



JVM A VILLE

MES LOISIRS

Printemps 2017 - Vol. 4 - N° 1

CAMP SPLASH
ET CAMPS SPÉCIALISÉS P. 2

ACTIVITÉS
POUR ADULTES P. 14

ATELIERS P. 17

CAMPS DE JOUR
MODALITÉS P. 23

La fiche santé de
votre enfant doit être
complétée avant le
22 avril dans la section
Services en ligne au
saint-constant.ca

CAMPS DE JOUR
INSCRIPTIONS
22 AVRIL 2017



SUIVEZ-NOUS
VILLEDESAINSTCONSTANT



CAMPS DE JOUR 2017

PROGRAMMATION RENOUVELÉE

Même plaisir assuré!

INTERDIT AUX ADULTES!

L'équipe 2017 du camp de jour de Saint-Constant travaille déjà depuis quelques semaines pour préparer une saison estivale des plus époustouflantes! En plus des camps Splash réguliers, nous vous offrons un vaste choix de camps spécialisés.

CAMP SPLASH (CAMP RÉGULIER)

Ce camp s'adresse aux enfants qui souhaitent faire des activités diversifiées. Tu aimes faire du sport, des arts plastiques, de la cuisine, des jeux extérieurs et des jeux de groupe? Ce camp correspond à tes besoins et rendra ton été inoubliable.

Âge des participants : 5 à 12 ans

Lieux : Centre municipal, Centre culturel Denis-Lord,
École Jacques-Leber

Nombre minimum de participants : 300

CAMP MINI-SPLASH

Ce camp s'adresse aux tout-petits âgés de 4* et 5 ans qui n'ont pas encore fait leur entrée à l'école. Les enfants inscrits à ce camp participeront à des activités conçues sur mesure pour leur âge (cuisine, olympiades, jeux coopératifs, bricolage, etc.). Les activités et les routines proposées par ce camp s'inspirent de celles retrouvées à la maternelle.

Âge des participants : 4 à 5 ans (*4 ans au 26 juin)

Lieu : Centre municipal

Nombre minimum de participants : 12 par semaine

Nombre maximum de participants : 16 par semaine



JM LES CAMPS SPORTIFS

CAMPS DE PERFECTIONNEMENT SPORTIF

CES CAMPS S'ADRESSENT AUX JEUNES DE 9 À 12 ANS QUI DÉSIRENT APPROFONDIR LEURS CONNAISSANCES, DÉVELOPPER LEUR TECHNIQUE ET SURTOUT S'AMUSER.

LUNDI AU VENDREDI

6 h 30 à 9 h	Service de garde \$\$
9 h à 11 h 30	Spécialité
11 h 30 à 13 h	Dîner
13 h à 15 h 30	Spécialité
15 h 30 à 18 h	Service de garde \$\$

LIEU

Les camps se tiendront à l'école Jacques-Leber

GROUPE D'ÂGE

9-12 ans divisés en deux groupes selon l'âge
12-15 personnes par groupe

HORAIRE

Semaine 1	Semaine 2	Semaine 3	Semaine 4	Semaine 5	Semaine 6	Semaine 7	Semaine 8	
26-29 juin (4 jours)	3-7 juil.	10-14 juil.	17-21 juil.	24-28 juil.	31 juil. - 4 août	7-11 août	14-18 août	
Baseball	Baseball	Baseball	Soccer	Soccer	Soccer	Soccer	Soccer	2 groupes
Tennis	Tennis	Tennis	Tennis	Tennis	Tennis			1 groupe

FRAIS

TENNIS (Tennis 40-0)

Semaine 1 : 150 \$

Semaine 2 à 6 : 180 \$ par semaine

SOCCER

(Association de soccer Saint-Constant)

Semaine 4 à 8 : 105 \$ par semaine

BASEBALL (Association de baseball mineur Roussillon)

Semaine 1 : 85 \$

Semaine 2 et 3 : 105 \$ par semaine

Service de garde optionnel

Semaine 1 : + 12 \$

Semaine 2 à 8 : + 15 \$ par semaine

Un minimum de 12 à 15 enfants est nécessaire pour la formation d'un groupe. Chaque groupe sera accompagné d'un animateur du camp de jour.

CONTENU

Le contenu technique peut varier selon les conditions météo et l'âge des enfants. Des spécialistes (autre que les animateurs du camp de jour) assureront le contenu technique de haut niveau pour 1 ou 2 groupes en simultané. Nous assurons 30 % pratique technique, 30 % activités complémentaires (DLTA : sport complémentaire au sport spécialisé) et 40 % pratique sportive.



NOUVEAUTÉ POUR LE TENNIS

Il sera maintenant possible de combiner la présence aux camps de tennis avec celle de l'équipe de compétition les *Rebelles* de Saint-Constant, équipe championne de la Rive-Sud en 2016. Cette nouvelle option facilitera l'accès aux plus jeunes à la ligue junior intercity 40-0 et permettra aux plus vieux de s'entraîner en matinée avec le camp et l'après-midi avec l'équipe des *Rebelles*.



3

J'M. MA VILLE, MES LOISIRS

J'VAI M'AMUSER

CAMP PETITS ARTISTES

Ce camp s'adresse plus particulièrement aux petits artistes qui souhaitent toucher à plusieurs disciplines durant l'été. Les jeunes inscrits à ce camp auront la chance d'expérimenter plusieurs médias comme la peinture, le collage, le fusain, l'encre, la gravure, la sculpture, etc. Tu es de ceux et celles qui souhaitent connaître de nouvelles techniques ou te perfectionner dans les arts plastiques? Ce camp t'offre des possibilités à la hauteur de tes attentes.

Âge des participants : 5 à 12 ans

Lieu : Centre culturel Denis-Lord

Nombre maximum de participants : 36

CAMP LES INTRÉPIDES

Ce camp est spécialement conçu pour les petits curieux qui aiment la nature. Si tu aimes faire des découvertes sur le monde qui nous entoure, participer à des projets en pleine nature, ou encore découvrir les trésors qui se cachent dans la forêt... C'est à ce camp que tu dois t'inscrire!!!

Âge des participants : 5 à 12 ans

Lieu : Centre culturel Denis-Lord

Nombre maximum de participants : 60

CAMP ATHLÈTES

Ce camp s'adresse aux jeunes athlètes. Au programme, du sport, du sport et encore du sport. Les participants auront la chance d'apprendre les règles et les techniques associées à différentes disciplines sportives. Tu ne t'ennuieras pas cet été avec ce camp.

Âge des participants : 5 à 12 ans

Lieu : École Jacques-Leber

Nombre maximum de participants : 72

CAMP THÉÂTRE

Le camp théâtre revient encore une fois cet été pour faire vivre à ses participants toutes les joies des arts de la scène. Tu es de ceux qui aiment se déguiser? Tu adores faire rire et pleurer? La scène ne te fait pas peur et tu veux vivre l'expérience des gens du théâtre*? N'attends pas une seconde de plus, le camp théâtre saura remplir ton été de moments magiques!!!

Âge des participants : 7 à 12 ans

Lieu : Centre municipal

Nombre maximum de participant : 12

* Un spectacle de fin d'été est organisé par les animateurs de ce camp. Pour en faire partie, les campeurs doivent obligatoirement être inscrits aux semaines 7 et 8 du camp théâtre.



Les camps spécialisés comprennent approximativement dix (10) heures d'activités hebdomadaires reliées à un thème choisi. Les dix (10) autres heures sont consacrées à des activités générales telles que des jeux coopératifs et de la cuisine. Certaines semaines, le temps consacré à la spécialisation peut être moindre, en raison d'activités spéciales, notamment les sorties, les grands jeux, les activités intersites et thématiques.



JM DÉCOUVRIR

LISTE DES SORTIES

Lieux	Date	Coût
Zoo de Granby	5 juillet	29 \$
Équitation (5 à 8 ans)	13 juillet	25 \$
iSaute (9 à 12 ans)	13 juillet	33 \$
Glissades d'eau	19 juillet	38 \$
Parc thématique	26 juillet	24 \$
Cache-à-l'eau	3 août	25 \$
Arbraska	10 août	30 \$

Prenez note :

- Pour participer à la sortie, l'enfant doit obligatoirement être inscrit dans un camp la semaine de la sortie.
- Tous les départs se font à partir du Centre municipal (160, boul. Monchamp).
- L'inscription à une journée de sortie n'est pas remboursable.
- Lors des sorties, le port du chandail de camp 2017 est obligatoire.
- Ceux qui ne sont pas inscrits à la sortie demeurent sur leur site habituel.

SITES DES CAMPS DE JOUR

Centre municipal 160, boul. Monchamp
 Centre culturel Denis-Lord 66, rue Maçon
 École Jacques-Leber 30, rue de l'Église

Prenez note :

Le Service des loisirs se réserve le droit d'annuler la tenue d'un camp ou de fermer un site si le nombre de participants n'est pas suffisant.

Renseignements : 450 638-2010, poste 7200



DATE À RETENIR

15 juin : Rencontre informative et distribution des chandails de camp de jour. Cette rencontre débutera à 18 h 30, à la salle multifonctionnelle d'Exporail, le Musée ferroviaire canadien situé au 110, rue St-Pierre. Les chandails seront remis après la rencontre. Pour réserver une grandeur de chandail, complétez la fiche santé en ligne avant le 22 avril prochain. Après cette date, les grandeurs de chandail ne pourront être garanties.

FICHE SANTÉ ET NUMÉRO D'UTILISATEUR

Important : Chaque année, la fiche santé de votre enfant doit obligatoirement être remplie avant de procéder à l'inscription en ligne. Pour ce faire, vous aurez besoin du numéro d'utilisateur unique de votre enfant qui figure sur sa carte citoyenne. Les formulaires d'autorisation parentale, de service de garde, le code de vie et règlements du camp, ainsi que la fiche santé sont disponibles sur le site d'inscriptions en ligne au saint-constant.ca, dans la section *Services en ligne*.

CARTE CITOYENNE OBLIGATOIRE

Votre numéro d'utilisateur se trouve sous le code à barres. Ne pas tenir compte des 00 avant les autres chiffres. Si vous n'avez pas votre carte citoyenne, vous pouvez l'obtenir au Service des loisirs ou à la bibliothèque, elle est gratuite. Cette étape est essentielle pour vos transactions électroniques et pour utiliser les services de la bibliothèque.

LE CAMP SPLASH SUR LE WEB - À COMPTER DE JUILLET

Chaque été, les moniteurs des camps de jour animent la section du camp Splash du portail Web de la Ville. Rendez-vous au saint-constant.ca et inscrivez « splash » dans l'outil de recherche pour y trouver tous les renseignements pertinents concernant la programmation, le journal hebdomadaire, les journées de sorties, les activités spéciales et bien plus.

saint-constant.ca

DES ANIMATEURS CERTIFIÉS DAFA

La Ville de Saint-Constant est fière de pouvoir affirmer que les animateurs des camps de jour sont certifiés DAFA. Le Diplôme d'Aptitude aux Fonctions d'Animateurs est une formation reconnue par les acteurs du milieu des loisirs et vise à assurer la sécurité et le bien-être des jeunes de 5 à 17 ans. Nos animateurs ont donc une solide formation pour que vos jeunes passent un été inoubliable au sein de notre camp de jour.

DAFA est le nouveau standard collectif de qualité et de sécurité en animation du loisir. Il s'agit d'un programme de formation issu de la collaboration entre le Conseil québécois du loisir (CQL) et les organisations nationales de loisir.

PROGRAMME

DAFA



Camps de jour MODALITÉS

COÛTS

Camp Splash (régulier) et mini-Splash (frimousses)

65 \$ par semaine sans service de garde
(52 \$ semaine 1)*

80 \$ par semaine avec service de garde complet
(64 \$ semaine 1)*

Camps spécialisés :

75 \$ par semaine sans service de garde
(60 \$ semaine 1)*

90 \$ par semaine avec service de garde complet
(72 \$ semaine 1)*

* Réduction du prix de la première semaine. Il n'y aura pas de camp de jour le vendredi 30 juin en raison du report du férié du 1^{er} juillet.

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

Toute demande de remboursement devra être faite au plus tard le 15 juin à 12 h. Aucun remboursement ne sera possible après cette date sauf sur présentation d'un billet médical. Le cas échéant, des frais administratifs de 15 \$ seront retenus. Si l'enfant a reçu son chandail, les frais seront de 20 \$. De plus, toute demande de modification à l'inscription originale, si ce changement est possible, (changement de semaine, de site ou de camp) sera tarifée au montant de 15 \$. Des frais de 20 \$ seront applicables pour toutes demandes de report ou de retrait de chèque postdaté.

HORAIRE

Du lundi au vendredi, de 9 h à 15 h 30

Un service de garde est disponible entre 6 h 30 et 9 h et entre 15 h 30 et 18 h (frais supplémentaires).

APPORTER SON REPAS : LES CONSIGNES

Les enfants inscrits doivent apporter un lunch froid et deux collations. Veuillez noter que cette année, nous n'aurons pas accès aux réfrigérateurs et aux micro-ondes (prévoir un mélange réfrigérant *ice pack*). Veuillez bien identifier la boîte à lunch de votre enfant. Les collations contenant des arachides, des kiwis, de même que les plats contenant des fruits de mer sont strictement interdits. D'autres aliments proscrits pourraient s'ajouter au début de l'été en fonction des allergènes de certains enfants inscrits à nos activités.

UN SOURIRE POUR LA PHOTO!

Veuillez noter que des photos peuvent être prises lors des activités, tout au cours de l'été. Les clichés sur lesquels apparaissent les participants peuvent être utilisés lors de la promotion de nos activités. Nous vous remercions à l'avance de votre collaboration.

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscriptions en ligne à compter de 9 h le samedi 22 avril au saint-constant.ca, dans la section *Services en ligne*, et ce, jusqu'au 19 mai 12 h. Pas d'ordinateur? Des postes informatiques seront disponibles au Centre municipal cette même journée entre 9 h et 12 h. Après cette date, vous devrez vous présenter au comptoir du Service des loisirs. Un ordinateur sera à votre disposition.

ÂGE MINIMUM REQUIS

Avoir 5 ans au 26 juin de l'année en cours, sauf pour le camp mini-Splash.



MODES DE PAIEMENT

Inscription aux activités

1. **Paiement en ligne**, Visa et Mastercard seulement. Vous pourrez imprimer votre reçu à partir du site ou demander à le recevoir par courriel.
2. **Paiement en différé** - réservé aux clients qui s'inscrivent en ligne.
3. **Chèques, argent comptant ou Interac** acceptés au comptoir du Service des loisirs. Les chèques doivent être libellés à l'ordre de la Ville de Saint-Constant. Vous pouvez faire des chèques postdatés en date des 11 mai, 15 juin et 20 juillet.

Prenez note :

Il peut arriver que les chèques soient encaissés après la date indiquée. Des frais de 35 \$ s'ajoutent au coût de l'inscription pour les chèques retournés.

Procédure pour payer en différé :

Cochez l'onglet *Paiement différé* au moment de payer l'inscription. Ceci vous oblige à effectuer votre paiement au Service des loisirs au plus tard 10 jours ouvrables après votre inscription en ligne, sans quoi votre inscription ne sera plus valide.

MODES DE PAIEMENT

Inscription pour les sorties

Vous pouvez payer toutes les sorties choisies au moment de l'inscription en ligne ou par chèque en date du 15 juin, en argent comptant ou par paiement Interac. Certaines sorties étant contingentées en raison de la capacité du site, nous ne pouvons garantir une place à tous. La règle du premier arrivé, premier servi est donc appliquée.

Aucun remboursement pour les sorties ne sera accepté, sauf pour des raisons médicales (un billet médical sera alors exigé). Pour les enfants qui ne participent pas aux sorties, un service de camp de jour et un service de garde sont offerts sur le site habituel de votre enfant.

Une fois les activités débutées, toute nouvelle inscription devra se faire dans les 5 jours ouvrables qui précèdent la semaine choisie, (par exemple pour la semaine débutant le 26 juin, aucune inscription ne sera acceptée après le lundi 19 juin). Aucune inscription au comptoir ne sera acceptée avant le 24 avril.

IMPORTANT :

Au moment de l'inscription, vous devrez avoir en main le numéro d'utilisateur unique. Veuillez noter qu'un rabais de 30 % est applicable pour le 3^e enfant d'une même famille qui participe au camp de jour régulier ou aux camps spécialisés. Le rabais est alors appliqué à l'activité dont le tarif est le moins élevé. *Pour les inscriptions effectuées en ligne, vous pouvez téléphoner durant les heures de bureau au Service des loisirs 450 638-2010, poste 7200 et un ajustement (remboursement) sera effectué.*

Des employés du Service des loisirs seront sur place afin de répondre à vos questions et vous guider dans le processus d'inscription de 9 h à midi, le 22 avril.

Prenez note :

Certains camps sont contingentés en raison de la capacité d'accueil du site. Il se peut donc que vous ne puissiez accéder à votre premier choix. Une liste d'attente sera alors mise en place. Inscrivez-y votre nom, aucun frais ne sera exigé.

Renseignements : 450 638-2010, poste 7200



HOCKEY COSOM

Cours pratiques et théoriques sur les techniques et règlements du hockey. L'apprentissage se fera sous forme d'échauffements et d'exercices. Un match sera joué à la fin de chaque cours.

PARENT-ENFANT (5-8 ANS)

Samedi de 9 h à 10 h

Du 29 avril au 10 juin

Lieu : École Piché-Dufrost

Coût : 53 \$ (7 semaines)

9 À 12 ANS

Samedi de 10 h à 11 h 30

Du 29 avril au 10 juin

Lieu : École Piché-Dufrost

Coût : 44 \$ (7 semaines)

12 À 15 ANS

Mardi de 19 h à 20 h 30

Du 25 avril au 6 juin

Lieu : École Piché-Dufrost

Coût : 44 \$ (7 semaines)

SPORTBALL

Parent/enfant 2 ans à 3 ½ ans

Dans un environnement à la fois agréable, créatif et éducatif, les entraîneurs travaillent surtout le développement des habiletés motrices globales par différents jeux et compétences. Les programmes pour enfants Sportball introduisent les enfants, assistés d'un parent, à des activités non compétitives, à une progression des habiletés et à la mise en pratique de compétences. Les 45 minutes de cours par semaine respectent en tout point le temps qu'il convient aux tout-petits pour développer la confiance en soi et améliorer équilibre et coordination.

Samedi de 9 h à 9 h 45

Du 29 avril au 10 juin

Lieu : École L'Aquarelle

Coût : 105 \$ (7 semaines)



MULTISPORT 1

3 ½ à 5 ans

Les huit sports du programme MULTISPORT comprennent un ensemble de compétences bien encadrées et un jeu d'équipe d'une heure par semaine. Les grands développeront des compétences appropriées à leur âge, basées sur les habiletés apprises dans les programmes pour enfant Sportball. Multisport 1 mise sur des classes bien structurées et sur un environnement idéal pour s'amuser et apprendre tout en enseignant aux enfants les règles de jeu, le marquage des points, le fait de gagner ou de perdre et la pratique du jeu. Progressivement, les enfants commenceront à maîtriser les compétences associées à chacun des sports tout en améliorant leur équilibre, leur confiance en soi, leur coordination et leur synchronisation.

GRUPE 1 (3 ½ À 5 ANS)

Samedi de 10 h à 11 h

Du 29 avril au 10 juin

Lieu : École L'Aquarelle

Coût : 105 \$ (7 semaines)

GRUPE 2 (5 À 8 ANS)

Samedi de 11 h à 12 h

Du 29 avril au 10 juin

Lieu : École L'Aquarelle

Coût : 105 \$ (7 semaines)

NOUVEAU!**ANIMATION DANS LES PARCS PAR L'ÉQUIPE ALLEZ HOP!**

Durant l'été, venez rejoindre l'équipe d'animation Allez Hop! dans les différents parcs de la ville. Du mardi au samedi, les supers animateurs auront comme mission de colorer vos journées! L'animation libre dans les parcs est une alternative au camp de jour. Veuillez prendre note que cette offre d'activités est totalement gratuite, mais n'est pas un service de garde. En tout temps, les parents sont responsables de leurs enfants.

Vous trouverez plus de détails sur cette offre d'activités dans le bulletin *Ma Ville* du printemps.

**DANSE URBAINE****Hip Hop, Fusion, etc.**

Professeure : Laurence Bergeron

***Initiation (5 à 6 ans)**

Apprentissage des positions et mouvements de base de la danse urbaine. Enchaînement de mouvements variés.

Samedi de 10 h à 11 h

***Débutant (7 à 10 ans) – Enfants de 9-10 ans n'ayant jamais suivi de cours de danse.**

Reproduire les positions et mouvements de base de la danse urbaine et développer les qualités musculaires et physiologiques nécessaires à l'exécution du mouvement dansé.

Samedi de 11 h à 12 h

Du 29 avril au 10 juin

Lieu : Centre municipal

Coût : 53 \$ (7 semaines)

*Classification selon l'âge et l'expérience des enfants. Veuillez prendre note que pour les cours de danse pour enfants, il n'y a pas d'achat de costume requis ni de spectacle à la fin de la session.

DANSE CRÉATIVE/ÉDUCATIVE**3 et 4 ans**

Professeure : Laurence Bergeron

Les petits bouts de chou sont invités à venir se dégourdir les jambes sur un fond musical tout en découvrant des mouvements variés.

Samedi de 9 h à 9 h 45

Du 29 avril au 10 juin

Lieu : Centre municipal

Coût : 53 \$ (7 semaines)



LES DÉCOUVERTES ENFANTINES

Animé par deux éducatrices spécialisées, ce programme a pour mission de préparer les enfants au milieu scolaire. Une thématique particulière est abordée chaque semaine appuyée par différentes activités ou ateliers spécialisés au cours desquels les enfants pourront explorer des jeux collectifs, du chant, du bricolage et des expériences. Le tout, dans un milieu créatif et éducatif où rire et plaisir sont au rendez-vous.

Rencontres spéciales, sorties et événements d'envergure au menu

Quelle belle expérience pour un enfant que de rencontrer les pompiers et policiers de sa ville! C'est ce qui attend les participants de la session du printemps! Ils iront également visiter Exporail, le Musée ferroviaire canadien et la session sera couronnée d'une tombola et d'une graduation pour les finissants de 5 ans. Des souvenirs mémorables en perspective!

La session de dix (10) semaines se déroulera à compter du 27 mars. Il est à noter que l'activité fera relâche les 14 et 17 avril, ainsi que le 22 mai.

Pour la programmation complète, nous vous invitons à consulter le saint-constant.ca

Tarifs : 105 \$ / 1 fois semaine
145 \$ / 2 fois semaine
225 \$ / 3 fois semaine

Important : aucune opinion ne sera émise par les éducatrices des découvertes enfantines en regard avec la maturité psychologique et le développement moteur d'un enfant inscrit à nos activités, dans le processus visant à obtenir une dérogation scolaire.

Les enfants inscrits aux Découvertes enfantines doivent obligatoirement être propres (sans culotte d'entraînement).

Pour plus de renseignements ou pour inscrire un enfant, communiquez avec le Service des loisirs au 450 638-2010 poste 7200.

* Il est possible de s'inscrire en tout temps aux Découvertes enfantines. Il n'est pas nécessaire d'attendre la période d'inscription régulière du Service des loisirs.



GARDIENS AVERTIS

11 ans et plus

Professeure : Carole Gélinas

Cours visant à offrir les connaissances et les compétences nécessaires aux futurs gardiens d'enfants. Attestation de la Société canadienne de la Croix-Rouge. Manuel et petite trousse de premiers soins fournis.

Samedi ou dimanche de 8 h 30 à 16 h 30

Sois ponctuel!

3 dates disponibles :

29 avril, 28 mai et 17 juin

Lieu : Centre culturel Denis-Lord

Coût : 48 \$ (8 heures de formation)

Matériel requis : papier, crayon, une poupée ou un toutou de 30 cm ou 12 po, un lunch froid et deux collations.

* Il est possible de s'inscrire en ligne et au comptoir du Service des loisirs en tout temps aux cours de gardiens avertis.



La Ville de Saint-Constant en collaboration avec :



Disponibilité des terrains

Les quatre (4) terrains de tennis éclairés du parc Leblanc seront ouverts à compter du lundi 4 mai de 9 h à 23 h et ce, jusqu'au 12 octobre.

Procédure du système de réservation des terrains de tennis

Réservation téléphonique

Du 8 mai au 9 octobre 2017, les citoyens pourront téléphoner au 450 646-8698 entre 9 h 30 et 22 h pour procéder à la réservation d'un terrain de tennis pour la semaine en cours. Pour les weekends, les réservations devront être faites avant le vendredi 11 h. Un tableau affichant les réservations du jour sera installé sur le chalet de service du parc Leblanc. Si vous vous présentez sur place la journée même et qu'il y a des terrains qui ne sont pas réservés et/ou utilisés, vous pourrez inscrire votre nom pour en réserver un.

- Un participant ne peut réserver et/ou utiliser un terrain plus d'une (1) heure;
- S'il y a retard de la part des participants lors d'une réservation, *le préposé remet le terrain aux personnes en attente.

*Présence du préposé

Du lundi au vendredi, de 17 h 30 à 23 h

Samedi et dimanche, de 9 h à 23 h

Les portes donnant accès aux terrains demeurent ouvertes en dehors des heures où le préposé est présent.

Pas de raquette? Pas de problème!

Nous prêtons gratuitement une raquette usagée à tous les jeunes de 3 à 14 ans inscrits à nos activités. Vous pouvez également acheter une raquette neuve de qualité (junior 35 \$ / adulte 75 \$) lors de votre première séance. Plusieurs grandeurs seront disponibles sur place.

Le petit tennis (3 à 5 ans)

Nouvelle approche d'initiation au tennis qui utilise le monde imaginaire de vos enfants.

3 heures réparties en 4 séances de 45 minutes.



Codes	Journées	Heures	Dates	Reprise si pluie
PT 1 3 à 5 ans	Samedi	9 h 15 à 10 h	20, 27 mai, 3, 10 juin	17 juin

De 4 à 8 élèves par instructeur • **Coût : 30 \$ / session**

Cours de tennis juniors (6 à 14 ans)

Apprentissage des techniques menant rapidement à des matchs pour débutants et intermédiaires (groupe subdivisé au premier cours).

4 heures réparties en 4 séances de 60 minutes.

Codes	Journées	Heures	Dates	Reprise si pluie
E 1 6 à 8 ans	Samedi	10 h à 11 h	20, 27 mai, 3, 10 juin	17 juin
E 2 9 à 14 ans	Samedi	11 h à 12 h	20, 27 mai, 3, 10 juin	17 juin

De 4 à 8 élèves par instructeur • **Coût : 40 \$ / session**

NOUVEAUTÉ Camps de jour spécialisés en tennis (7 à 13 ans)

Choix de 8 semaines à compter du 27 juin. Inscription auprès de la Ville de Saint-Constant. Pour plus de détails, voir la page 3 de ce guide.





Cours de tennis adultes (15 ans et plus)

Apprentissage des techniques menant rapidement à des matchs pour débutants et intermédiaires (groupe subdivisé au premier cours).

6 heures réparties en 4 séances de 90 minutes.

Codes	Journées	Heures	Dates	Reprise si pluie
A 1 15 ans +	Samedi	12 h à 13 h 30	20, 27 mai, 3, 10 juin	17 juin

De 4 à 8 élèves par instructeur • **Coût : 60 \$ / session**

NOUVEAUTÉ Ligue de tennis adultes (15 ans et plus)

Destinée aux joueurs de tous les niveaux, la ligue de tennis adultes de Saint-Constant se joue en double ou en simple. Suite au paiement, les joueurs inscrits seront invités à une première journée d'évaluation le 13 juin à 19 h. En plus de fournir les balles, l'instructeur de tennis organisera des matchs équilibrés à chaque semaine. Un classement sera également tenu en ligne au www.tennis40-0.ca

Codes	Journées	Heures	Dates	Reprise si pluie
LA 1 15 ans +	Mardi	19 h à 21 h	13 juin au 15 août	à compter du 22 août

Coût : 100 \$

Ligue de tennis 40-0 (9 à 18 ans)

Niveau intermédiaire et avancé

Tu sais jouer au tennis? Pas besoin d'être un grand expert! Entraînes-toi avec l'équipe des *Rebelles* de Saint-Constant, équipe championne de l'édition 2016, et joues des matchs dans cette ligue de tennis qui regroupe près de 200 garçons et filles sur la Rive-Sud.

Évaluation obligatoire :

Suite à ton inscription, tu seras invité à une évaluation qui aura lieu au parc Leblanc à Saint-Constant. Renseignements : 450 646-8698.

Suite à cette évaluation, les joueurs n'ayant pas le niveau d'autonomie minimal requis pourront être remboursés intégralement ou redirigés vers une autre activité.

Codes	Journées	Heures	Dates	Reprise si pluie
REB 1 9 à 18 ans	Pratiques : Lundi et mardi	13 h à 15 h	26 juin au 22 août (9 semaines)	Vendredi
	Matchs inter-cités : Mercredi	13 h à 17 h		
	Matchs locaux : Jeudi	Entre 13 h à 16 h		

Coût : 260 \$ 16 entraînements, 8 rencontres inter cités (4 à Saint-Constant et 4 à l'extérieur) et 8 matchs locaux entre les membres de l'équipe. Prévoir une rotation de tous les membres de l'équipe lors des rencontres inter cités (maximum de 10 à 12 joueurs par semaine).

Modalités d'inscription

Vous pouvez vous inscrire par courrier (TENNIS 40-0, 280 Montarville, Longueuil, Qc J4H 2L7) ou en ligne, au www.tennis40-0.ca. Les paiements pourront être effectués par chèque (daté du jour de l'envoi) à l'ordre de « ÉCOLE DE TENNIS 40-0 » ou par carte de crédit (en ligne seulement). Les prix incluent toutes les taxes applicables. Le coût d'inscription pour les non-résidents de Saint-Constant est majoré de 50 % (à l'exception de la ligue de tennis 40-0). Les cours sont donnés par des instructeurs certifiés de Tennis Québec. Pour tout renseignement supplémentaire, communiquez au 450 646-8698.

Coupon d'inscription TENNIS • • • • TENNIS • 280, rue Montarville, Longueuil (QC) J4H 2L7

(Pour inscription par la poste seulement)

Nom du participant : _____ Date de naissance : _____

JOUR / MOIS / ANNÉE

Adresse : _____ Code postal : _____

Courriel : _____

T. maison : _____ T. bureau : _____ Cell. : _____

Choix d'activités : Le petit tennis Cours juniors Ligue de tennis 40-0 Cours adultes Ligue de tennis adultes

PT 1 • 30 \$ E 1 • 40 \$ REB 1 • 260 \$ A 1 • 60 \$ LA 1 • 200 \$

E 2 • 40 \$

Coût : _____ \$ Chèque joint : oui non
Il est possible de reproduire ce coupon autant de fois que vous le souhaitez

Chèque fait en date de l'envoi postal à l'ordre de :
ÉCOLE DE TENNIS 40-0



BODY WEIGHT

Professeure : Nancy Morissette

L'entraînement avec le poids du corps est un type d'entraînement qui peut être adapté de débutant à avancé. Modifier le nombre de répétitions, le tempo ou améliorer l'exécution d'un exercice, sont quelques exemples afin de rendre l'exercice plus facile ou plus difficile. La progression est facilement mesurable, puisqu'il est toujours possible d'en faire un peu plus à chaque séance.

Jedi de 20 h à 21 h

Du 27 avril au 8 juin

Lieu : Centre municipal

Coût : 68 \$ (7 semaines)

CARDIO TONUS 55

Professeure : Nancy Morissette

Cours spécialement conçus pour les gens de 55 ans et plus qui désirent pratiquer des exercices pour améliorer leur force et leur endurance musculaire. L'entraînement est adapté à la clientèle et ne comporte pas de saut. Mobilité, flexibilité et beaucoup de plaisir sur des rythmes musicaux entraînants.

Mardi de 14 h 15 à 15 h 30

Du 25 avril au 6 juin

Jedi de 17 h 45 à 19 h

Du 27 avril au 8 juin

Lieu : Centre municipal

Coût : 79 \$ (7 semaines)

ABDOS-FESSES-CUISSSES

Professeure : Nancy Morissette

Entraînement musculaire sollicitant principalement les abdominaux, les fesses et les cuisses, en utilisant du matériel approprié comme les poids libres, le step, les élastiques à poignées, les ballons, etc. La séance débute par un léger échauffement musculaire et se termine par une période d'étirements.

Mardi de 19 h à 20 h

Du 25 avril au 6 juin

Lieu : Centre municipal

Coût : 68 \$ (7 semaines)



PILOXING

Professeure : Nancy Morissette

Tonification musculaire, flexibilité, cardio et renforcement du corps en utilisant les techniques du pilates, des mouvements de boxe et de danse. Travail sur tout le corps, en mettant l'accent sur les abdos, les fesses et les cuisses. Plaisir garanti!

Mardi de 20 h à 21 h

Du 25 avril au 6 juin

Lieu : Centre municipal

Coût : 68 \$ (7 semaines)

BADMINTON LIBRE

Activité libre

Les participants doivent réserver leur terrain (jour et heure) pour toute la session. Le Service des loisirs se réserve le droit d'annuler certaines périodes de jeu en raison d'un nombre insuffisant d'inscriptions. Le Service se réserve également le droit de limiter le nombre de réservations de terrains afin d'assurer une accessibilité à tous les citoyens. Tous les participants à cette activité doivent être âgés de 16 ans et plus.

Lundi au jeudi de 18 h 15 à 21 h 15

Du 24 avril au 8 juin

Relâche lundi 22 mai, remis le 12 juin

Lieu : École Félix-Leclerc

Coût : 140 \$ - 1 h semaine/terrain

253 \$ - 2 h consécutives sur un même terrain*

22 \$ - 1 h semaine/terrain

(7 semaines)

*Veuillez prendre note que le logiciel ne calcule pas automatiquement le rabais. Communiquez avec le Service des loisirs pour plus de précisions.

BADMINTON FAMILIAL

Activité libre

Les familles, avec au moins un (1) jeune de 16 ans et moins, doivent réserver leur terrain pour la saison. L'horaire pourrait être modifié si le nombre de participants le justifie.

Samedi de 9 h 30 à 12 h 30

Du 29 avril au 10 juin

Lundi de 18 h 15 à 21 h 15

Du 24 avril au 5 juin

Relâche lundi 22 mai, remis le 12 juin

Lieu : École Vinet-Souigny

Coût : 76 \$ - 1 h semaine/terrain

126 \$ - 2 h semaine/terrain*

15 \$ - 1 h semaine/terrain

(7 semaines)



ZUMBA GOLD

(Réservé aux 50 ans et plus)

Professeure : Nancy Morissette

La philosophie de la Zumba est de vous permettre d'être en forme, de voir votre niveau d'énergie augmenter, de renforcer vos muscles et d'améliorer votre souplesse.

Vous améliorez votre capacité cardiovasculaire, tout en bougeant sur des rythmes exotiques qui donnent un véritable air de fête.

Jeu de 14 h 15 à 15 h 30

Du 27 avril au 8 juin

Lieu : Centre municipal

Coût : 79 \$ (7 semaines)

15

J'IM, MA VILLE, MES LOISIRS

YOGA/PILATES POWER

16 ans et plus

Professeure : Nancy Morissette

Ce cours regroupe les mouvements de pilates et de yoga les plus efficaces effectués sur un rythme plus rapide afin d'offrir une séance intense. Les exercices favorisent la résistance, le développement de la flexibilité et le cardio.

Jeudi de 19 h à 20 h

Du 27 avril au 8 juin

Lieu : Centre municipal

Coût : 68 \$ (7 semaines)

POWER YOGA

Professeure : Isabelle Lacombe

Salutation au soleil : un enchaînement de douze postures répétées une douzaine de fois. Pratique de différentes postures en statique. L'accent est mis sur le renforcement musculaire.

Mardi de 18 h 45 à 20 h

Du 23 mai au 20 juin

Lieu : École du Tournant

Coût : 63 \$ (5 semaines)

YOGA SUR CHAISE

La Ville de Saint-Constant propose un cours de yoga sur chaise, destiné aux personnes désirant améliorer leur santé physique par une activité en douceur. Ce cours suggère différentes postures adaptées de yoga, des techniques de respiration et de relaxation. Bénéfices au niveau de votre tonus musculaire, votre flexibilité, votre posture, votre concentration, votre énergie, votre sommeil, votre digestion, aide à la réduction du stress et de l'anxiété.

Ce cours s'adresse aux personnes vivant avec une déficience physique (Parkinson, sclérose en plaques, fibromyalgie, AVC, etc.) et leur conjoint(e).

Les mercredis de 14 h à 15 h

Du 26 avril au 7 juin

Lieu : Centre municipal

Coût : Résident 50 \$ • Non-résident 75 \$

LE VINIYOGA

Professeure : Isabelle Lacombe

Un yoga qui s'adapte, car l'esprit du viniyoga est de partir de là où l'on se trouve. L'accent est mis sur la respiration profonde tout en pratiquant différentes postures. Relaxation, méditation et rythme lent. On travaille la force, l'équilibre et la flexibilité du physique et du mental.

Groupe 1

Mardi de 20 h à 21 h 15

Du 23 mai au 20 juin

Lieu : École du Tournant

Coût : 63 \$ (5 semaines)

Groupe 2

Mercredi de 10 h 15 à 11 h 30

Du 24 mai au 21 juin

Lieu : Centre municipal

Coût : 63 \$ (5 semaines)



ATELIER DE YOGA PARENT-ENFANT

4 à 10 ans

Professeure : Isabelle Morin

Tu as entre 4 et 10 ans? Tu as envie d'explorer une nouvelle activité ludique et unique en compagnie de ton parent? Offrez-vous, ton parent et toi, un moment de répit dans votre vie trépidante! Venez découvrir l'univers merveilleux du yoga. Par l'entremise de jeux, postures, massages et exercice de respiration, enfants et parents vivront un moment privilégié où la confiance et l'écoute seront au rendez-vous.

Dimanche 28 mai

De 10 h à 11 h 15

Lieu : Centre culturel Denis-Lord

Coût : 20 \$ non-remboursable

Bibli-oh! ^{À la}

Inscriptions en ligne obligatoires sauf pour l'heure du conte du jeudi. Les places seront disponibles à la date de l'activité précédente.

Heure du conte en pyjama Plus 5 à 8 ans

Des histoires et bricolages pour les enfants de 5 à 8 ans, juste avant d'aller dormir. Une bonne façon de terminer la journée en douceur.

Mardi 9 mai à 18 h 30

Thème : Fête des mères

Mardi 13 juin à 18 h 30

Thème : Fête des pères

Coût : 3 \$ par participant, non-remboursable

Heure du conte en pyjama 3 à 5 ans

Les tout-petits sont invités à venir écouter une histoire et faire un bricolage juste avant d'aller dormir.

Mercredi 10 mai à 18 h 30

Thème : Fête des mères

Mercredi 14 juin à 18 h 30

Thème : Fête des pères

Coût : 3 \$ par participant, non-remboursable

Heure du conte du Samedi 3 à 5 ans

Une sortie les samedis matins qui donnera aux enfants la possibilité de se familiariser avec les livres et se faire de nouveaux amis.

Il y aura des contes à tous les samedis à 11 h du 6 mai au 17 juin, sauf le 20 mai.

Coût : 3 \$ par participant, non-remboursable

Heure du conte du jeudi 3 à 5 ans

Spécialement prévue pour les enfants qui ne fréquentent pas la garderie, cette activité stimulante permettra de leur donner le goût de la lecture. Ils pourront aussi développer leurs habiletés sociales et leur capacité à faire des bricolages simples.

Création de BD 7 à 12 ans

Chaque jeune dessine son superhéros avec un professeur de dessin qui stimule sa créativité et son monde imaginaire. Leur superhéros est ensuite mis en action dans une bd qu'ils créent.

Lieu : Bibliothèque municipale

Date : 30 avril

Heure : 13 h 30 à 15 h

Coût : 5 \$ par participant, non-remboursable

Ateliers 6 à 12 ans

Du bricolage, des livres et des discussions autour du thème proposé pour les 6 à 12 ans.

Mardi 2 mai à 18 h 30

Thème : Fête des mères
Histoire Méli-mélo
Bricolage : Porte-clés

Mardi 6 juin à 18 h 30

Thème : Fête des pères
La vie de Louis Cyr, homme fort
Bricolage : Presse-notes

Coût : 5 \$ par activité
non-remboursable



À la Bibli-oh!

Conférences

LE TITANIC

Venez découvrir la vérité sur le Titanic, de sa conception à son naufrage. Explications et témoignages de survivants seront au programme. Une page d'histoire expliquée comme jamais auparavant.

Date : 10 avril

Heure : 19 h

Lieu : Salle multifonctionnelle de la bibliothèque

Coût : 3 \$ Inscriptions en ligne obligatoires

Non remboursable

« LA SANTÉ PAR LE PLAISIR DE BOUGER »

Cette conférence éveille, motive et passionne en faisant réaliser aux gens que bouger pour le plaisir et pour une meilleure qualité de vie est à leur portée et réalisable pour tous, peu importe l'âge ou la condition.

Depuis plus de 40 ans, Gilles Roussil motive les gens à bouger à titre d'entraîneur, professeur, athlète, motivateur et conférencier.

Date : 1^{er} mai

Heure : 19 h

Lieu : Salle multifonctionnelle de la bibliothèque

Coût : 3 \$ Inscriptions en ligne obligatoires

Non remboursable



LES ROCHEUSES CANADIENNES

La promenade des Glaciers est l'une des plus belles routes panoramiques au monde. Située à l'ouest de Calgary, elle vous séduira par ses beautés. Vous y découvrirez une nature à son meilleur avec des paysages à couper le souffle. Que ce soit au détour d'une route, au creux des montagnes, au sommet d'un belvédère, derrière une forêt ou tout simplement sur un glacier, les rocheuses canadiennes vous émerveilleront.

Date : 8 mai

Heure : 19 h

Lieu : Salle multifonctionnelle de la bibliothèque

Coût : 3 \$ Inscriptions en ligne obligatoires

Non remboursable

AGIR POUR PRÉVENIR

Gratuit

Agir pour prévenir démontre l'impact des saines habitudes de vie sur la diminution des risques de cancer. Il a pour objectif de transmettre aux participants, non pas de l'information sur le cancer, mais un message positif les incitant à s'approprier des gestes favorisant la prévention de cette maladie. Des outils pratiques seront présentés aux participants. Au menu : saines

habitudes alimentaires, activité physique, protection UV, tabagisme, dépistage, services et actions de la Société canadienne du cancer, action individuelle, action communautaire et activités pratiques.

Date : 29 mai

Heure : 19 h

Lieu : Salle multifonctionnelle de la bibliothèque



BIBLIOAIDANTSTM

BIEN INFORMÉS.
MIEUX AIDER.



JOURNÉE MONDIALE DU LIVRE

ET DU DROIT D'AUTEUR

Gratuit

23 AVRIL - JOURNÉE MONDIALE DU LIVRE

LE STUPÉFIANT RAPPORT D'ÉTUDES MYTHOLOGIQUES, FANTASTIQUES ET ALLÉGORIQUES DU LAC DES FÉES DE SAINT-CONSTANT

Pour la journée mondiale du livre, venez rencontrer Brian Perro, auteur de la série Amos d'Aragon, de Wariwulf et producteur du spectacle à grand déploiement Dragao.

Il nous présentera une partie du livre préparé sur le lac des Fées de Saint-Constant et saura nous faire part de ses passions et de ses projets.

Dimanche 23 avril à 13 h

Inscriptions en ligne obligatoires.



DISTRIBUTION DE ROSES

Le 23 avril, comme le veut la tradition, la bibliothèque offrira une rose aux cent premières familles qui viendront emprunter un livre.



IPAD POUR LES CURIEUX

Professeur : Jean Lebout

Introduction au iPad d'Apple. Les tablettes telles que les iPad sont devenues des outils intéressants offrant de vastes possibilités d'information et de loisirs. Apprenez, entre autres, à télécharger des applications et des livres gratuits.

Mardi de 9 h 30 à 11 h 30

Du 25 avril au 23 mai

Lieu : Centre municipal

Coût : 93 \$ (5 semaines)



IPAD: MONTAGE PHOTOS ET VIDÉOS

Professeur : Jean Lebout

Sous forme d'ateliers, transformez vos photos et créez des vidéos à l'aide de certaines applications de traitement d'images : rognez, retouchez et améliorez vos photos. Insérez vos photos et vidéos dans iMovies, tout en ajoutant la musique de votre choix et créez vos propres vidéos. Personnalisez vos montages en créant vos propres décomptes, en insérant vos arrière-plans et en réalisant votre générique. Durant les ateliers, vous découvrirez une technique simple et efficace pour produire une vidéo de qualité professionnelle. Il se peut qu'il y ait des frais supplémentaires (minimes) pour l'achat de certaines applications.

Mercredi de 9 h 30 à 11 h 30

Du 26 avril au 24 mai

Lieu : Centre municipal

Coût : 93 \$ (5 semaines)

19

J'IM, MA VILLE, MES LOISIRS

MAISON DES JEUNES DE SAINT-CONSTANT

Qui sommes-nous?

Nous sommes un organisme communautaire qui existe depuis déjà plus de vingt ans sur le territoire de Saint-Constant. La MDJ est un milieu de vie pour les jeunes âgés de 12 à 17 ans où ils peuvent socialiser, se divertir et se développer au contact d'animateurs sociaux compétents et dynamiques.

Horaire

Mardi	17 h à 20 h
Mercredi	18 h à 21 h
Jeudi	18 h à 21 h
Vendredi	18 h à 22 h
Samedi	13 h à 16 h et 18 h à 22 h

*Les heures d'ouverture
seront bonifiées durant la
période estivale.

Nos activités quotidiennes :

- Activités de prévention et de promotion de la santé
- Cuisines collectives
- Aide aux devoirs
- Activités sportives en tout genre
- Conditionnement physique
- Projets artistiques
- Musique
- Jeux de société (incluant billard, tennis sur table et babyfoot)
- Activités spéciales : (cinéma, centre d'amusement, plein air, bénévolat, etc.)

Nous contacter :

Site internet : www.mdjsaintconstant.com
Adresse courriel : info@mdjsaintconstant.com
Téléphone : 450 638-2010 poste 7250

* Pour accéder à notre programmation hebdomadaire et voir plusieurs photos de nos activités, recherchez « Maison des jeunes de Saint-Constant » sur Facebook.



Mdjsaintconstant



CORPS DE CADETS 2938 ROUSSILLON

Inscriptions tous les mardis du
5 septembre 2017 au 8 mai 2018
entre 18 h 30 et 20 h 30

Lieu : École Jacques-Leber
corpsdecadets.roussillon



CLUB DE MARCHÉ DYNAMIQUE ROUSSILLON

Vous avez envie de vous remettre en forme et ce, à faible coût? La marche dynamique s'avère idéale. Une bonne paire de souliers de course suffit!

La cadence de la marche est de 6 km/h, ce qui est un peu plus rapide qu'une simple promenade. L'activité se déroule le mardi soir, beau temps mauvais temps, et est d'une durée d'une heure.

Le Club propose deux départs tous les mardis à 19 h et 20 h en partance du Centre municipal situé au 160, boulevard Monchamp. L'activité s'adresse à une clientèle adulte.

Lieu : Centre municipal

Inscriptions : marche.roussillon@hotmail.com

Louise Meunier 450 638-3040

Johanne Provost-Mitchell 450 632-4336

Coût : 25 \$ (1 an)

Renseignements : www.clubdemarchedynamique.com

BASEBALL - ABM ROUSSILLON

Inscriptions en ligne

www.abmroussillon.com

abmroussillon@hotmail.com



Niveau	Année de naissance	Coût
Novice (Rallye Cap)	2012-2013	30 \$
T-Ball (Rallye Cap)	2010-2011	95 \$
Atome	2008-2009	140 \$
Moustique	2006-2007	150 \$
Pee-wee	2004-2005	160 \$
Bantam	2002-2003	170 \$
Midget	1999-2001	180 \$

CLUB DE PATINAGE DE VITESSE SAINT-CONSTANT

DÉBUT DE LA SAISON : DÉBUT SEPTEMBRE 2017

École de patin « petits espoirs »

Patinage de vitesse profil régulier

Patinage de vitesse profil performance

Inscriptions : inscription-cpvsc@hotmail.com

Frédéric Parisien, Président 514 839-6054

Caroline Séguin, Vice-Présidente 514 554-5089

Renseignements : cpvsaint-constant@hotmail.com

 CPV-Saint-Constant

JARDINS COMMUNAUTAIRES

Le programme de jardins communautaires revient cette année sur le terrain du Centre culturel Denis-Lord, situé au 66, rue Maçon. Dix-huit jardinets sont disponibles pour la location saisonnière au coût de 15 \$. De plus, deux jardinets seront disponibles pour les personnes à mobilité réduite. Ce programme est réservé aux résidents.

Réservation des jardinets en ligne à compter du 3 avril 2017.

saint-constant.ca



ASSOCIATION DE SOCCER DE SAINT-CONSTANT

1040, rue de l'Union #1

Sainte-Catherine, QC J5C 1B3

Téléphone : 450 993-1682

admin@soccercsr.ca

info-soccer@soccer-saint-constant.ca



Des frais de 25 \$ seront applicables pour les inscriptions après le 15 avril.

Catégories	Tarifs ASSC
U4-U5 (2013-2012)	110 \$
U6-U7 (2011-2010)	130 \$
U8 (2009)	140 \$
U9- U10 (2008-2007)	150 \$
U11-U12 (2006-2005)	170 \$
U13-U14 (2004-2003)	210 \$
U15-U16 (2002-2001)	230 \$
U17-U18 (2000-1999)	240 \$
U 21 (1998-1997-1996)	250 \$



21

J'IM MA VILLE, MES LOISIRS

DÉFI SANTÉ EN LIEN AVEC NOTRE POLITIQUE ALLEZ HOP!

Tous les samedis du mois d'avril, profitez d'animations gratuites et libres dans nos parcs. La troupe « Allez hop! » sera sur place de 10 h à 11 h 30 pour vous faire bouger!

7 à 12 ans

1^{er} avril : Centre culturel Denis-Lord

8 avril : Centre culturel Claude-Hébert

15 avril : Centre municipal

22 avril : Centre culturel Denis-Lord

29 avril : Centre municipal



CIRCUIT TREKFIT

(débutant et intermédiaire, 18 ans et +)

Un entraînement en plein air ça vous dit? Vous pourrez bientôt profiter de notre circuit de conditionnement physique *TREKFIT* qui sera situé tout près du bassin Tougas. Simples, robustes et polyvalents, les équipements *TREKFIT* répondront aussi bien aux besoins quotidiens des athlètes amateurs qu'à ceux des gens qui souhaitent retrouver la forme.

Surveillez les publications de la Ville pour connaître la programmation de cours gratuits et les ateliers de démonstration des installations *TREKFIT* de Saint-Constant.

DÉFI BOUGEONS ENSEMBLE

Le Défi Bougeons ensemble! est de retour pour une 4^e année consécutive le dimanche 7 mai 2017 à Saint-Constant.

La CSDGS invite de nouveau ses élèves, les membres de son personnel ainsi que leurs familles à vivre une expérience de course ou de marche. Quatre parcours sont offerts aux participants : un parcours amical de 1 km non chronométré, qui permet aux plus jeunes et moins jeunes de participer à l'événement, et des parcours de 2, 5 et 10 km chronométrés. Le départ se fera au Centre Isatis Sport situé au 310, rue Wilfrid-Lamarque.

Renseignements : www.csdgs.qc.ca/bougeonsensemble

LOCATION DE SALLE A EXPORAIL

40 % d'escompte pour les citoyens

Vous cherchez un espace pouvant accueillir jusqu'à 335 personnes à un prix intéressant? Louez la salle multifonctionnelle d'Exporail, le musée ferroviaire canadien et profitez d'un environnement exceptionnel.

Vous êtes résident de Saint-Constant? Un rabais de 40 % du tarif régulier vous sera accordé sur présentation d'une preuve de résidence. Informez-vous au 450 638-1522, poste 221.

Veuillez prendre note qu'il est interdit de fumer dans tous les édifices publics en vertu de la loi L.Q. 1998, c.33.



LOCATION DE SALLE

Vous organisez un événement, un baptême, un anniversaire, une réunion, un colloque ou autre? Plusieurs salles municipales pouvant recevoir entre 15 et 100 personnes sont disponibles aux endroits suivants :

- Centre municipal (160, boulevard Monchamp)
- Centre culturel Denis-Lord (66, rue Maçon)
- Centre culturel Claude-Hébert (85, montée Saint-Régis)

Le prix de location varie de 19 \$ à 58,25 \$ l'heure excluant les taxes, selon la taille de la salle. D'autres frais peuvent également s'appliquer selon le type d'événement (permis d'alcool, droits d'auteur, entretien ménager). Veuillez réserver au moins 7 jours ouvrables à l'avance.

Pour la période des fêtes 2017, il sera possible de réserver à compter de 18 h le 11 avril 2017. Prenez note que les réservations au comptoir du Service des loisirs seront prioritaires. Pour tous renseignements supplémentaires, veuillez communiquer au 450 638-2010 poste 7212.

INSCRIVEZ-VOUS EN LIGNE

Ayez l'esprit tranquille en vous inscrivant en ligne à la prochaine session d'activités de loisirs à compter de 18 h le jeudi 4 avril. Les inscriptions seront ouvertes jusqu'au mercredi 19 avril à 12 h.

CARTE CITOYENNE OBLIGATOIRE

Votre numéro d'utilisateur se trouve sous le code à barres. Ne pas tenir compte des 00 avant les autres chiffres. Si vous n'avez pas encore votre carte citoyenne, vous pouvez l'obtenir gratuitement au Service des loisirs ou à la bibliothèque. Cette étape est essentielle pour vos transactions électroniques et pour utiliser les services de la bibliothèque.

SERVICE DES LOISIRS

160, boulevard Monchamp, Saint-Constant J5A 2K8
Aucune inscription ne sera acceptée par téléphone et aucune place ne peut être réservée.

Renseignements : 450 638-2010, poste 7200.

Heures d'ouverture : Lundi au jeudi, de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30

Vendredi, de 8 h 30 à 13 h

DES LOISIRS ACCESSIBLES

Nos activités sont accessibles aux personnes handicapées. Communiquez avec nous pour en savoir plus.

PAIEMENT

- Par Visa ou Mastercard pour les inscriptions en ligne seulement. Imprimez votre reçu à partir du site ou demandez à le recevoir par courriel.
- Par chèque à l'ordre de Ville de Saint-Constant (paiement différé). Si vous désirez vous inscrire à plusieurs activités, vous pouvez faire un chèque pour l'ensemble des frais. Le chèque doit être fait en date du 20 avril. Des frais de 35 \$ s'ajoutent pour les chèques retournés. Prenez note que le chèque peut être encaissé après la date indiquée.
- Par Interac (paiement différé) ou en argent comptant. Un reçu vous sera remis lors de l'inscription à partir du 4 avril.

Prenez note : La TPS et la TVQ sont incluses dans le coût lorsqu'elles s'appliquent. Des frais additionnels de 50 % s'ajoutent aux coûts d'inscription pour les non-résidents.

REMBOURSEMENT

Toute demande de remboursement doit être faite avant la tenue de la deuxième activité. Aucun remboursement ne sera possible par la suite. Les demandes de remboursement acheminées avant le 21 avril seront effectuées intégralement. Après cette date, le Service des loisirs conservera des frais administratifs de 15 \$ pour toute demande de remboursement. Advenant le

cas où un cours ait déjà eu lieu lors de la demande de remboursement, celui-ci sera effectué au prorata des cours restants. La seule procédure admissible pour les demandes de remboursement est de communiquer directement avec le secrétariat du Service des loisirs au poste 7200 ou de se présenter au comptoir durant les heures normales d'ouverture des bureaux.

RAISON MÉDICALE

Sur présentation d'un certificat médical, la Ville de Saint-Constant effectuera un remboursement calculé au prorata des cours suivis et retiendra des frais de 15 \$.

ACCIDENT

Les dépenses occasionnées suite à une blessure survenue durant la pratique d'une activité sont assumées en totalité par le participant.

VIGNETTE D'ACCOMPAGNEMENT DE LOISIRS

La vignette d'accompagnement de loisirs permet l'accès gratuit lors d'une participation à des activités de loisirs aux accompagnateurs de personnes d'au moins 12 ans atteintes d'un handicap ou d'un trouble de santé mentale permanent.

ANNULATION

Le Service des loisirs se réserve le droit d'annuler l'une ou l'autre des activités en raison de l'absence de disponibilité de locaux ou de professeurs. Advenant le cas où le Service des loisirs aurait à reporter un cours, il est possible qu'il ne soit pas remis à la même journée et aux heures habituelles.

INITIATION

Veillez prendre note que les cours offerts par le Service des loisirs sont d'abord et avant tout des cours d'initiation. Pour ceux et celles qui souhaiteraient participer à des cours de perfectionnement, nous les invitons à s'adresser aux entreprises locales spécialisées.

LES ACTIVITÉS AURONT LIEU AUX ENDROITS SUIVANTS :

Centre municipal : 160, boul. Monchamp
Centre culturel Denis-Lord : 66, rue Maçon
Bibliothèque municipale : 121, rue Saint-Pierre
École Vinet-Souigny : 13, montée Saint-Régis
École Félix-Leclerc : 161, boul. Monchamp
École de l'Aquarelle - Armand-Frappier :
291 - 295, rue Sainte-Catherine
École du Tournant : 65, montée Saint-Régis
École Piché-Dufrost :
26, rue Sainte-Catherine

La Boucle

DU GRAND DÉFI PIERRE LAVOIE

Le 2 juillet prochain, la Ville de Saint-Constant accueillera plus de 8 000 cyclistes à l'occasion de *La Boucle* du Grand défi Pierre Lavoie. Cette année, la Ville sera un important point de ravitaillement pour les cyclistes. Pour assurer le bon déroulement de ce grand rassemblement, nous avons besoin d'une centaine de bénévoles. Cette journée festive sera sans aucun doute mémorable pour ceux et celles qui s'y impliqueront!

CONSTANTINS RECHERCHÉS

Pour s'inscrire comme bénévole, vous devez avoir 16 ans et plus. Une formation pour les bénévoles sera donnée le 21 juin en soirée.
Inscriptions : inscription.legdpl.com



le
grand
DÉFI
PIERRE LAVOIE