

## L'équipe du CCLJNT

### Membres du personnel :



**Gaétan Laperrière**  
Directeur général

**Matthieu Duchemin**  
Coordonnateur  
à la programmation

**Marie Hallé**  
Organisatrice communautaire

**Andréanne Lapointe**  
Coordonnatrice camp de jour

**Mélanie Grandmont**  
Agente administrative

**Mélanie Ferron**  
Secrétaire-réceptionniste

**Mélanie Ferron**  
Secrétaire-réceptionniste

**Anne-Marie Carignan**  
Secrétaire-réceptionniste

**Camille Deschesnes**  
Secrétaire-réceptionniste

**André Bureau**  
Concierger-Appariteur

### Notre Conseil d'administration :

**Robert Leblanc**  
Vice-président

**Bernard Guay**  
Secrétaire

**Bruno Desjardins**  
Trésorier

**Karine Trudel**  
Administratrice

**Lauraine Boisvert**  
Administratrice

**Jacques Boudreau**  
Administrateur

**Jacques Leblanc**  
Administrateur



**Marc Lemire**  
Président

### CCLJNT et Centre Félix-Leclerc

**Inscriptions au CCLJNT :**  
du 28 mars au 7 avril 2018  
CCLJNT (55, rue Mercier)  
Détails à la page 3

### Secteur Des Ormeaux

**Inscriptions au CCLJNT :**  
du 28 mars au 7 avril 2018  
CCLJNT (55, rue Mercier)  
Détails à la page 8

### Secteur St-Louis-de-France

**Inscriptions au CCLJNT :**  
du 28 mars au 7 avril 2018  
CCLJNT (55, rue Mercier)  
Détails à la page 10

**Du lundi au vendredi : 8 h 30 à 20 h | Samedi et dimanche : 8 h 30 à 16 h**

**Inscription par téléphone 819 374-4220, poste 0 (5 \$ de frais non remboursable avec Visa ou Mastercard seulement)**

**Du 28 mars au 7 avril 2018 | Nouveauté inscriptions en ligne au [www.cjnt.com](http://www.cjnt.com)**

## Informations et politiques d'inscription

Le centre Jean-Noël Trudel se réserve le droit de modifier l'horaire des cours.

### Modalités d'inscription :

- Un minimum de 50% du coût total de la facture est exigé lors de l'inscription et la balance doit être payée par chèque postdaté à la date prévue du premier cours. Les taxes ne sont pas incluses dans les prix. Cependant, les personnes de 14 ans et moins ne paient aucune taxe. Des cartes d'identité peuvent être exigées. Un rabais de 10 % est accordé, à partir du deuxième cours, incluant toutes les personnes de la même famille. Exemple : père, mère, enfant.

L'inscription est payable en espèce, par chèque, *Interac Visa et Mastercard*.



### Politiques de remboursement :

- Si le cours est annulé par le CJNT** trois options sont offertes :
- Choix d'une autre activité (selon places disponibles)
  - Remboursement complet du cours annulé (incluant frais s'y rattachant)
  - Lettre de crédit applicable sur un cours au choix du participant pour la prochaine session

#### En cas d'annulation de cours par le participant :

- Des frais d'administration de l'ordre de 10% du coût total de l'inscription seront retenus, en plus du coût associé au nombre de cours qui ont été dispensés par le CJNT avant la demande de remboursement.
- Aucun remboursement de matériel ou de location d'équipement.
- En tout temps, une personne qui a fait la demande d'un remboursement ou d'une lettre de crédit devient inadmissible aux préinscriptions et concours (s'il y a lieu).
- Le participant sera remboursé selon le mode de paiement utilisé lors de l'inscription. Pour tout ce qui est payé comptant ou par chèque, un chèque sera émis par la poste. Pour les paiements Interac/Débit ou Carte de crédit, le remboursement sera fait directement sur la carte utilisée. La réception vous contactera lorsque la facture sera prête afin d'éviter les déplacements inutiles.
- Si le participant désire une lettre de crédit, les frais de 10% ne seront pas retenus. Cependant une fois la lettre de crédit émise celle-ci n'est plus remboursable. Il est également la responsabilité du participant de présenter sa lettre de crédit lors de sa prochaine inscription.

#### Cours de 6 semaines ou plus :

- Un remboursement est possible si la réception est avisée au moins 24 heures avant la tenue du 3e cours. Contacter le 819-374-4220, poste 0.
- Une lettre de crédit est possible si la réception est avisée au moins 24 heures avant la tenue du 4e cours

#### Cours de moins de 5 semaines ou moins :

- Un remboursement est possible si la réception est avisée au moins 24h avant la tenue du 2e cours. Contacter le 819-374-4220, poste 0
- Une lettre de crédit est possible si la réception est avisée au moins 24 heures avant la tenue du 4e cours

#### Cours d'une (1) semaine :

- Un remboursement est possible si la réception en est avisé au moins une (1) semaine avant la tenue du cours. Contacter le 819-374-4220, poste 0.

# Centre loisirs Jean-Noël Trudel et Centre Félix-Leclerc ●●●

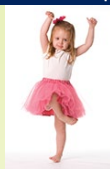
Tous les cours ont lieu au Centre loisirs Jean-Noël Trudel. Si exception, l'endroit du cours est indiqué.

## Section préscolaire/enfants (18 mois à 11 ans)

### Parcours musicales

33 \$

Samedi 9 h 00 à 9 h 45 (3 à 4 ans)  
Durée 8 semaines  
Début 14 avril  
Professeure Marie-Hélène Bonneau



### Introduction aux activités sportives

33 \$

Dimanche 9 h 00 à 9 h 45 (3 à 4 ans)  
Durée 8 semaines  
Début 15 avril  
Professeur Raphaël Michaud



### Gymnastique

33 \$ (3 à 4 ans)  
47 \$ (5 à 11 ans)

Samedi 9 h 50 à 10 h 35 (3 à 4 ans)  
10 h 45 à 11 h 45 (5 à 7 ans)  
Durée 8 semaines  
Début 14 avril  
Professeure Anne-Marie Carignan



### Hockey cosom

33 \$ (3 à 4 ans)  
47 \$ (5 à 11 ans)

*Bâton et lunette de protection non fournis.*  
Dimanche 9 h 00 à 10 h 00 (5 à 7 ans)  
10 h 05 à 11 h 05 (8 à 11 ans)  
11 h 10 à 11 h 55 (3 à 4 ans)  
Durée 8 semaines  
Début 15 avril  
Professeur Pierre-Olivier Caron Samson



### Jeux, culbutes et pirouettes

33 \$

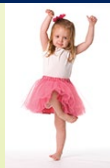
Samedi 9 h 00 à 9 h 45 (18 mois à 2 ans)  
Durée 8 semaines  
Début 14 avril



### Parcours musicales

47 \$

Samedi 10 h 00 à 11 h 00 (5 à 7 ans)  
11 h 05 à 12 h 05 (8 à 11 ans)  
Durée 8 semaines  
Début 14 avril  
Professeure Marie-Hélène Bonneau



### Mini-Tennis

47 \$

Samedi 10 h 00 à 11 h 00 (8 à 11 ans)  
Durée 8 semaines  
Début 14 avril  
Professeure Catheryn Michel



## Section préscolaire/enfants (18 mois à 11 ans) SUITE

### Petits cuistots

40 \$

+ 25 \$ (nourriture)

Samedi 9 h 00 à 10 h 00 (5 à 7 ans)  
10 h 15 à 11 h 15 (8 à 11 ans)  
Durée 8 semaines  
Début 14 avril



### Soccer

33 \$ (3 à 4 ans) 47 \$ (5 à 11 ans)

Samedi 9 h 00 à 10 h 00 (8 à 11 ans)  
10 h 05 à 11 h 05 (5 à 7 ans)  
11 h 10 à 11 h 55 (3 à 4 ans)  
Durée 8 semaines  
Début 14 avril  
Moniteur Catheryn Michel



### Trampoline

33 \$ (3 à 4 ans) 47 \$ (5 à 11 ans)

Dimanche 9 h 00 à 10 h 00 (9 à 11 ans)  
10 h 05 à 11 h 05 (5 à 6 ans)  
11 h 10 à 11 h 55 (3 à 4 ans)  
12 h 00 à 13 h 00 (7 à 8 ans)  
Durée 8 semaines  
Début 15 avril  
Moniteur Raphaël Michaud



### Guitare

60 \$

Lundi 18 h 00 à 19 h 00 (8 à 17 ans)  
Durée 8 semaines  
Début 17 avril  
Professeur Jimmy Glazer



### Initiation au Skateboard

99 \$

Samedi 9 h 00 à 10 h 00 (5-8 ans)  
10 h 30 à 11 h 30 (9-13 ans)  
Durée 6 semaines  
Début 5 mai  
Endroit **Parc des Ormeaux**  
Professeure Naomie Mariné



### Impro de parc

95 \$ (12 à 17 ans)

Mardi 18 h 30 à 20 h 00  
Durée 8 semaines  
Début 26 juin  
Endroit **Parc des Ormeaux**



Pour plus d'information, consultez le [www.improdeparc.com](http://www.improdeparc.com)

Pour obtenir  
les descriptions de cours  
consultez le [www.centrejnt.com](http://www.centrejnt.com)

# DEK HOCKEY JUNIOR ÉTÉ 2018

Cet été viens t'amuser avec l'équipe de dek hockey du CCLJNT!!

En compagnie de notre équipe de moniteurs expérimentés, votre enfant apprendra les notions de jeux de bases du dek hockey en plus de participer à des parties amicales.

## Groupe d'âges

- 3-4 ans : 9 h à 9 h 55 - 5-6 ans : 10 h à 10 h 55

- **Début** : Samedi 19 mai 2018 - 10 semaines
- **Endroit** : 245, rue de Grandmont (surface extérieure de dek hockey)
- **Coût** : 70 \$ (Chandail inclus)

Nous vous invitons à aller aimer notre page Facebook :

Dek-hockey CCLJNT Trois-Rivières pour être au courant des **nouveautés** !

**Informations et inscriptions** : 819-374-4220, #0; en personne au 55, rue Mercier ou en ligne au [www.centrejnt.com](http://www.centrejnt.com)

Programme  
structuré, joutes  
récréatives et  
amicales!



## Fête du district du Sanctuaire



Activités :  
Gonflable,  
animation, etc.!

2 juin 2018

10 h 00 à 17 h 00

Sur les terrains  
du Sanctuaire du Cap

Entrée  
gratuite!  
DÎNER À PRIX MODIQUE!



## Forfaits fêtes d'enfants

- Bouge au max
- Brico-sauté
- Endurance
- Jeux créatifs

**Vous avez accès à une salle  
aménagée pour partager  
le gâteau et les cadeaux.**

Disponible le samedi et le dimanche  
De 12 h 30 à 15 h 30 ou de 16 h 00 à 19 h 00

### Tarifs :

- ⊗ SANS ANIMATION – 70.00\$
- ⊗ AVEC ANIMATION (11 ENFANTS ET MOINS) – 110.00\$
- ⊗ AVEC ANIMATION (12 ENFANTS ET PLUS) – 145.00\$

Maximum 20 enfants (L'animation est d'une durée de 2 heures)

**Pour réservation** : 819-374-4220, poste 0 (au moins 15 jours à l'avance)

**Acompte exigé dans les 10 jours suivant la date de réservation.**

Vous ne savez plus quoi organiser pour la fête de vos enfants? Appeler-nous et nous nous ferons un plaisir de préparer avec vous une fête à la hauteur de ces attentes. Ne tardez pas pour réserver afin de vous assurer le choix de la date voulu. Au plaisir de souligner la journée d'anniversaire de votre enfant avec vous. N'oubliez pas qu'avec l'animation vous avez accès au trampoline!!!





**Du 25 juin  
au  
23 août 2018**



## **Camp de jour été 2018**

*Tu es âgé entre 5 et 12 ans et tu as envie de passé un été actif et passionnant? Viens rejoindre notre équipe qui t'en fera voir de toute les couleurs.*



### **Le Camp de jour du Centre Jean-Noël Trudel c'est :**

- Des Thématiques hebdomadaires
- Des sorties enrichissantes à chaque semaine
- Des ateliers sur les saines habitudes de vie
- Locaux climatisés et micro-ondes sur place
- Et plus encore ...

### **TARIFS hebdomadaires**

*(service de garde disponible de 7 h à 9 h et 16 h à 18 h)*

#### **Sans service de garde**

1 jour	15 \$
2 jours	30 \$
3 jours	45 \$
4 jours	60 \$
5 jours	65 \$

#### **Service de garde inclus**

1 jour	20 \$
2 jours	40 \$
3 jours	60 \$
4 jours	80 \$
5 jours	85 \$

Surveillez notre site internet : [www.centrejnt.com](http://www.centrejnt.com)  
pour en savoir davantage sur la programmation  
de notre camp de jour estival.

# Centre loisirs Jean-Noël Trudel et Centre Félix-Leclerc

Tous les cours ont lieu au Centre loisirs Jean-Noël Trudel. Si exception, l'endroit du cours est indiqué.

## Aérobic et mise en forme

Voir aussi les sections Centre des Ormeaux et St-Louis-de-France

Durée : 8 semaines de cours / Début des cours : Semaine du 9 avril 2018 Endroit : CCLJNT (Salle L-B)

### TARIFICATION SPÉCIALE

1 cours/semaine 48 \$

2 cours/semaine 81 \$

3 cours/semaine 106 \$

4 cours/semaine 130 \$

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Avant-midi	<b>Cardio Multi 50 et +</b> 9 h 30 à 10 h 25 Doris St-Arnaud		<b>Cardio Multi50 et +</b> 9 h 30 à 10 h 25 Doris St-Arnaud		
	<b>Yoga avec chaise</b> 10 h 45 à 11 h 40 Doris St-Arnaud	<b>Zumba Gold</b> 11 h 15 à 12 h 10 Stéphanie Trudel	<b>Pilates-Stretching</b> 10 h 45 à 11 h 40 Doris St-Arnaud	<b>Zumba Gold Toning</b> 10 h 30 à 11 h 25 Stéphanie Trudel	
Soir	<b>Piloxing Barre</b> 17 h 15 à 18 h 10 Paméla Huot	<b>Zumba Fitness</b> 17 h 15 à 18 h 10 Marie-Hélène Bonneau	<b>Piloxing</b> 17 h 30 à 18 h 25 Paméla Huot	<b>Zumba Fitness + Step</b> 17 h 15 à 18 h 10 Marie-Hélène Bonneau	
	<b>Tabata et AFC</b> 18 h 15 à 19 h 10 Paméla Huot	<b>Zumba Toning+Step</b> 18 h 15 à 19 h 10 Marie-Hélène Bonneau		<b>Strong By Zumba</b> 18 h 15 à 19 h 10 Marie-Hélène Bonneau	

## Aqua Forme et Aqua Douceur

Durée : 8 semaines de cours / Début des cours : : Semaine du 16 avril 2018 Endroit : Résidence le Duplessis

### Tarifification spéciale

1 cours/semaine 62 \$

2 cours/semaine 104 \$

Professeures : Anne-Marie Provencher, Paméla Huot, Amélie Samson, Évelyne Blanchet

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	Vendredi
Avant-midi					<b>Aqua Douceur</b> 9 h 00 à 9 h 55
					<b>Aqua Forme</b> 10 h 00 à 10 h 55
	<b>Aqua Douceur</b> 11 h 00 à 11 h 55				<b>Aqua Forme</b> 11 h 00 à 11 h 55
Midi	<b>Aqua Forme</b> 12 h 00 à 12 h 55		<b>Aqua Latino</b> 12 h 00 à 12 h 55		<b>Aqua Forme</b> 12 h 00 à 12 h 55
Après-midi	<b>Aqua Douceur</b> 13 h 00 à 13 h 55	<b>Aqua Douceur</b> 13 h 00 à 13 h 55	<b>Aqua Latino</b> 13 h 00 à 13 h 55		
	<b>Aqua Forme</b> 14 h 00 à 14 h 55	<b>Aqua Forme</b> 14 h 00 à 14 h 55	<b>Aqua Cœur</b> 14 h 00 à 14 h 55		
		<b>Aqua Forme</b> 15 h 00 à 15 h 55	<b>Aqua Latino</b> 15 h 00 à 15 h 55		
Soir	<b>Aqua Forme</b> 18 h 30 à 19 h 25		<b>Aqua Douceur</b> 18 h 30 à 19 h 25		
	<b>Aqua Douceur</b> 19 h 30 à 20 h 25		<b>Aqua Forme</b> 19 h 30 à 20 h 25		

**Aqua Forme** Axé sur le cardio, rythme et intensité élevé.  
Pré-requis : vous devez être à l'aise dans l'eau et en bonne forme physique.

**Aqua Douceur** Adapté pour les débutants, pour les femmes enceintes, les personnes en réadaptation physique et la clientèle aînée.

**Aqua Cœur** Cours conçu et adapté spécialement pour les personnes ayant une / ou des maladies chroniques (problèmes cardiaques et métaboliques). Vise le plaisir tout en respectant ses propres limites ainsi que celles recommandées par le médecin.

**Aqua Douceur** Axé sur le cardio et la musculation au son d'une musique latine.  
Offre une variété complètement différente qui vous fera sentir dans les pays chauds tout au long de l'année.


# Centre loisirs Jean-Noël Trudel et Centre Félix-Leclerc

Tous les cours ont lieu au Centre loisirs Jean-Noël Trudel. Si exception, l'endroit du cours est indiqué.


## Section adultes - Activités physiques

Golf		135 \$
Samedi	9 h 00 à 9 h 45 (18 mois à 2 ans)	
Mercredi	13 h 30 à 14 h 30 (Débutant-Interm.)	
Durée	5 semaines	
Début	2 mai	
Professeur	Bob Bouchard	
Endroit		Club de golf les Rivières
Pickleball libre		4,50 \$/par participation
Jeudi		10 h 00 à 11 h 00 Tous les jeudis d'avril et mai

## Adultes - Arts et culture


Tricot		79 \$
		(Matériel non inclus)
Lundi	13 h 30 à 15 h 30 (Débutant) 18 h 00 à 20 h 00 (Débutant)	
Mardi	18 h 00 à 20 h 00 (Avancé)	
Durée	8 semaines	
Début	16 avril	
Professeure	Marie-Claude Villeneuve	

Peinture à l'huile et techniques		47 \$
		(Matériel non inclus)
Lundi	13 h 00 à 16 h 00	
Durée	5 semaines	
Début	16 avril	
Professeure	Lise Dumont	


Initiation aux techniques de dessin		58 \$
		(Matériel non inclus)
Mardi	18 h 30 à 20 h 30	
Durée	8 semaines	
Début	17 avril	
Professeure	Véronique Dumais	


Guitare		60 \$
Lundi	18 h 00 à 19 h 00 (débutant) 19 h 05 à 20 h 05 (intermédiaire)	
Durée	8 semaines	
Début	17 avril	
Professeur	Jimmy Glazer	

Peinture aquarelle		70 \$
		+18 \$ (matériel)
Jeudi	18 h 30 à 20 h 00	
Durée	8 semaines	
Début	19 avril	
Professeure	Nadia Bégin	

Couture		79 \$
Mercredi	18 h 00 à 20 h 00	
Durée	8 semaines	
Début	18 avril	
Professeure	Josée Courteau	


## Adultes - Cuisine (suite)

Cuisine asiatique		84 \$
		+35 \$ (nourriture)
Vendredi	18 h 00 à 20 h 00	
Durée	8 semaines	
Début	20 avril	
Professeure	Geneviève Marchand, Diplômée en cuisine	

Cuisine méditerranéenne		84 \$
		+35 \$ (nourriture)
Jeudi	18 h 00 à 20 h 00	
Durée	8 semaines	
Début	19 avril	
Professeure	Geneviève Marchand, Diplômée en cuisine	

Cuisine santé et végétarienne		84 \$
		+35 \$ (nourriture)
Lundi	18 h 00 à 20 h 00	
Durée	8 semaines	
Début	16 avril	
Professeure	Geneviève Marchand, Diplômée en cuisine	

## Adultes - Danse

Danse en ligne		8 \$
		Par participation
Jeudi	19 h 30 à 20 h 25 (débutant)	
Vendredi	18 h 15 à 19 h 10 (débutant session 2)	
Vendredi	19 h 15 à 20 h 10 (intermédiaire)	
Professeur	Martine Bonneau	

## Adultes - Informatique - Initiation

ANDROID		33 \$
		(Apporter votre ANDROID)
Mercredi	13 h 30 à 15 h 30	
Durée	3 semaines	
Date	18, 25 avril et 2 mai	
Professeur	Véronique Chancy	
FACEBOOK		33 \$
		(Apporter votre portable, I-Pad ou Android)
Mercredi	9 h 30 à 11 h 30	
Durée	3 semaines	
Date	18, 25 avril et 2 mai	
Professeur	Véronique Chancy	
I-PAD		33 \$
		(Apporter votre I-PAD)
Jeudi	13 h 30 à 15 h 30	
Durée	3 semaine	
Date	19, 26 avril et 3 mai	

## Adultes - Secourisme

Premiers soins enfants CPE/Garderies		65 \$
Jeudi	8 h 30 à 16 h 30	
Samedi	8 h 30 à 16 h 30	
Durée	8 heures	
Dates	3 mai ou 12 mai	
Cardio-Secours RCR/DEA		60 \$
Dimanche	13 h 00 à 16 h 30	
Dates	20 mai	
Professeure	Paméla Huot (Fondations des maladies du cœur)	



# Centre loisirs Jean-Noël Trudel et Centre Félix-Leclerc

Tous les cours ont lieu au Centre loisirs Jean-Noël Trudel. Si exception, l'endroit du cours est indiqué.

## Adultes – Langues

Anglais avancé		72 \$
Jeu	19 h 00 à 21 h 00	Durée 8 semaines
Début	26 avril	
Professeure	Maria Laura Orellana	
Anglais (Débutant)		72 \$
Mardi	19 h 00 à 21 h 00	Durée 8 semaines
Début	17 avril	
Anglais de voyage		72 \$
Mercredi	19 h 00 à 21 h 00	Durée 8 semaines
Début	18 avril	
Professeure	Estefania Montez Mena	
Espagnol		72 \$
Lundi	19 h 00 à 21 h 00	(Débutant)
Mercredi	19 h 00 à 21 h 00	(Avancé)
Durée	8 semaines	
Début	16 et 18 avril	Professeure Gina Franco

## Adultes – Santé et mieux-être

Tai chi		72 \$
Durée	8 semaines	
Début	10 avril	
Professeur	Patrick Bontemps	
<b>16 mouvements - Débutant - intermédiaire</b>		
Mardi	10 h 05 à 11 h 05	
<b>42 mouvements - Intermédiaire - avancé</b>		
Mardi	9 h 00 à 10 h 00	
Yoga (Approche Vini Yoga)		69 \$
Mercredi	16 h 30 à 17 h 45	(débutant)
	18 h 00 à 19 h 15	(multi-niveau)
	19 h 30 à 20 h 45	(méditation)
Durée	8 semaines	
Début	11 avril	
Endroit	Centre Félix Leclerc	
Professeure	Claire Beaulieu, accrédité CTY	



## Centre Des Ormeaux et les environs

### Aérobic et mise en forme

Voir aussi les sections CCLJNT et St-Louis-de-France

Durée : 8 semaines de cours / Début des cours : Semaine du 9 avril 2018 Endroit : Centre Des Ormeaux

#### TARIFICATION SPÉCIALE

1 cours/semaine 48 \$      2 cours/semaine 81 \$      3 cours/semaine 106 \$      4 cours/semaine 130 \$

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Avant-midi		<b>Cardio AM 50 et +</b> 9 h 30 à 10 h 30 Doris St-Arnaud		<b>Pilates 50 et +</b> 9 h 00 à 9 h 55 Doris St-Arnaud	
				<b>Cardio AM 50 et +</b> 10 h 30 à 11 h 25 Doris St-Arnaud	
Soir	<b>Zumba Fitness</b> 17 h 15 à 18 h 10 Marie-Hélène Bonneau		<b>Zumba Fitness+ Step</b> 17 h 15 à 18 h 10 Marie-Hélène Bonneau		
	<b>Cond.Musique</b> 18 h 15 à 19 h 10 Marie-Hélène Bonneau	<b>Pound</b> 18 h 30 à 19 h 25 Paméla Huot	<b>Cardio Intervalle</b> 18 h 40 à 19 h 35 Paméla Huot		
	<b>Yogalates</b> 19 h 15 à 20 h 10 Doris St-Arnaud	<b>Piloxing</b> 19 h 30 à 20 h 25 Paméla Huot			

## Section adultes - Santé et mieux-être

Yoga (Approche Vini Yoga)		69 \$
Mercredi	16 h 30 à 17 h 45 (débutant)	
	18 h 00 à 19 h 15 (multi-niveau)	
	19 h 30 à 20 h 30 (méditation)	
Durée	8 semaines	
Début	8 avril	
Endroit	Centre des Ormeaux	
Professeure	Claire Beaulieu	
Yoga vitalité 50+		69 \$
Lundi	16 h 30 à 17 h 45	
Durée	8 semaines	
Début	9 avril	
Endroit	Centre des Ormeaux	
Professeure	Édith Baril	

Yoga sur chaise		69 \$
Lundi	18 h 00 à 19 h 15	
Durée	8 semaines	
Début	9 avril	
Endroit	Centre des Ormeaux	
Professeure	Édith Baril	
Aqua Douceur		62 \$
Samedi	9 h 00 à 10 h 00	
	10 h 05 à 11 h 05	
Durée	8 semaines	
Début	21 avril	
Endroit	Résidence du Manoir -A des Ormeaux	
Professeure	Ariane Leblanc	

## Location de terrains sportifs et contrats

Réservation selon les disponibilités :  
**819 374-4220, poste 0**  
 (au moins 24 heures à l'avance)



**L'un des rares terrains de racquetball en Mauricie!**

### Badminton - Racquetball

Jour (entre 9 h 00 et 17 h 00)	Contrat jour (entre 9 h 00 et 17 h 00)	Soir (entre 17 h 00 et 21 h 00)	Contrat soir (entre 17 h 00 et 21 h 00)
5,50 \$/heure Par personne	5,00 \$/heure Par personne	6,50 \$/heure Par personne	6,00 \$/heure Par personne

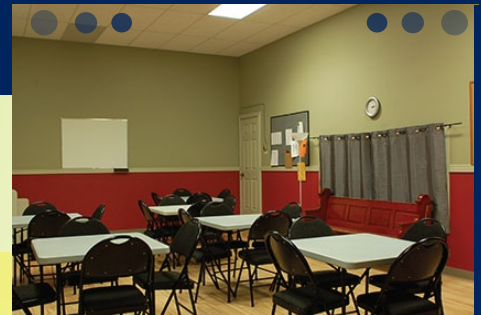
### Volleyball - Basketball - Etc.



Jour (entre 9 h 00 et 17 h 00)	Soir (entre 17 h 00 et 21 h 00)	Contrat (8 semaines et +)
23 \$/1 heure Par groupe	26 \$/1 heure Par groupe	21 \$/1 heure Par groupe

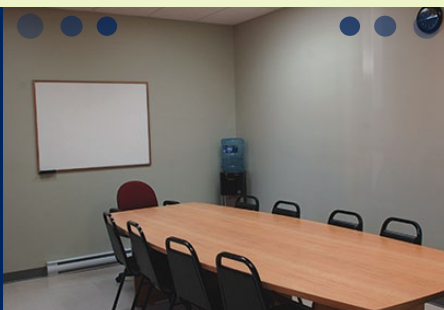
## Location de salles

Réservation selon les disponibilités :  
**819 374-4220, poste 0**  
 (au moins 24 heures à l'avance)



**Louez nos salles de réception pour :**  
 baptême, mariage, retour funéraire, party de bureau,  
 5 à 7, réunion de tous genres, etc.

<b>205 personnes</b> Salle Lionel Bordeleau À partir de <b>92 \$</b>	<b>40 personnes</b> Salle Rendez-vous sportif À partir de <b>42 \$</b>	<b>40 personnes</b> Salle Rendez-vous sportif + gymnase, local 1 À partir de <b>60 \$</b>	<b>12 personnes</b> Local 1 À partir de <b>27 \$</b>	<b>40 personnes</b> Local 3 et 4 À partir de <b>42 \$</b>
----------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------





## Section parent-enfants (gratuit pour le parent)

### Hockey cosom (8 ans et +)

47 \$  
enfant

Venez-vous amuser avec votre enfant. Petites techniques et partie amicale pour vous faire bouger.

Dimanche 11 h 10 à 12 h 10

Durée 8 semaines

Début 15 avril

Endroit École Louis-de-France,  
Gymnase 2



### Kin Ball (5 ans et +)

47 \$  
enfant

Venez découvrir ou redécouvrir cette activité tout en vous amusant avec votre enfant.

Samedi 11 h 10 à 12 h 10

Durée 8 semaines

Début 14 avril

Endroit École Louis-de-France, gymnase 2

## Section préscolaire (18 mois à 4 ans)

### Développe tes mouvements

33 \$

Votre enfant apprendra différentes culbutes et pirouettes ! En plus, il pourra participer à différents jeux qui lui seront proposés.

Samedi 9 h 00 à 9 h 45 (18 mois à 2 ans)  
9 h 50 à 10 h 35 (3 à 4 ans)

Durée 8 semaines

Début 14 avril

Endroit École Louis-de-France,  
Gymnase 1



### Viens te faire raconter en mouvement

33 \$  
enfant

Votre enfant apprendra différentes culbutes et pirouettes ! En plus, il pourra participer à différents jeux qui lui seront proposés.

Samedi 9 h 00 à 9 h 45 (18 mois à 2 ans)  
9 h 50 à 10 h 35 (3 à 4 ans)

Durée 8 semaines

Début 14 avril

Endroit École Louis-de-France, gymnase 1



## Section enfants - Arts et culture

### Petit Marmiton

40 \$  
+ 20 \$ (nourriture)

Samedi 9 h 00 à 10 h 00 (5 à 7 ans)  
10 h 15 à 11 h 15 (8 à 11 ans)

Durée 8 semaines

Début 14 avril

Endroit École Blanche de Castille



## Section enfants (5 à 11 ans)

### Hockey cosom (8 ans et +)

47 \$  
enfant

Votre enfant apprendra les bases du hockey, différents jeux lui seront proposés et participera aussi à des parties amicales.

Dimanche 9h 00 à 10h00 (5 à 8 ans)  
10h05 à 11h05 (9 à 12 ans)

Durée 8 semaines

Début 15 avril

Endroit École Louis-de-France, Gymnase 2



### Kin Ball (5 ans et +)

47 \$  
enfant

Venez découvrir ou redécouvrir cette activité tout en vous amusant avec votre enfant.

Samedi 11 h 10 à 12 h 10

Durée 8 semaines

Début 14 avril

Endroit École Louis-de-France, gymnase 2

## Section adultes - Activités physiques

### Cardio Musculaire 50 + (Plein air)

48\$

Mardi 10h30 à 11h30

Durée 8 semaines

Début 10 avril

Endroit Salle Multifonctionnelle et  
Terre des loisirs quand la  
température le permet

Professeur Paméla Huot (Kinésiologue)



## Aérobic et mise en forme

Voir aussi les sections CCLJNT et  
Centre Des Ormeaux

Durée : 8 semaines de cours / Début des cours : Semaine du 9 avril 2018 Endroit : Salle Multifonctionnelle

Tarification spéciale

1 cours/semaine 48 \$

2 cours/semaine 81 \$

3 cours/semaine 106 \$

4 cours/semaine 130 \$

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
Avant-midi		Stretching-Relaxation 50+ 9 h 30 à 10 h 25 Paméla Huot		Zumba Gold 9 h 00 à 9 h 55 Stéphanie Trudel
Soir	Zumba Fitness 19 h 30 à 20 h 25 Marie-Hélène Bonneau			Zumba Gold 19 h 30 à 20 h 25 Marie-Hélène Bonneau

## Section adultes - Langues

### Anglais voyage 1 (Niveau débutant)

72 \$

Photocopies incluses

Lors de vos voyages vous aimeriez vous débrouiller davantage en anglais ? Différentes situations-voyage seront abordés. Conversation de base accompagnée de notions de grammaire.



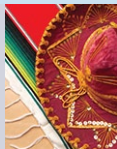
Jeudi 19 h 00 à 21 h 00  
Durée 8 semaines  
Début 12 avril  
Endroit École Blanche de Castille

### Espagnol de voyage 1 (Niveau débutant)

72 \$

Photocopies incluses

Notions de base permettant de communiquer efficacement en voyage.



Mercredi 19 h 00 à 21 h 00  
Durée 8 semaines  
Début 11 avril  
Endroit École Blanche de Castille  
Professeur Maury Lucy Garcia Diaz

### Espagnol de voyage 2 (Niveau débutant)

72 \$

Photocopies incluses

Notions de base permettant de communiquer efficacement en voyage.

Mardi 19 h 00 à 21 h 00  
Durée 8 semaines  
Début 10 avril  
Endroit École Blanche de Castille  
Professeur Maury Lucy Garcia Diaz

## Section adultes - Alimentation

### Expérience culinaire (atelier)

1 soir/ 36 \$  
+25 \$ (nourriture)

Mercredi 19 h 00 à 22 h 00  
Dates 18 avril Pâtes fraîches maison  
25 avril Salade repas  
2 mai Secret de BBQ  
Endroit École Blanche de Castille



### Aménager mon terrain

40 \$

Jeudi 19 h 00 à 21 h 00  
Durée 4 semaines  
Début 10 mai  
Endroit École Blanche de Castille



### Aménager mon potager

40 \$

Jeudi 19 h 00 à 21 h 00  
Durée 4 semaines  
Début 12 avril  
Endroit École Blanche de Castille



Centre communautaire de loisirs  
**Jean-Noël Trudel**  
et la Fondation du Club Richelieu  
Cap-de-la-Madeleine vous invitent



## Invitation

Vendredi 25 mai 2018 à 18 h

Les profits seront versés  
aux oeuvres du Centre  
Jean-Noël Trudel

100 \$

**Moules - Frites**  
à volonté

Vin et bière inclus



Salle des Ormeaux, 300 rue Chapleau, Trois-Rivières G8W 1Z9

Pour plus d'information et réservation : 819-374-4220, poste 0

[www.centrejnt.com](http://www.centrejnt.com)

## spectacle



**Spectacle regroupant des artistes locaux  
de différentes sphères artistiques**

(chant, danse, humour, etc...)

Invité spécial Rick Hughes

Vendredi 20 avril 2018 à 19 h 30 au Centre Culturel Pauline-Julien, 150, rue Fusey  
**40 \$ incluant vin et bouchées** avec service aux tables

