



**sherbrooke loisirs-action**  
Du plaisir à proximité!

# HIVER

PROGRAMMATION JEUNESSE



## 3 FAÇONS DE S'INSCRIRE

À compter du 13 DÉCEMBRE 2024, dès 8h30.



[sherbrookeloisirsaction.com](http://sherbrookeloisirsaction.com)



819-821-5780



1308, boul. de Portland



## PRÉ-INSCRIPTION

Les participants à l'une de nos activités de la session de l'AUTOMNE 2024 ainsi que les membres de la famille résidant à la même adresse pourront se préinscrire à compter du 11 décembre 2024, 8h30.



En cas de disparité entre cette programmation et le site Internet, l'information sur le site Internet prévaut.



**sherbrooke loisirs-action**  
Du plaisir à proximité!

# HIVER

## PROGRAMMATION JEUNESSE



Un minimum d'inscriptions est requis pour débiter chacun des cours, merci de votre compréhension.

### 18 MOIS À 4 ANS

#### Éveil à l'activité physique - 18 mois à 2 ans - parent/enfant

samedi	9h30 à 10h15	25 janv. au 29 mars	60 \$	École Hélène-Boullé - Gymnase
dimanche	9h30 à 10h15	26 janv. au 30 mars	60 \$	École Hélène-Boullé - Gymnase

#### Éveil à l'activité physique - 2 à 3 ans - parent/enfant

samedi	10h30 à 11h30	25 janv. au 29 mars	65 \$	École Hélène-Boullé - Gymnase
dimanche	10h30 à 11h30	26 janv. au 30 mars	65 \$	École Hélène-Boullé - Gymnase

#### Mini-curieux - 2 à 3 ans - parent/enfant

samedi	9h à 9h45	25 janv. au 29 mars	58 \$	Centre comm. F.-Dunn - salle 122-123 et cuisine
--------	-----------	---------------------	-------	---

#### Gym-bouge - 3 à 4 ans

samedi	8h45 à 9h30	25 janv. au 29 mars	58 \$	Salésien - Palestre
samedi	9h45 à 10h30	25 janv. au 29 mars	58 \$	Salésien - Palestre
samedi	10h45 à 11h30	25 janv. au 29 mars	58 \$	Salésien - Palestre

#### Le petit sportif - 3-4 ans - parent/enfant

dimanche	13h à 14h	26 janv. au 30 mars	52 \$	École Montcalm - Palestre
----------	-----------	---------------------	-------	---------------------------

#### Mini-cuistot - 3 à 4 ans - parent/enfant

dimanche	9h à 10h	26 janv. au 23 février	75 \$	Centre comm. F.-Dunn - Cuisine
----------	----------	------------------------	-------	--------------------------------

#### Mini-soccer - 3 à 4 ans - parent/enfant

dimanche	14h15 à 15h	26 janv. au 30 mars	52 \$	École Montcalm - Palestre
dimanche	15h30 à 16h15	26 janv. au 30 mars	52 \$	École Montcalm - Palestre

#### Petits pas de danse - 3 à 4 ans

samedi	8h45 à 9h30	25 janv. au 29 mars	58 \$	Centre comm. F.-Dunn - salle 120-121
samedi	9h45 à 10h30	25 janv. au 29 mars	58 \$	Centre comm. F.-Dunn - salle 120-121
samedi	10h45 à 11h30	25 janv. au 29 mars	58 \$	Centre comm. F.-Dunn - salle 120-121

#### Karaté par le jeu - 4 à 6 ans

mardi	18h à 18h45	14 janv. au 25 mars	65 \$	Parc André-Viger - Pav. J-Byrns	Marc Fournier
mercredi	18h à 18h45	15 janv. au 26 mars	65 \$	École Soleil-Levant - Cafétéria	Marc Fournier

#### Karaté par le jeu famille (1 adulte/1 enfant de 4 à 6 ans)

mardi	18h45 à 19h30	14 janv. au 25 mars	100 \$	Parc André-Viger - Pav. J-Byrns	Marc Fournier
-------	---------------	---------------------	--------	---------------------------------	---------------

#### Yoga - 4 à 9 ans - parent/enfant

samedi	9h30 à 10h30	25 janv. au 15 mars	75 \$	Parc André-Viger - Pav. J-Byrns
--------	--------------	---------------------	-------	---------------------------------

# HIVER

## PROGRAMMATION JEUNESSE



sherbrooke loisirs-action  
Du plaisir à proximité!

### 5 À 7 ANS

Un minimum d'inscriptions est requis pour débiter chacun des cours, merci de votre compréhension.

#### Cuistôt

dimanche 10h15 à 11h15 26 janv. au 23 février 75 \$ Centre comm. F.-Dunn - Cuisine

#### Escalade - parent/enfant

samedi 9h à 10h 25 janv. au 15 mars 160 \$ Vertige Escalade

samedi 10h20 à 11h20 25 janv. au 15 mars 160 \$ Vertige Escalade

#### Mini-cheer

dimanche 9h à 10h 26 janv. au 30 mars 58 \$ Salésien - Palestre

#### Karaté par le jeu - 4 à 6 ans

mardi 18h à 18h45 14 janv. au 25 mars 65 \$ Parc André-Viger - Pav. J-Byrns Marc Fournier

mercredi 18h à 18h45 15 janv. au 26 mars 65 \$ École Soleil-Levant - Cafétéria Marc Fournier

#### Karaté par le jeu famille (1 adulte/1 enfant de 4 à 6 ans)

mardi 18h45 à 19h30 14 janv. au 25 mars 100 \$ Parc André-Viger - Pav. J-Byrns Marc Fournier

#### Légende interactive - Activité en nature (famille) - 6 à 8 ans

samedi 9h à 11h 22 février 2025 47 \$ Base de plein air André-Nadeau

#### Multi-gym

samedi 12h15 à 13h15 25 janv. au 29 mars 58 \$ Salésien - Palestre

#### Multi-sports

samedi 10h à 11h 25 janv. au 29 mars 48 \$ Centre comm. F.-Dunn - Palestre

#### Origamis - Création (parent/enfant) - 6 à 8 ans

samedi 11h15 à 12h15 25 janv. au 1er mars 69 \$ Centre comm. F.-Dunn - salle 122-123

#### Parkour

samedi 8h30 à 9h30 25 janv. au 29 mars 88 \$ Séminaire de Sherbrooke

#### Soccer intérieur

samedi 13h à 14h 25 janv. au 29 mars 48 \$ Centre comm. F.-Dunn - Palestre

#### Suis le rythme

samedi 8h30 à 9h30 25 janv. au 29 mars 50 \$ Centre comm. F.-Dunn - salle 003

samedi 9h45 à 10h45 25 janv. au 29 mars 50 \$ Centre comm. F.-Dunn - salle 003

#### Yoga - 4 à 9 ans - parent/enfant

samedi 9h30 à 10h30 25 janv. au 15 mars 75 \$ Parc André-Viger - Pav. J-Byrns

Le samedi 1er février  
de 12h30 à 16h  
au parc St-Alphonse-de-Liguori



# Fête en NORD



sherbrooke loisirs-action  
Du plaisir à proximité!

**Gratuit!**  
Pour toute la famille

Jeux gonflables - Discomobile  
Patin libre - Glissade  
Chocolat chaud  
et plus...



# HIVER

## PROGRAMMATION JEUNESSE



Un minimum d'inscriptions est requis pour débiter chacun des cours, merci de votre compréhension.

### 5 À 11 ANS

#### Peinture sur toile - 7 à 11 ans

samedi 10h à 11h 25 janv. au 29 mars 62 \$ Centre comm. F.-Dunn - salle 122-123

#### Skateboard

dimanche	8h45 à 9h45	26 janv. au 16 mars	85 \$	Centre comm. F.-Dunn - Palestre	Niveau 1
dimanche	10h à 11h	26 janv. au 16 mars	85 \$	Centre comm. F.-Dunn - Palestre	Niveau 2
dimanche	11h15 à 12h15	26 janv. au 16 mars	85 \$	Centre comm. F.-Dunn - Palestre	Niveau 3

#### Survie en forêt hivernale - famille

samedi 9h à 11h 15 février 2025 47 \$ Base de plein air André-Nadeau - Chalet

#### Trottinette

samedi 8h45 à 9h45 25 janv. au 15 mars 85 \$ Centre comm. F.-Dunn - Palestre

#### Yoga - 4 à 9 ans - parent/enfant

samedi 9h30 à 10h30 25 janv. au 15 mars 75 \$ Parc André-Viger - Pav. J-Byrns

### 8 À 11 ANS

#### Cheerleading

dimanche 10h15 à 11h30 26 janv. au 30 mars 62 \$ Salésien - Palestre

#### Créations - Bandes dessinées

dimanche 9h à 10h 26 janv. au 30 mars 75 \$ Centre comm. F.-Dunn - salle 122-123 (matériel inclus)

#### Hip Hop - Débutant

samedi 11h à 12h15 25 janv. au 29 mars 55 \$ Centre comm. F.-Dunn - salle 003

#### Hip Hop - Intermédiaire / Avancé - 8 à 15 ans

samedi 13h à 14h15 25 janv. au 29 mars 55 \$ Centre comm. F.-Dunn - salle 003

#### Je me garde

dimanche	13h à 15h	2 février 2025	25 \$	Centre comm. F.-Dunn - salle 122-123
dimanche	13h à 15h	9 mars 2025	25 \$	Centre comm. F.-Dunn - salle 122-123
virtuel	Lien envoyé tous les vendredis		20 \$	À la maison au moment désiré

#### Marmitons

dimanche	11h30 à 12h30	26 janv. au 23 fév.	75 \$	Centre comm. F.-Dunn - Cuisine
dimanche	12h45 à 13h45	26 janv. au 23 fév.	75 \$	Centre comm. F.-Dunn - Cuisine

#### Multi-gym

samedi 13h30 à 14h30 25 janv. au 29 mars 58 \$ Salésien - Palestre

#### Soccer intérieur

samedi 14h15 à 15h15 25 janv. au 29 mars 48 \$ Centre comm. F.-Dunn - Palestre



# HIVER

## PROGRAMMATION JEUNESSE



Un minimum d'inscriptions est requis pour débiter chacun des cours, merci de votre compréhension.

### 8 À 15 ANS

#### Autodéfense

samedi 13h à 14h 11 janv. - 25 janv. - 8 fév. - 8 mars - 22 mars - 5 avril 55 \$ École Soleil-Levant - Gymnase P. Bruneau

#### Cirque aérien - Initiation

dimanche 13h à 14h 26 janv. au 23 fév. 110 \$ École de cirque de Sherbrooke

#### Escalade - Débutant

dimanche 11h50 à 12h50 26 janv. au 30 mars 58 \$ Salésien - Palestre

#### Guitare

samedi 11h à 12h 25 janv. au 29 mars 85 \$ Parc André-Viger - Pav. J-Byrns

#### Hip Hop - Intermédiaire / Avancé - 8 à 15 ans

samedi 13h à 14h15 21 sept. au 23 nov. 55 \$ Centre comm. F.-Dunn - salle 003

#### Improvisation / Théâtre - Initiation

dimanche 10h15 à 11h45 26 janv. au 30 mars 75 \$ Centre comm. F.-Dunn - salle 122-123

#### Karaté - Blanches débutants - 7 à 15 ans

mercredi 18h à 19h 15 janv. au 2 avril 68 \$ École Soleil-Levant P. Bruneau

vendredi 18h à 19h 10 janv. au 4 avril 68 \$ École Soleil-Levant (Congé 21 février) P. Bruneau

samedi 8h30 à 9h30 11 janv. au 5 avril 68 \$ École Soleil-Levant (Congé 22 février) P. Bruneau

#### Karaté - Jaunes et plus - 7 à 15 ans

mercredi 19h à 20h 15 janv. au 2 avril 68 \$ École Soleil-Levant P. Bruneau

vendredi 19h à 20h30 10 janv. au 4 avril 90 \$ École Soleil-Levant (Congé 21 février) P. Bruneau

samedi 9h30 à 11h 11 janv. au 5 avril 90 \$ École Soleil-Levant (Congé 22 février) P. Bruneau

#### Parkour

samedi 9h35 à 10h35 25 janv. au 29 mars 88 \$ Séminaire de Sherbrooke - Palestre

#### Pickleball - 10 à 13 ans

dimanche 8h45 à 10h15 26 janv. au 30 mars 45 \$ École primaire Carillon - Gymnase

### 12 À 15 ANS

#### Gardiennage

dimanche 9h à 16h 16 février 2025 45 \$ Centre comm. F.-Dunn - salle 003

dimanche 9h à 16h 23 mars 2025 45 \$ Centre comm. F.-Dunn - salle 003

#### Pickleball - 10 à 13 ans

dimanche 8h45 à 10h15 26 janv. au 30 mars 45 \$ École primaire Carillon - Gymnase

#### Skateboard

dimanche 8h45 à 9h45 26 janv. au 16 mars 85 \$ Centre comm. F.-Dunn - Palestre Niveau 1

dimanche 10h à 11h 26 janv. au 16 mars 85 \$ Centre comm. F.-Dunn - Palestre Niveau 2

dimanche 11h15 à 12h15 26 janv. au 16 mars 85 \$ Centre comm. F.-Dunn - Palestre Niveau 3

#### Trotinette

samedi 8h45 à 9h45 25 janv. au 15 mars 85 \$ Centre comm. F.-Dunn - Palestre

Une soirée remplie de surprises, musique, danse, bricolages, jeux et défis dans une ambiance thématique avec des animatrices dynamiques et pleine d'idées. Cantine sur place. Le parent doit venir chercher son enfant à l'intérieur à la fin de l'activité (21h00)

# SOIRÉE Flash DISCO



6 à 11 ans

LES VENDREDIS...

6 décembre 2024

14 février 2025

11 avril 2025

Centre communautaire F. Dunn  
(École Montcalm)  
Salle 003

6\$  
par enfant  
par soir

Inscription obligatoire  
sherbrookeloisirsaction.com



Présentation d'un film sous la surveillance  
d'animateurs dynamiques.

17 janvier 2025 ✨ 14 mars 2025

Centre Communautaire F.- Dunn (Montcalm) Salle 003

18h30 : Arrivée des enfants (Jeux, défis et ouverture de la cantine)

19h30: Début du film

20h50-21h: Fin du film et de la soirée

Le parent doit venir chercher son enfant à l'intérieur à la fin de l'activité (21h00)

Une portion  
de maïs soufflé  
offerte à chaque  
enfant inscrit.

6\$  
par enfant



Inscription obligatoire sur sherbrookeloisirsaction.com

# UN COCO pour mon COCO

Dimanche 13 avril 2025

de 9h30 à 11h

Pavillon Armand-Nadeau  
du Parc Jacques-Cartier

Venez célébrer Pâques en famille  
dans un cadre magnifique au bord du lac des Nations.

Au programme:

- chasse aux cocos dans le parc
- décoration d'œufs
- création d'un panier de Pâques
- bricolages, animation et surprises sur le thème.

25 \$/ famille

Inscription et détails sur sherbrookeloisirsaction.com