

# Printemps 2025

	Activités hebdomadaires	Heure	Âge/Niveau	Lieu	Date de début	Date de fin	Nb. de séances	Tarif	Informations
<b>LUNDI</b>	<b>Essentrics</b> Par Lucie Lafortune	13:00 à 14:10	16 ans et +	Salle des Érables	28 avril	16 juin	7	85\$	Prévoir tapis de Yoga et eau Pas de cours le 19 mai
	<b>Abdos et fesses de fer</b> Par Caroline Allaire	18h45 à 19h45	16 ans et +	Salle des Érables	28 avril	16 juin	7	65\$	Prévoir tapis de Yoga Pas de cours le 19 mai
	<b>Yoga</b> Par Jennifer Sunde	18h30 à 19h45	16 ans et +	Salle municipale	5 mai	9 juin	5	60\$	Prévoir tapis de Yoga Pas de cours le 19 mai
	<b>Mobilité et stretching</b> Par Caroline Allaire	19h55 à 20h55	16 ans et +	Salle des Érables	28 avril	16 juin	7	65\$	Prévoir tapis de Yoga Pas de cours le 19 mai
<b>MARDI</b>	<b>Cross-Training Cardio</b> Par Élyse Delage	6:30 à 7:30	14 ans et +	Salle des Érables	29 avril	17 juin	8	75\$	Autre cours offert le jeudi matin
<b>MERC.</b>	<b>Strong Nation</b> Par Caroline Allaire	18h45 à 19h45	16 ans et +	Salle des Érables	23 avril	18 juin	9	85\$	Prévoir tapis de yoga
	<b>PIYO</b> Par Caroline Allaire	19h55 à 20h55	16 ans et +	Salle des Érables	23 avril	18 juin	9	85\$	Prévoir tapis de yoga
<b>JEUDI</b>	<b>Cross-Training Cardio</b> Par Élyse Delage	6:30 à 7:30	14 ans et +	Salle des Érables	1er mai	19 juin	8	75\$	Autre cours offert le mardi matin
	<b>Zumba</b> Par Josée Bélisle	19h00 à 20h00	14 ans et +	Salle municipale	24 avril	5 juin	7	65\$	
	<b>Boxe- enfant</b> Par Terry Osias / Ross Alexandre	18h30 à 19h30	7 à 12 ans	Salle des Érables	17 avril	5 juin	8	185\$	Aucun contact physique
	<b>Boxe- adulte</b> Par Terry Osias / Ross Alexandre	19h30 à 20h30	13 ans et +	Salle des Érables	17 avril	5 juin	8	185\$	Aucun contact physique
<b>VEND.</b>	<b>Fitness semi-privé</b> Par Caroline Allaire	9h00 à 10h00	16 ans et +	Salle des Érables	25 avril	20 juin	9	110\$	Prévoir tapis de yoga
	<b>Santé / Stretching</b> Par Caroline Allaire	13h00 à 14h15	16 ans et +	Salle des Érables	25 avril	20 juin	9	85\$	Prévoir tapis de yoga et eau
<b>DIM.</b>	<b>Multi-danse enfants</b> Par Focus Studio	9h00 à 9h45	3-5 ans	Salle des Érables	27 avril	1er juin	6	80\$	Spectacle 7 juin Voir détails dans DESCRIPTIONS
	<b>Multi-danse enfants</b> Par Focus Studio	9h45 à 10h30	6-8 ans	Salle des Érables	27 avril	1er juin	6	80\$	Spectacle 7 juin Voir détails dans DESCRIPTIONS

# Printemps 2025

Pour s'assurer de la tenue des cours et pour maintenir un tarif raisonnable, il est nécessaire d'avoir un minimum de participants. Nous privilégions donc l'inclusion des citoyens des autres municipalités au même tarif que les Saint-Marcois. Toutefois, si un cours devait dépasser son maximum d'inscriptions, les inscrits Saint-Marcois seront priorités et les désinscrits non-résidents seront remboursés.

Il est possible de prendre entente pour payer les frais d'inscription en deux versements. Dans ce cas, vous ne pourrez pas faire votre inscription vous-mêmes et devrez communiquer avec Patricia aux services des loisirs. Il se peut que le prix d'un cours change d'une session à une autre. Le coût est calculé selon le nombre de cours donnés, le nombre de participants minimums exigés et le salaire versé au professionnel qui donne le cours.

Il est possible de louer le gymnase pour pratiquer un sport qui vous intéresse. Les plages horaires disponibles peuvent varier. Le coût de la location du gymnase est de 11\$/heure. Un adulte doit être présent en tout temps durant la période de location et breuvage et nourriture ne sont pas tolérés. Votre réservation peut se faire auprès du service des loisirs de la municipalité.