

PROGRAMMATION LOISIRS AUTOMNE 2023

INSCRIPTIONS OUVERTES DÈS LE 12 AOÛT 2023

En ligne www.roxtonpond.ca ou
en personne à l'hôtel de ville (dans
la fente à côté de la porte
d'entrée) au 901, rue St-Jean.

***Les inscriptions en ligne seront
priorisées et seuls les dossiers
complets seront traités
(formulaire complété et
paiement joint)**

Pour les cours de danse country :
**Inscriptions avant
le 6 septembre 2023**

Pour les autres cours :
**Inscriptions avant
le 20 septembre 2023**

Informations :
450 372-6875

**LES DATES
LIMITES**

MÉLI-MÉLO

LUNDI 9 h 30 à 10 h 30
25 septembre au 11 décembre

55 ans et plus

70 \$: Sous-sol du centre
12 séances : communautaire
(905, rue Saint-Jean)

Cours pour débutants comprenant des
exercices variés pour améliorer
l'équilibre, le tonus musculaire, le cardio
et la flexibilité dans une ambiance
conviviale et détendue.

Matériel : Bouteille d'eau, vêtements
confortables, souliers de sport et
serviette.

Responsable : Marie-Maude Lebel

MÉLI-MÉLO

MERCREDI 9 h 30 à 10 h 30
27 septembre au 13 décembre

55 ans et plus

70 \$: Sous-sol du centre
12 séances : communautaire
(905, rue Saint-Jean)

Cours pour débutants comprenant des
exercices variés pour améliorer
l'équilibre, le tonus musculaire, le cardio
et la flexibilité dans une ambiance
conviviale et détendue.

Matériel : Bouteille d'eau, vêtements
confortables, souliers de sport et
serviette.

Responsable : Marie-Maude Lebel

DANSE COUNTRY

LUNDI 18 h 30 à 19 h 30
11 septembre au 11 décembre

TOUS - DÉBUTANT

98 \$: Sous-sol du centre
14 séances : communautaire
(905, rue Saint-Jean)

14 séances de danse country pop de
niveau **débutant**. Une danse enseignée
chaque semaine + la révision des danses
des semaines précédentes! Venez
bouger avec nous!

Matériel : Bouteille d'eau, vêtements
confortables.

Responsable : Jaimy M-Brien

DANSE COUNTRY

LUNDI 19 h 30 à 20 h 30
11 septembre au 11 décembre

TOUS - INTERMÉDIAIRE

98 \$: Sous-sol du centre
14 séances : communautaire
(905, rue Saint-Jean)

14 séances de danse country pop de
niveau **intermédiaire**. Une danse
enseignée chaque semaine + la révision
des danses des semaines précédentes!
Venez bouger avec nous!

Matériel : Bouteille d'eau, vêtements
confortables.

Responsable : Jaimy M-Brien

PICKLEBALL

LUNDI 19 h à 21 h 30
25 septembre au 11 décembre

TOUS

60 \$: Gymnase de l'école
12 séances : Les Mésanges
(676, av. du Lac)

Séance de pickleball libre joué en
double d'une durée de **2 h 30**. Activité
sociale et récréative. Maximum 20
joueurs pour les 3 terrains, rotation à
chaque partie.

Matériel : Bouteille d'eau, vêtements et
souliers de sport, raquette et balle.

Responsable : Activité libre

PICKLEBALL

JEUDI 20 h à 21 h 30
28 septembre au 14 décembre

TOUS

50 \$: Gymnase de l'école
12 séances : Les Mésanges
(676, av. du Lac)

Séance de pickleball libre joué en
double d'une durée de **1 h 30**. Activité
sociale et récréative. Maximum 18
joueurs pour les 3 terrains, rotation à
chaque partie.

Matériel : Bouteille d'eau, vêtements et
souliers de sport, raquette et balle.

Responsable : Activité libre

BADMINTON

MARDI 18 h à 19 h 30
26 septembre au 12 décembre

TOUS

50 \$: Gymnase de l'école
12 séances : Les Mésanges
(676, av. du Lac)

Séance de badminton libre joué en
double d'une durée de **1 h 30**. Activité
sociale et récréative. Maximum 18
joueurs pour les 3 terrains, rotation à
chaque partie.

Matériel : Bouteille d'eau, vêtements et
souliers de sport, raquette et moineau.

Responsable : Activité libre

PROGRAMMATION LOISIRS AUTOMNE 2023

MINI-VOLLEYBALL

MARDI 19 h 45 à 21 h 15
26 septembre au 12 décembre

TOUS

50 \$
12 séances

Gymnase de l'école
Les Mésanges
(676, av. du Lac)

Séance de mini-volleyball libre joué en équipe de 4, sur terrains de badminton, d'une durée de **1 h 30**. Maximum 20 joueurs pour les 2 terrains, rotation à chaque point ou selon consensus des participants présents.

Matériel : Bouteille d'eau, vêtements et souliers de sport.

Responsable : Activité libre

ZUMBA

MARDI 19 h à 20 h
26 septembre au 12 décembre

18 ans et plus

70 \$
12 séances

En haut du centre
communautaire
(905, rue Saint-Jean)

Activité rassembleuse qui combine des mouvements d'aérobic et de danse (Merengue, Salsa, Soca, Cumbia, Bollywood et bien d'autres). Moment magique et libérateur.

Matériel : Bouteille d'eau, vêtements confortables, souliers de sport et serviette.

Responsable : Cynthia Bergeron

MARCHE TONUS

JEUDI 13 h 30 à 14 h 30
28 septembre au 30 novembre

55 ans et plus

60 \$
10 séances

Départ au gazébo
de l'église
(940, rue Principale)

Marche en groupe à l'extérieur, incluant des exercices d'entraînement musculaire sous différentes formes. Beau temps, mauvais temps, sauf en cas d'orages ou de tempête.

Matériel : Bouteille d'eau, vêtements confortables adaptés à la température.

Responsable : Marie-Maude Label

KARATÉ

MERCREDI 17 h 45 à 18 h 30
27 septembre au 13 décembre

4 à 6 ans

70 \$
12 séances

Gymnase de l'école
Les Mésanges
(676, av. du Lac)

*Prévoir d'acheter un karaté Gi au coût de 65\$ pendant la session (en vente auprès du professeur)

Matériel : Bouteille d'eau et vêtements de sport.

Responsable : Équipe du Centre Shin

KARATÉ

MERCREDI 18 h 30 à 19 h 30
27 septembre au 13 décembre

7 à 12 ans

70 \$
12 séances

Gymnase de l'école
Les Mésanges
(676, av. du Lac)

*Prévoir d'acheter un karaté Gi au coût de 65\$ pendant la session (en vente auprès du professeur)

Matériel : Bouteille d'eau et vêtements de sport.

Responsable : Équipe du Centre Shin

AUTODÉFENSE

MERCREDI 19 h 30 à 20 h 30
27 septembre au 13 décembre

13 ans et plus

70 \$
12 séances

Gymnase de l'école
Les Mésanges
(676, av. du Lac)

Augmentez votre confiance personnelle grâce à des mises en situation qui vous apprendront à vous débrouiller et à vous défendre de façon réaliste et efficace en cas d'agression.

Matériel : Bouteille d'eau et vêtements confortables.

Responsable : Équipe du Centre Shin

HATHA YOGA

MERCREDI 19 h 30 à 20 h 30
27 septembre au 13 décembre

18 ans et plus

70 \$
12 séances

En haut du centre
communautaire
(905, rue Saint-Jean)

Postures de yoga réalisées en portant une attention particulière au souffle et au ressenti du corps. Diverses variantes sont proposées. Certaines techniques de respiration et des moments de détente sont aussi intégrés à ce cours.

Matériel : Bouteille d'eau, tapis de yoga et couverture.

Responsable : Nathalie Lapierre

HATHA YOGA

VENDREDI 10 h 30 à 11 h 30
29 septembre au 15 décembre

18 ans et plus

70 \$
12 séances

Sous-sol du centre
communautaire
(905, rue Saint-Jean)

Postures de yoga réalisées en portant une attention particulière au souffle et au ressenti du corps. Diverses variantes sont proposées. Certaines techniques de respiration et des moments de détente sont aussi intégrés à ce cours.

Matériel : Bouteille d'eau, tapis de yoga et couverture.

Responsable : Nathalie Lapierre

HIP HOP

JEUDI 17 h 45 à 18 h 45
28 septembre au 14 décembre

5 à 7 ans

70 \$
12 séances

Sous-sol du centre
communautaire
(905, rue Saint-Jean)

Cours de danse Hip Hop offert par une professeure de l'école Tendanse

Matériel : Bouteille d'eau, vêtements confortables et souliers fermés.

Responsable : Léa Morin

PROGRAMMATION LOISIRS AUTOMNE 2023

HIP HOP

JEUDI 19 h à 20 h
28 septembre au 14 décembre

8 à 12 ans

70 \$
12 séances

Sous-sol du centre
communautaire
(905, rue Saint-Jean)

Cours de danse Hip Hop offert par une
professeure de l'école Tendanse

Matériel : Bouteille d'eau, vêtements
confortables et souliers fermés.

Responsable : Léa Morin

SOCCER FUTSAL

JEUDI 17 h 45 à 18 h 30
28 septembre au 16 novembre

3 à 5 ans

65 \$
8 séances

Gymnase de l'école
Les Mésanges
(676, av. du Lac)

Initiation au soccer par le jeu à travers
des activités ludiques permettant une
familiarisation avec la maîtrise du ballon
(courir, toucher, frapper, contrôler).

Matériel : Bouteille d'eau, vêtements et
souliers de sport.

Responsables : Martine Leduc et André Bédard

SOCCER FUTSAL

JEUDI 18 h à 19 h
28 septembre au 16 novembre

6 à 8 ans

65 \$
8 séances

Gymnase de l'école
Les Mésanges
(676, av. du Lac)

Approfondissement des apprentissages
avec ajouts tactiques en plus de
travailler les fondamentaux tels que les
passes, les tirs, la conduite et le dribble.

Matériel : Bouteille d'eau, vêtements et
souliers de sport, **protège-tibias**.

Responsables : Martine Leduc et André Bédard

SOCCER FUTSAL

JEUDI 18 h 30 à 19 h 30
28 septembre au 16 novembre

8 à 10 ans

65 \$
8 séances

Gymnase de l'école
Les Mésanges
(676, av. du Lac)

Approfondissement des apprentissages
avec ajouts tactiques en plus de
travailler les fondamentaux tels que les
passes, les tirs, la conduite et le dribble.

Matériel : Bouteille d'eau, vêtements et
souliers de sport, **protège-tibias**.

Responsables : Martine Leduc et André Bédard

GYMNASTIQUE

DIMANCHE 8 h à 8 h 45
24 septembre au 10 décembre

4 à 5 ans

70 \$
12 séances

Gymnase de l'école
Les Mésanges
(676, av. du Lac)

L'enfant développera ses aptitudes
motrices à travers des stations, des jeux
ludiques et différents déplacements et
positions stationnaires.

Matériel : Bouteille d'eau et vêtements
de sport.

Responsable : Lili-Mai Charest

GYMNASTIQUE

DIMANCHE 9 h à 10 h
24 septembre au 10 décembre

6 à 7 ans

70 \$
12 séances

Gymnase de l'école
Les Mésanges
(676, av. du Lac)

L'enfant développera ses aptitudes
motrices à travers des stations, des jeux
ludiques et différents déplacements et
positions stationnaires.

Matériel : Bouteille d'eau et vêtements
de sport.

Responsable : Lili-Mai Charest

GYMNASTIQUE

DIMANCHE 10 h 15 à 11 h 15
24 septembre au 10 décembre

6 à 7 ans

70 \$
12 séances

Gymnase de l'école
Les Mésanges
(676, av. du Lac)

L'enfant développera ses aptitudes
motrices à travers des stations, des jeux
ludiques et différents déplacements et
positions stationnaires.

Matériel : Bouteille d'eau et vêtements
de sport.

Responsable : Lili-Mai Charest

GYMNASTIQUE

DIMANCHE 11 h 30 à 12 h 30
24 septembre au 10 décembre

6 à 7 ans

70 \$
12 séances

Gymnase de l'école
Les Mésanges
(676, av. du Lac)

L'enfant développera ses aptitudes
motrices à travers des stations, des jeux
ludiques et différents déplacements et
positions stationnaires.

Matériel : Bouteille d'eau et vêtements
de sport.

Responsable : Lili-Mai Charest

GYMNASTIQUE

DIMANCHE 13 h à 14 h
24 septembre au 10 décembre

8 à 12 ans

70 \$
12 séances

Gymnase de l'école
Les Mésanges
(676, av. du Lac)

L'enfant développera ses aptitudes
motrices à travers des stations, des jeux
ludiques et différents déplacements et
positions stationnaires.

Matériel : Bouteille d'eau et vêtements
de sport.

Responsable : Lili-Mai Charest

ACTIVITÉS AUTOMNE 2023

ATELIER DESSIN MONSTRUEUX

VENDREDI 13 H À 14 H 30
27 octobre (pédagogique)

6 à 12 ans

15 \$
90 minutes

Sous-sol du centre
communautaire
(905, rue Saint-Jean)

Pour te mettre dans l'ambiance de l'halloween, viens créer et apprendre à dessiner des monstres avec l'artiste Jessica Ruel, illustratrice jeunesse.

Matériel fourni : Crayons de mine, effaces, aiguisoirs, crayons de couleurs, marqueurs, papier et papier kraft

Responsable : Jessica Ruel, illustratrice

PRÊTS À RESTER SEULS!

Samedi 10 h à 16 h
25 novembre à Ste-Cécile-de-Milton

Dès 9 ans

35 \$
6 heures

Centre
communautaire
(130, rue Principale)

Cours de Prêts à rester seuls! offert en partenariat avec Atout Plus partenaire de formation de la Croix-Rouge Canadienne.

Matériel : Lunch froid, collations, crayons, efface.

Inscription :

www.claudinegagnon.as.me/PRSnovembre

GARDIENS AVERTIS

Dimanche 9 h à 17 h
26 novembre à Roxton Pond

Dès 11 ans

45 \$
8 heures

En haut du centre
communautaire
(905, rue Saint-Jean)

Cours de Gardiens Avertis offert en partenariat avec Atout Plus, partenaire de formation de la Croix-Rouge Canadienne.

Matériel : Lunch froid, collations, crayons, efface.

Inscription :

www.claudinegagnon.as.me/GAROXTON



TOAST CAFÉ

55 ans et plus
GRATUIT

CENTRE COMMUNAUTAIRE
À 8 H 30

MARDI 19 SEPTEMBRE 2023
MARDI 17 OCTOBRE 2023
MARDI 21 NOVEMBRE 2023
MARDI 19 DÉCEMBRE 2023



NOUVEAU

Qidigo

NOUVEAU

Nouvelle plateforme pour les inscriptions aux loisirs. Dites bonjour à Qidigo!
Inscrivez-vous avec votre adresse Google afin de ne plus jamais oublier votre mot de passe. Ne tardez pas pour vous inscrire et pour explorer cette nouvelle plateforme intuitive! Les inscriptions ouvrent le samedi 12 août à 8 h.

www.qidigo.com/login



LES PLACES SONT LIMITÉES

Les inscriptions EN LIGNE seront priorisées.

Les inscriptions se terminent le 6 septembre pour le cours de danse country et le 20 septembre pour les autres cours.



FORMULAIRE D'INSCRIPTION

**SOUS RÉSERVE
DE MODIFICATION**

(Un formulaire par personne, par cours)

Remplir adéquatement ce formulaire et l'apporter avec le paiement dans la fente à côté de la porte à l'hôtel de ville avant la date limite d'inscription du cours. ****Vérifier la date limite selon le cours**** Toute inscription reçue sans paiement ne sera pas considérée. Si paiement par chèque, le faire au nom « Municipalité de Roxton Pond ».

Aucune confirmation ne sera envoyée pour le début de la session.

✂

Nom : _____ Âge : _____
Date de naissance : _____ jour/mois/année
Activité : _____
Jour et heure du cours : _____
Adresse de résidence : _____
Ville : _____ Code postal : _____
Téléphone : _____ Courriel : _____
Nom du parent payeur (s'il y a lieu) : _____

*Dès que le 2^e cours a été réalisé, aucun remboursement ne sera accordé.

Je désire recevoir un reçu des frais payés pour l'activité

✂

Nom : _____ Âge : _____
Date de naissance : _____ jour/mois/année
Activité : _____
Jour et heure du cours : _____
Adresse de résidence : _____
Ville : _____ Code postal : _____
Téléphone : _____ Courriel : _____
Nom du parent payeur (s'il y a lieu) : _____

*Dès que le 2^e cours a été réalisé, aucun remboursement ne sera accordé.

Je désire recevoir un reçu des frais payés pour l'activité

VARIA

DES NOUVELLES DU PARC DES SPORTS

Étant donné les questions qui sont acheminées à l'hôtel de ville, il est important de vous informer sur l'état d'avancement du parc des Sports.

Le parc des Sports en est à sa deuxième année d'élaboration à ce jour, et même avec les planifications proposées, il est important de mentionner qu'il y a eu des variantes hors de notre contrôle, dont des délais de matériels et de mains-d'œuvre, qui ont eu comme résultat de modifier certaines promesses de planification.

Avec le plan de conformité des installations proposées dans la planification, on se doit de donner l'information sur les types d'interventions que la planification oblige.

Les travaux à estimer pour l'ensemble du projet :

- Nivellement préliminaire du parc;
- Planification du réseau électrique;
- Aménagement du gazon, des arbustes, des arbres et des plantes;
- Planification pour lampadaires;
- Aménagement des sentiers;
- Pavage du stationnement;
- Structure de jeux pour petits;
- Structure d'ombrage;
- Tuyaux de drainage;
- Bordure de béton;
- Bancs de parc, tables à pique-nique et poubelles;
- Enseignes;
- Clôtures.