardi et jeudi
Heure : 13h30 à 14h30
Lieu : Centre d'entraînement La Doré
Sur place, les services d'une kinésiologue et d'une infirmière à chaque cours.
Information et inscription: Carla Portolese 418-515-3880

Cours 50 fois + en forme

Début : 12 septembre 2016
Lieu : Centre des Loisirs de La Doré
Deux cours par semaine : les lundis et mercredis
Heure : 13h à 14h
Information et inscription : Véronique Vallée (418) 256-1103

Complexe sportif

Les cartes de saison individuelle et familiale seront en vente bientôt. Nous offrons également des locations de temps de glace, informez-vous!

Surveillez le prochain Conseil Informe pour connaître la tarification saisonnière du Complexe sportif.

Éveil naissance

Le club Parents-Enfants de La Doré organise des rencontres amicales où parents et enfants échantent, s'amuse et bricolent.
****NOUVEAU****
Les rencontres ont lieu à la bibliothèque Gilbert-Langevin à tous les lundis en avant-midi de 9h à 11h.
Début : 26 septembre 2016
Pour information contactez : Myriam Simard au 418-917-1007

COURS SYLVA BERGERON
CONNAISSANCE DE SOI ET
DÉVELOPPEMENT PERSONNEL APPLIQUÉ
Institut de Culture Personnelle du Québec Inc.
Une empreinte pour la vie!

LA FORMATION :
Approfondir la connaissance de soi et cultiver une psychologie positive pour une vie personnelle, professionnelle et sociale épanouie.
POUR SUIVRE SON ÉVOLUTION PERSONNELLE À TRAVERS UNE EXPÉRIENCE RICHE DE SENS ET DE POTENTIALITÉS.

Mardi 20 septembre à 19h30

au Centre des loisirs de La Doré
4951, rue des Saules

Animateur: Normand Goulet, info: 418-675-1021
INFORMATIONS: 1 877 669-1029 ou sylvabergeron.com

**Programme
Accès-Loisirs
Domaine-du-Roy**

Programme favorisant l'accès aux loisirs pour lutter contre la pauvreté



Des loisirs sportifs, culturels et de plein air pour vous, tout à fait gratuitement!



Pour information, communiquez avec l'équipe de Domaine-du-Roy en Forme au (418) 251-2116 #2303 ou visitez le www.croquelavie.ca



Suivez nous sur Facebook : www.facebook.com/municipaliteladore