

SESSION HIVER 2025

À PARTIR DU 12 JANVIER

Dimanche

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi



Gym libre

dès 9 h

Venez bouger en familles
ou entre amis.
Réservé aux résidents



Danse

17 h 30 à 18 h 30

Hip-hop
Salle des organismes
Résidents: 90 \$
Non-résidents: 105 \$



Karaté

PM

Pour inscription et
informations veuillez
communiquer avec
Sensei Michel Deslauriers
514 827-9948



Danse en ligne

18 h 30 à 20 h 30

Paulinoix
Billetterie en ligne de
Winslow Dancers ou
en argent comptant : 15\$
à l'entrée



Yoga

10 h à 11 h 15

Paulinoix
Résidents: 120 \$
Non résidents: 150 \$



Gym libre

17 h à 21 h

Venez bouger en familles
ou entre amis.
Réservé aux résidents



Karaté

AM

Pour inscription et
informations veuillez
communiquer avec
Sensei Michel Deslauriers
514 827-9948



Hockey cosom

13 h à 15 h

Gratuit
Paulinoix



Zumba

19 h à 20 h

École Alberte-Melançon
Résidents: 90 \$
Non-Résidents: 110 \$



Yoga

19 h à 20 h 15

École Alberte-Melançon
Résidents: 120 \$
Non résidents: 150 \$



Pickleball libre

18 h à 21 h

Résidents: gratuit
Non-résidents: 25 \$
Paulinoix



Cirque

Le lundi
18 h 30 à 19 h 30
7 à 12 ans

Paulinoix
Résidents: 120\$
Non-Résidents: 150 \$

Sur demande



Musique

À votre domicile

Cours de guitare électrique,
guitare sèche et piano.
Pour inscription et informations
Normand Gagné
514 893-3258
normand.gagne@hotmail.com