

LOISIRS INTERMUNICIPAUX - PRINTEMPS 2026 (maximum 10 cours)

★ Nouveau cours ou ateliers

Cours	Responsable	Coût	Jour	Heure	Durée	Lieu
Tai-Chi style Yang 24	Daniel Cailleux	107 \$	lundi	09h30 - 11h00	6 avril au 8 juin	sous-sol, église St-Cajetan de Mansonville
Cardio Strong30 + Musculation	Vanessa Arcega	96\$ / 111\$		17h00 - 18h00	6 avril au 8 juin	sous-sol, Complexe St-Édouard d'Eastman
Volleyball débutant		40 \$		18h00 - 19h30	6 avril au 8 juin	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
★ Karaté 6-99 ans	Nakama Dojo	99\$ / 114\$		18h15 - 19h15	6 avril au 8 juin	sous-sol, Complexe St-Édouard d'Eastman
Yoga doux	Marie-Josée Larivière	66\$ / 76\$		18h30 - 19h30	6 avril au 11 mai	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard d'Eastman
Volleyball avancé		40 \$		19h30 - 21h00	6 avril au 8 juin	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Yoga flow	Marie-France Guérin	86 \$	mardi	09h15 - 10h30	7 avril au 2 juin	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard d'Eastman
Pilates	Vanessa Arcega	111 \$		10h45 - 11h45	7 avril au 9 juin	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard d'Eastman
Cirque 6-12 ans	Mélanie Gusella	71 \$		11h50 - 12h50	7 avril au 9 juin	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Tabata / HIIT	Janie Bellemare	103\$ / 119\$		17h00 - 18h00	7 avril au 9 juin	sous-sol, Complexe St-Édouard d'Eastman
Badminton intermédiaire (individu)		69 \$		17h45 - 19h15	7 avril au 9 juin	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Yoga Flow	Marie-France Guérin	62\$ / 71\$		19h00 - 20h00	7 avril au 2 juin	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard d'Eastman
Badminton (groupe)		343 \$	mercredi	19h30 - 21h00	7 avril au 9 juin	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Abdos/fessiers	Janie Bellemare	119 \$		09h00 - 10h00	8 avril au 10 juin	sous-sol, Complexe St-Édouard d'Eastman
Yoga pilates	Diane Martin	119 \$		09h30 - 10h45	8 avril au 10 juin	salle communautaire, hôtel de ville d'Austin
Étirements	Janie Bellemare	119 \$		10h15 - 11h15	8 avril au 10 juin	sous-sol, Complexe St-Édouard d'Eastman
Gym douce	Diane Martin	95 \$		11h00 - 12h00	8 avril au 10 juin	salle communautaire, hôtel de ville d'Austin
Acro-Gym 6-12 ans	Mélanie Gusella	71 \$		11h50 - 12h50	8 avril au 10 juin	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Tissu aérien débutant 8-12 ans	Mélanie Gusella	83 \$		16h10 - 17h00	8 avril au 10 juin	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Tissu aérien intermédiaire 8-12 ans	Mélanie Gusella	83 \$		16h10 - 17h00	8 avril au 10 juin	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pilates	Vanessa Arcega	96\$ / 111\$		18h00 - 19h00	8 avril au 10 juin	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard d'Eastman
Yoga Flow	Marie-France Guérin	71 \$		18h00 - 19h00	8 avril au 3 juin	salle du conseil, hôtel de ville SÉdB
Volleyball débutant		40 \$		19h30 - 21h00	8 avril au 10 juin	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Tai-Chi style Yang 24	Daniel Cailleux	107 \$	jeudi	09h30 - 11h00	9 avril au 11 juin	sous-sol, église St-Cajetan de Mansonville
Yoga Flow	Marie-France Guérin	86 \$		09h15 - 10h30	9 avril au 4 juin	salle communautaire, hôtel de ville d'Austin
★ Essentrics et stabilité	Kristine Hamelin	111 \$		10h45 - 11h45	9 avril au 11 juin	salle communautaire, hôtel de ville d'Austin
Découverte de la danse 4-6 ans	Dansensemble Magog	111 \$		17h00 - 17h45	9 avril au 11 juin	sous-sol, Complexe St-Édouard d'Eastman
Badminton débutant (individu)		69 \$		17h30 - 19h00	9 avril au 11 juin	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pilates	Viktoria B Hamelin	89 \$		17h30 - 18h30	9 avril au 28 mai	sous-sol, église St-Cajetan de Mansonville
Danse Hip-Hop 7-12 ans	Dansensemble Magog	111 \$		18h00 - 19h00	9 avril au 11 juin	sous-sol, Complexe St-Édouard d'Eastman
Tai-Chi style Dong débutant	Philippe Daviet	76 \$		18h00 - 19h00	9 avril au 28 mai	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard d'Eastman
Tai-Chi style Dong intermédiaire	Philippe Daviet	76 \$	vendredi	19h15 - 20h15	9 avril au 28 mai	rez-de-chaussée, Complexe St-Édouard d'Eastman
Essentrics et stabilité	Kristine Hamelin	111 \$		10h00 - 11h00	10 avril au 12 juin	sous-sol, église St-Cajetan de Mansonville
Pickleball 1.0 / 1.5 (individu)		41 \$		18h00 - 19h30	10 avril au 15 mai	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball (groupe)		206 \$	samedi	19h30 - 21h00	10 avril au 15 mai	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball 1.0 / 1.5 (individu)		55 \$		08h30 - 10h30	11 avril au 16 mai	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball (groupe)		274 \$		10h30 - 12h30	11 avril au 16 mai	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball (groupe)		206 \$		12h30 - 14h00	11 avril au 16 mai	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball (groupe)		274 \$		14h00 - 16h00	11 avril au 16 mai	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball (groupe)		137 \$		16h00 - 17h00	11 avril au 16 mai	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball 2.0 / 2.5 (individu)		55 \$	dimanche	08h30 - 10h30	12 avril au 17 mai	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball (groupe)		206 \$		10h30 - 12h00	12 avril au 17 mai	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball (groupe)		274 \$		12h00 - 14h00	12 avril au 17 mai	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball (groupe)		206 \$		14h00 - 15h30	12 avril au 17 mai	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Pickleball (groupe)		206 \$		15h30 - 17h00	12 avril au 17 mai	gymnase, école Val-de-Grâce d'Eastman
Ateliers	Responsable	Coût	Jour	Heure	Durée	Lieu
★ Pilates pour golf/pickleball/tennis	Viktoria B Hamelin	11 \$	dimanche	10h00 - 11h00	19 avril ou 31 mai	sous-sol, église St-Cajetan de Mansonville
Bases du pickleball (adultes)	Alain Perreault	26 \$	jeudi	15h00 - 17h00	21 mai	patinoire, parc des Loisirs, Austin
Bases du pickleball (adultes)	Alain Perreault	26 \$	vendredi	15h00 - 17h00	22 mai	patinoire, parc des Sports, Eastman
★ Yoga pilates avec ballon	Diane Martin	24 \$	samedi	09h30 - 12h	23 mai	sous-sol, Complexe St-Édouard, Eastman