PÉRIODE D'INSCRIPTION 30 MARS À 12 H AU 6 AVRIL 12 H

# PROGRAMMATION LOISIRS, SPORTS, CULTURE & VIE COMMUNAUTAIRE



**PRINTEMPS 2023** 



# **TABLE DES MATIÈRES**

Dates d'inscriptionp. 2
Modalités d'inscriptionp. 3
Centre multifonctionnelp. 5
Bibliothèque La Plume d'Oiep. 6
Je deviens bénévolep. 6
Activités jeunessesp. 7
Activités adultes et ainésp. 10
Cours de natation jeunessep. 15
Cours de natationp. 23
Activités aquatiquesp. 25
Organismesp. 28
Contacts / informationsp. 30

## **DATES D'INSCRIPTION**

# Résidents de Beaupré :

Du 30 mars à 12 h au 6 avril à 12 h

#### Non-résidents (seulement loisirs) :

Du 31 mars à 12 h au 6 avril à 12 h

# **MODALITÉS D'INSCRIPTION**

#### **INSCRIPTION**

Pour la session, il y a deux façons de s'inscrire :

- 1. En ligne au<u>www.villedebeaupre.com</u> (dans la section «Loisirs et culture» cliquez sur «Inscriptions et formulaires», puis sur le lien d'inscription en ligne).
- 2. Par téléphone au 418 827-8902, auprès des coordonnatrices (loisirs et aquatique) : dès le 30 mars à 12 h. Les demandes par téléphone seront traitées dès que possible.

#### LA RÈGLE DU PREMIER ARRIVÉ, PREMIER SERVI SERA APPLIQUÉE EN TOUT TEMPS.

#### REMBOURSEMENT ET MODIFICATION

Des frais d'administration de 15 % seront chargés à toute personne inscrite à une activité qui l'annule avant le premier cours. Après le premier cours, aucun remboursement ne sera effectué sauf sur présentation d'un billet médical. Ce remboursement s'effectuera au prorata du nombre de cours reçus. Selon le nombre d'inscriptions, la Ville se réserve le droit d'annuler ou de modifier les activités.

#### **RESPONSABILITÉ**

La Ville de Beaupré se dégage de toutes responsabilités quant aux dommages corporels, matériels, pertes ou vols, pouvant survenir dans le cadre des activités du Service des loisirs. Par conséquent, aucun recours ne pourra être intenté contre elle.

#### **PRISE DE PHOTOS**

Veuillez prendre note que, lorsque vous participez à un cours ou un événement de la Ville de Beaupré, vous êtes susceptible d'être pris en photo qui pourront être utilisées à des fins de publicité ou promotion.

#### **DÉFINITION DE RÉSIDENT**

<u>Centre multifonctionnel</u>: Personne physique ayant sa résidence principale à Beaupré ou propriétaire non domicilié qui reçoit un compte de taxes municipales de Beaupré. Sont aussi considérés comme résidents les enfants qui sont en garde partagée et reconnue selon un jugement de la cour.

Centre aquatique entre fleuves et montagnes : Personne physique ayant sa résidence principale ou propriétaire non domicilié qui reçoit un compte de taxes municipales à Beaupré, Sainte-Anne-de-Beaupré ou Saint-Joachim. Sont aussi considérés comme résidents les enfants qui sont en garde partagée et reconnue selon un jugement de la cour. sont considérés résidents.

#### **DÉFINITION DE NON-RÉSIDENT**

<u>Centre multifonctionnel</u> : Personne physique n'ayant pas sa résidence principale à Beaupré ou qui ne reçoit pas de compte de taxes municipales de Beaupré.

<u>Centre aquatique entre fleuves et montagnes</u>: Personne physique n'ayant pas sa résidence principale ou qui ne reçoit pas de compte de taxes municipales de Beaupré, Sainte-Anne-de-Beaupré ou Saint-Joachim. <u>Aucune tarification non-résidente en vigueur.</u>

#### **TAXES**

Le coût d'inscription à certains ateliers contenus dans ce guide inclut la TPS et la TVQ lorsqu'elles s'appliquent.

#### **INSCRIPTION EN RETARD**

Les inscriptions reçues après la date limite d'inscription seront acceptées si des places sont encore disponibles. Cependant, si le cours est déjà commencé, aucun crédit ne sera accordé pour la portion écoulée.



# HEURES D'OUVERTURE

**CENTRE** 

MULTIFONCTIONNEL

Lundi au vendredi : 7 h à 22 h Samedi et dimanche : 8 h à 16 h

#### **POUR NOUS JOINDRE**

Téléphone: (418) 827-8902 cmb@villedebeaupre.com

Salles polyvalentes Idéales pour les réunions familiales, formations, conférences, baptêmes, après-funérailles, etc. Elles disposent d'un système audiovisuel.

**LOCATION DE SALLES** 

Gymnase simple ou double : Activités sportives, culturelles et communautaires.

Aires de rassemblement au rez-de-chaussée ou au 2e étage avec la terrasse

#### **CARTE D'ABONNEMENT**

CMB: Accès à toutes les activités libres (sans réservation). Pickleball: Accès aux périodes réservées par le Club et au gymnase (sans réservation).

#### **ESPACE COLLABORATIF**

Parfait pour les travailleurs autonomes et les étudiants qui recherchent un endroit tranquille pour travailler/étudier.

#### LOCATION D'ACTIVITÉS ET DE JEUX DE SOCIÉTÉ

Une table de billard, deux tables de ping-pong, deux tables de « babyfoot », vélos de spinning, jeu de dards, etc. Plusieurs jeux de société sont disponibles sur place.

#### **AUTRE LOCAL DISPONIBLE POUR LOCATION:**

Centre communautaire (20, rue de Fatima Est)

Pour des informations concernant la tarification et les disponibilités, communiquez avec nous au 418 827-4541



# **BIBLIOTHÈQUE LA PLUME D'OIE**

#### **HEURES D'OUVERTURE**

Dimanche : 13 h à 15 h Lundi : 18 h 30 à 20 h 30 Mercredi : 13 h à 15 h

Vendredi : 18 h 30 à 20 h 30

#### **NOUS JOINDRE**

11298, rue de la Salle 418 827-8483 bibliothèque@villedebeaupre.com



#### Carte d'abonnement GRATUITE



# **JE DEVIENS BÉNÉVOLE**

Les bénévoles sont indispensables dans toutes les sphères de la vie. Les organismes et la ville recherchent toujours des bénévoles prêts à s'impliquer dans différentes activités. Vous êtes passionné et prêt à investir du temps pour votre communauté? Plusieurs organismes sont toujours à la recherche de nouveaux bénévoles.

- Bibliothèque la Plume d'Oie (418 827-8483)
- Association Bénévole Côte-de-Beaupré (418 827-8780)
- Événements de la Ville de Beaupré (418 827-8902)

# **ACTIVITÉS JEUNESSES**

#### MINI-NINJA

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût (N-R)
4 - 12 ans	Lundi 18 h 15 à 19 h 15	10 avril au 29 mai 2023	Centre multifonctionnel	36 \$ (72 \$)
4 - 12 ans	Mercredi 18 h 15 à 19 h 15	12 avril au 31 mai 2023	Centre multifonctionnel	36 \$ (72 \$)

Professeur: Karaté Côte-de-Beaupré

**Description**: Karaté pour débutant. Initiez vos enfants aux arts martiaux tout en s'amusant! Respect, discipline et confiance en soi!

#### KARATÉ

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût (N-R)
10 ans et +	Lundi 18 h 15 à 19 h 15	10 avril au 29 mai 2023	Centre multifonctionnel	36 \$ (72 \$)
10 ans et +	Mercredi 19 h 30 à 20 h 30	12 avril au 31 mai 2023	Centre multifonctionnel	36 \$ (72 \$)

Professeur: Luc Paquette

**Description**: Apprenez à vous défendre tout en améliorant votre corps, vos réflexes et votre confiance! Venez repousser vos limites ou seulement vivre une nouvelle expérience.

#### MINI-BASKET

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
1re à 6e année	Vendredi 18 h 30 à 19 h 30	12 mai au 16 juin 2023	Centre multifonctionnel	68\$

Professeur: Simon Morin-Robitaille

Inscription:

Site internet : embq.qc.ca Courriel: embq@embq.gc.ca Téléphone : (581) 741-6658

Faites vite, les places sont limitées!!

# TENNIS 2023

SESSION PRINTEMPS

DÈS LE 21 MAI 2023

COÛT: 65,00 \$ + TX. 5 SEMAINES DE COURS

COURS DE TENNIS

POUR TOUS LES ÂGES

(DIMANCHE ENTRE 8 H ET 12 H SELON LES GROUPES)



**EN COLLABORATION AVEC** 

# **L2TENNIS**

Pour s'inscrire:

https://latennis.proinscription.com/inscription/endroit/beaupre?group=1

INSCRIPTION SESSION PRINTEMPS 2023



Apprendre à bouger sur le rythme de la musique tout en effectuant des mouvements acrobatiques. Le break est un style de danse autant pour les garçons que pour les filles. Plusieurs activités plaisantes incluses. Le style de danse Hip-Hop est également offert.

Il est important de prévoir une tenue sportive et des espadrilles d'intérieur.

Coût: 102 \$ + taxes pour une session de 7 cours de 1 h (Break) 82 \$ + taxes pour une session de 7 cours de 1 h (Hip-Hop) Clientèle: - 3 à 5 ans - 6 à 8 ans - 9 à 14 ans - 15 ans et + Dates des cours: Du 30 avril au 14 juin 2023 (7 semaines) Lieu: - Centre multifonctionnel de Beaupré (70, rue des Érables) - Centre communautaire de Beaupré (20, Rue Fatima Est)

Horaire détaillé :

Dimanche CC (Break)

9h à 10h Débutant 5-8 ans

10h à 12h Young Prodigy (groupe de compétition)

Page Facebook : École de danse PowerMove site web : ecolepowermove.com

Dimanche CMB (Hip-Hop)

10h à 11h Initiation Hip-Hop 2-3 ans

11h à 12h Hip-Hop débutant 4-6 ans

12h à 13h Hip-Hop débutant 7-9 ans

13h à 14h Hip-Hop intermédiaire 9

ans et +

Lundi CC (Break) 17h à 18h30 intermédiaire 9 ans et + 18h30 à 20h avancé 9 ans et + Mardi CMB (Break) 17h à 18h débutant/intermédiaire 5-8 ans 18h à 19h intermédiaire 7 ans et + 19h à 20h 15 ans et + (tous

Pour information et inscription :

niveaux admis)

Mercredi CC (Break) 17h à 18h avancé 7-9 ans 18h à 19h Wild Breakerz (groupe de compétition)

# **ACTIVITÉS ADULTES ET AÎNÉS**

#### AXE ET FORCE (STRETCHING)

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
18 ans et +	Mardi 10 h 45 à 11 h 45	18 avril au 6 juin 2023	Centre multifonctionnel	83\$

Professeur: Équipe 100 % Énergie

**Description**: Que ce soit pour la relaxation ou l'augmentation de la souplesse, les étirements proposés favorisent le relâchement musculaire. Des exercices de stabilisation qui favorisent la prise de conscience corporelle pour mieux adapter nos mouvements de la vie quotidienne. Débutant et intermédiaire

## REMISE EN FORME 50 ANS ET +

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
50 ans et +	Mardi 9 h 30 à 10 h 30	18 avril au 6 juin 2023	Centre multifonctionnel	83\$

Professeur: Équipe 100 % Énergie

**Description**: Ce cours s'adresse aux 50 ans et plus qui cherchent une activité physique complète et dynamique. Programme basé sur une augmentation ou un maintien de la masse musculaire. Exercices adaptés et d'intensités variées accessibles à tous. Débutant et intermédiaire

#### **SPINNING**

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
18 ans et +	Lundi 17 h 15 à 18 h	17 avril au 5 juin 2023	Centre multifonctionnel	83\$
18 ans et +	Lundi 18 h 15 à 19 h	17 avril au 5 juin 2023	Centre multifonctionnel	83\$
18 ans et +	Lundi 19 h 15 à 20 h	17 avril au 5 juin 2023	Centre multifonctionnel	83\$
18 ans et +	Mercredi 17 h 15 à 18 h	19 avril au 7 juin 2023	Centre multifonctionnel	83\$
18 ans et +	Mercredi 18 h 15 à 19 h	19 avril au 7 juin 2023	Centre multifonctionnel	83\$
18 ans et +	Mercredi 19 h 15 à 20 h	19 avril au 7 juin 2023	Centre multifonctionnel	83\$
18 ans et +	Vendredi 12 h à 12 h 45	21 avril au 9 juin 2023	Centre multifonctionnel	83\$

Professeur: Équipe 100 % Énergie

**Description**: L'exercice sans impact par excellence et efficace pour augmenter la capacité cardio respiratoire. Un programme conçu en endurance, en force et en accélération sur une musique rythmée.

#### **CARDIO-KICK**

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
14 ans et +	Mercredi 18 h 15 à 19 h 15	12 avril au 31 mai 2023	Centre multifonctionnel	72\$

Professeur: Luc Paquette

**Description**: Entraînement basé sur les arts martiaux pour développer les réflexes, l'endurance, la vitesse et la force tout en s'amusant! Idéal pour se remettre en forme ou simplement se défouler! Entraînement adapté à chacun. «Hand wrap» (bandage pour les mains) gratuit au premier cours. Possibilité d'acheter des gants de boxe sur place.

## KARATÉ

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
14 ans et +	Lundi 18 h 15 à 19 h 15	10 avril au 29 mai 2023	Centre multifonctionnel	72\$
14 ans et +	Mercredi 19 h 30 à 20 h 30	12 avril au 31 mai 2023	Centre multifonctionnel	72\$

**Professeur**: Luc Paquette

**Description**: Apprenez à vous défendre tout en améliorant votre corps, vos réflexes et votre confiance! Venez repousser vos limites ou seulement vivre une nouvelle expérience.

#### YOGA HATHA

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
16 ans et +	Jeudi 18 h à 19 h	13 avril au 1er juin 2023	Centre multifonctionnel	74\$

Professeur: Frédérique Jodoin

**Description**: Le hatha yoga est considéré comme l'une des formes les plus traditionnelle de yoga. Une séance plus lente ainsi que des postures maintenues pour plusieurs cycles respiratoires vous attend. Dans cette classe, nous explorerons plusieurs techniques de respiration (pranayamas) ainsi que la méditation consciente ce qui vous invitera a vous intérioriser.

#### YOGA HATHA FLOW

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
16 ans et +	Mardi 13 h à 14 h	11 avril au 30 mai 2023	Centre multifonctionnel	74\$

**Professeur**: Frédérique Jodoin

**Description**: Dans ce cours, vous aurez la chance de vivre une douce union entre yoga vinyasa et yoga hatha. Il y aura l'intégration de moments plus lents, méditatifs ainsi que différentes techniques de respiration (pranayamas) en plus de moments dynamiques et énergisants dans lesquels chaque mouvement est guidé par le souffle. Vous vous laisserez sans aucun doute bercer par le flow de cette belle classe de yoga.

#### MISE EN FORME INTELLECTUELLE

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
50 ans et +	Mardi 9 h à 11 h 30	10 janvier au 9 mai 2023	Hôtel de ville Salle du conseil	10 \$

Professeur: Centre d'éducation des adultes CSDPS

**Description**: Les cours s'adressent à des adultes qui veulent maintenir ou développer leurs capacités cognitives. L'atelier se donne dans une ambiance agréable et respectueuse.

Chaque participant doit fournir une photocopie d'un certificat de naissance valide et d'une pièce d'identité avec photo.

#### **ZUMBA**

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
18 ans et +	Mardi 19 h 45 à 20 h 45	18 avril au 6 juin 2023*	Centre communautaire	70 \$

Professeur : Vanessa Lépine

**Description**: Viens enfiler tes souliers et viens danser sur des enchaînements entraînants et festifs. Alliant exercices aérobiques, physiques et la danse sur des rythmes latins tel le reggaeton, la soca, la bachata, le merengue et la salsa. La Zumba te permettra de travailler ton cardio et de tonifier ton corps d'une façon ludique et motivante. Tu ne verras pas le temps passer. Tu en sortiras avec le sourire et le cœur léger!

\*Il n'y aura pas de cours le 23 mai 2023

# **COURS DE NATATION JEUNESSE**

# PARENT & ENFANT 1 - 6 À 12 MOIS

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
6 à 12 mois et parent	Samedi 8 h 30 à 9 h	22 avril au 10 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
6 à 12 mois et parent	Dimanche 9 h 05 à 9 h 35	23 avril au 11 juin 2023	Bassin récréatif	40\$

# PARENT & ENFANT 2 - 12 À 24 MOIS

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
12 à 24 mois et parent	Samedi 10 h 15 à 10 h 45	22 avril au 10 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
12 à 24 mois et parent	Dimanche 9 h 40 à 10 h 10	23 avril au 11 juin 2023	Bassin récréatif	40\$

# PARENT & ENFANT 3 - 2 À 3 ANS

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
2 à 3 ans et parent	Samedi 9 h 40 à 10 h 10	22 avril au 10 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
2 à 3 ans et parent	Dimanche 11 h 25 à 11 h 55	23 avril au 11 juin 2023	Bassin récréatif	40\$

# PRÉSCOLAIRE 1 - 3 À 5 ANS

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
3 à 5 ans	Samedi 8 h 30 à 9 h	22 avril au 10 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
3 à 5 ans	Samedi 11 h 25 à 11 h 55	22 avril au 10 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
3 à 5 ans	Dimanche 9 h 40 à 10 h 10	23 avril au 11 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
3 à 5 ans	Mardi 17 h 15 à 17 h 45	25 avril au 13 juin 2023	Bassin récréatif	40\$

# PRÉSCOLAIRE 2 - 3 À 5 ANS

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
3 à 5 ans	Samedi 9 h 05 à 9 h 35	22 avril au 10 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
3 à 5 ans	Dimanche 8 h 30 à 9 h	23 avril au 11 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
3 à 5 ans	Dimanche 11 h 25 à 11 h 55	23 avril au 11 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
3 à 5 ans	Mardi 17 h 50 à 18 h 20	25 avril au 13 juin 2023	Bassin récréatif	40\$

# PRÉSCOLAIRE 3 - 3 À 5 ANS

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
3 à 5 ans	Samedi 9 h 40 à 10 h 10	22 avril au 10 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
3 à 5 ans	Dimanche 10 h 50 à 11 h 20	23 avril au 11 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
3 à 5 ans	Mardi 18 h 25 à 18 h 55	25 avril au 13 juin 2023	Bassin récréatif	40\$

# PRÉSCOLAIRE 4 - 3 À 5 ANS

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
3 à 5 ans	Samedi 10 h 15 à 10 h 45	22 avril au 10 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
3 à 5 ans	Dimanche 10 h 15 à 10 h 45	23 avril au 11 juin 2023	Bassin récréatif	40\$

# PRÉSCOLAIRE 5 - 3 À 5 ANS

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
3 à 5 ans	Dimanche 9 h 05 à 9 h 35	23 avril au 11 juin 2023	Bassin récréatif	40\$

#### NAGEUR 1 - 6 ANS ET +

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
6 ans et +	Samedi 9 h 05 à 9 h 35	22 avril au 10 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
6 ans et +	Samedi* 10 h 50 à 11 h 20	22 avril au 10 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
6 ans et +	Samedi* 10 h 50 à 11 h 20	22 avril au 10 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
6 ans et +	Dimanche 8 h 30 à 9 h	23 avril au 11 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
6 ans et +	Dimanche 12 h à 12 h 30	23 avril au 11 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
6 ans et +	Mardi 17 h 15 à 17 h 45	25 avril au 13 juin 2023	Bassin récréatif	40\$

\*La répétition de la plage horaire du samedi n'est pas une erreur, il y a bien 2 cours offerts en même temps.

# NAGEUR 2 - 6 ANS ET +

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
6 ans et +	Samedi 11 h 25 à 11 h 55	22 avril au 10 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
6 ans et +	Dimanche 10 h 15 à 10 h 45	23 avril au 11 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
6 ans et +	Dimanche 10 h 50 à 11 h 20	23 avril au 11 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
6 ans et +	Dimanche 12 h à 12 h 30	23 avril au 11 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
6 ans et +	Mardi 17 h 50 à 18 h 20	25 avril au 13 juin 2023	Bassin récréatif	40\$
6 ans et +	Mardi 18 h 25 à 18 h 55	25 avril au 13 juin 2023	Bassin récréatif	40\$

# NAGEUR 3 - 6 ANS ET +

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
6 ans et +	Dimanche 8 h 30 à 9 h 15	23 avril au 11 juin 2023	Bassin principal	52\$
6 ans et +	Dimanche 9 h 20 à 10 h 05	23 avril au 11 juin 2023	Bassin principal	52\$

# NAGEUR 4 - 6 ANS ET +

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
6 ans et +	Dimanche 10 h 10 à 10 h 55	23 avril au 11 juin 2023	Bassin principal	52\$
6 ans et +	Dimanche 11 h à 11 h 45	23 avril au 11 juin 2023	Bassin principal	52\$

# NAGEUR 5 - 6 ANS ET +

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
6 ans et +	Dimanche 11 h 50 à 12 h 35	23 avril au 11 juin 2023	Bassin principal	52\$
6 ans et +	Jeudi 17 h 15 à 18 h	27 avril au 15 juin 2023	Bassin principal	52\$

# NAGEUR 6 - 6 ANS ET +

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
6 ans et +	Jeudi 18 h 05 à 18 h 50	27 avril au 15 juin 2023	Bassin principal	52\$

# JEUNE SAUVETEUR INITIÉ

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
8 à 12 ans	Samedi 9 h 00 à 9 h 55	22 avril au 10 juin 2023	Bassin principal	64\$
8 à 12 ans	Samedi 10 h 00 à 10 h 55	22 avril au 10 juin 2023	Bassin principal	64\$
8 à 12 ans	Samedi 11 h 00 à 11 h 55	22 avril au 10 juin 2023	Bassin principal	64\$

# **COURS DE NATATION**

#### NAGEUR ADULTE 1

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
16 ans et +	Jeudi* 14 h 45 à 15 h 40	27 avril au 15 juin 2023	Bassin principal	72\$
16 ans et +	Jeudi 17 h 15 à 18 h 10	27 avril au 15 juin 2023	Bassin principal	72\$

#### NAGEUR ADULTE 2

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
16 ans et +	Mardi 19 h à 19 h 55	25 avril au 13 juin 2023	Bassin principal	72\$
16 ans et +	Jeudi 14 h 45 à 15 h 40	27 avril au 15 juin 2023	Bassin principal	72\$

\*Ce cours est combiné avec le groupe de nageur 2. Pour vous inscrire à ce cours, vous devez sélectionner la plage horaire du groupe de nageur 2.

# CROIX DE BRONZE

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
13 ans et +	Dimanche 10 h à 13 h	23 avril au 11 juin 2023	Bassin principal	165\$

#### REQUALIFICATION SAUVETEUR NATIONAL

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
13 ans et +	Dimanche 12 h 30 à 17 h	23 avril 2023	Bassin principal	100 \$

# ENTRAÎNEMENT SUPERVISÉ

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
12 ans et +	Mardi 19 h à 19 h 55	25 avril au 13 juin 2023	Bassin principal	72\$
12 ans et +	Jeudi 18 h 15 à 19 h 10	27 avril au 15 juin 2023	Bassin principal	72\$

# **ACTIVITÉS AQUATIQUES**

# **AQUACIRCUIT**

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
12 ans et +	Lundi 19 h à 19 h 55	24 avril au 12 juin 2023	Bassin principal	72\$

# **AQUAMIXTE**

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
12 ans et +	Lundi 9 h 45 à 10 h 40	24 avril au 12 juin 2023	Bassin principal	72 \$

# AQUAÉNERGIE

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
12 ans et +	Lundi 18 h à 18 h 55	24 avril au 12 juin 2023	Bassin principal	72\$

#### **AQUAFORME**

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût *
12 ans et +	Lundi 8 h 45 à 9 h 40	24 avril au 12 juin 2023	Bassin principal	72 \$
12 ans et +	Lundi 14 h à 14 h 55	24 avril au 12 juin 2023	Bassin principal	72 \$
12 ans et +	Lundi 17 h à 17 h 55	24 avril au 12 juin 2023	Bassin principal	72 \$
12 ans et +	Mardi 10 h à 10 h 55	25 avril au 13 juin 2023	Bassin principal	72 \$
12 ans et +	Mardi 14 h 45 à 15 h 40	25 avril au 13 juin 2023	Bassin principal	72 \$
12 ans et +	Mercredi 10 h à 10 h 55	26 avril au 14 juin 2023	Bassin principal	72 \$
12 ans et +	Mercredi 19 h 30 à 20 h 25	26 avril au 14 juin 2023	Bassin principal	72\$

\*La tarification pour les cours de mise en forme aquatique peut varier selon l'âge. Veuillez consulter notre site web pour plus de détails.

# AQUAJOGGING

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
12 ans et +	Mercredi 9 h à 9 h 55	26 avril au 14 juin 2023	Bassin principal	72 \$
12 ans et +	Jeudi 13 h 30 à 14 h 25	27 avril au 15 juin 2023	Bassin principal	72 \$

# AQUADOUX

Clientèle	Horaire	Période	Endroit	Coût
12 ans et +	Mardi 9 h à 9 h 55	25 avril au 13 juin 2023	Bassin principal	72\$
12 ans et +	Mercredi 14 h à 14 h 55	26 avril au 14 juin 2023	Bassin principal	72\$

# **DRGANISMES**

ASSOCIATION BÉNÉVOLE CÔTE-DE-BEAUPRÉ

**Téléphone**: 418-827-8780

**Courriel**: info@associationbenevolecb.com

CARREFOUR JEUNESSE-EMPLOI / L'APPUI

**Téléphone**: 418-827-8211

Adresse: 216, rue Prévost, Beaupré (Qc), GoA 1E0

SCOUT CÔTE-DE-BEAUPRÉ

**Courriel**: le41legroupescout@hotmail.com

Facebook : 41 Groupe Scout de Côte-de-Beaupré

**FADOQ** 

**Téléphone**: 418-827-2658

Adresse: 20 rue Fatima Est, Beaupré (Qc), GoA 1E0

MDJ L'ÉNIGME DE BEAUPRÉ

**Téléphone**: 418-827-8668

Courriel: mdjlenigme@videotron.ca

ÉCOLE DE MUSIQUE CÔTE-DE-BEAUPRÉ

**Téléphone**: 418-781-6043

Courriel: info@ecolemusiquebeaupre.com

CLUB DE PICKLEBALL CÔTE-DE-BEAUPRÉ

**Téléphone**: 418 827-8902

RESSOURCES FAMILIALES CÔTE-DE-BEAUPRÉ

**Téléphone**: 418-827-4625

Adresse : 20 rue Fatima Est, Beaupré (Qc), GoA 1E0

ÉQUIJUSTICE

**Téléphone**: 418-648-6662 poste 209

Courriel: info@equiijustice.ca

#### CLUB DE MARCHE CÔTE-DE-BEAUPRÉ

**Téléphone**: 418-580-2275

**Courriel**: Luc.legendre@icloud.com **Facebook**: ClubMarcheCoteBeaupre



**Sa mission**: Le Club organise des randonnées en sentiers pédestres en toute saison. Il vise à motiver les membres à pratiquer la marche active de façon assidue pour améliorer leur condition physique, tout en favorisant les échanges entre eux, au contact de la nature.

**Clientèle**: Le Club regroupe des adultes (retraités et des personnes sur le marché du travail), disponibles sur semaine en matinée.

**Horaire**: Les marches sont programmées tous les jours à compter de 8 h 30 pour la saison estivale (juin à septembre) et de 9 h le reste de l'année (octobre à mai). Le membre choisit ses randonnées selon ses disponibilités et ses capacités.

**Déroulement des activités**: Les randonnées se pratiquent sur des sentiers en forêt sur les territoires de la Côte-de-Beaupré et de Charlevoix. Chaque randonnée est dirigée de façon sécuritaire par un organisateur du Club. La distance varie entre 6 et 12 km et la durée est entre 2 et 4 heures. Des sous-groupes peuvent être formés pour tenir compte du calibre des membres : randonnée courte/longue, intensité modérée/rapide. En hiver, les randonnées se font en raquettes ou en bottes et crampons lorsque les sentiers sont durcis.

**Frais**: Les frais d'inscription pour un abonnement annuel sont les suivants: membre individuel 30\$/année, membre familial (couple) 50\$/année, incluant une assurance accident-sauvetage. Des frais pour des droits d'accès ou covoiturage peuvent s'ajouter pour certains sites de randonnée.

## PÉRIODE D'INSCRIPTION 30 MARS À 12 H AU 6 AVRIL 12 H

#### **ÉQUIPE DES LOISIRS**

Gilles Carrier, Directeur des loisirs gilles.carrier@villedebeaupre.com (418) 827-8902 poste 206

Marilyne Laurendeau, Coordonnatrice aux loisirs et à la culture <u>marilyne.laurendeau@villedebeaupre.com</u> (418) 827-8902 poste 204

#### **ÉQUIPE AQUATIQUE**

Marie-Ève Gaboury-Goulet, Coordonnatrice aquatique marieeve.gaboury@villedebeaupre.com (418) 827-8902 poste 201

> 70, rue des Érables Beaupré (Québec) G0A 1E0 <u>www.villedebeaupre.com</u> <u>www.centreaquatiquefm.com</u>

