

ACTIVITÉS PHYSIQUES							
ACTIVITÉS	ÂGE	JOUR	HEURE	COÛT	LIEU/ **	DÉBUT	DURÉE
Aérobic souple	18 et +	Lundi Mardi	10h15 à 11h15 9h30 à 10h30	55 \$	Centre UFA	4 oct. 5 oct.	10 semaines
Badminton *	18 et +	Lundi ou Mercredi	20h à 21h30	45 \$	St-André-Apôtre	janvier	10 semaines
Badminton *	16 et +	Vendredi	19h45 ou 21h15	45 \$	St-André-Apôtre	janvier	10 semaines
Badminton parent/Enf.*	6 –12	Samedi	9h à 10h30 10h30 à 12h	60 \$	St-André-Apôtre	janvier	10 semaines
Cardio fitness	18 et +	Mardi	18h30 à 19h30	60 \$	École Ahuntsic	janvier	10 semaines
Danse de ligne	18 et +	Mercredi	12h30 à 13h30	50 \$	Centre UFA	6 oct.	10 semaines
Danse latine	18 et +	Jeudi	19h45 à 20h45	65 \$	Centre UFA	janvier	10 semaines
Danse sociale déb. duo	18 et +	Jeudi	19h30 à 20h30	65 \$/ pers	Centre UFA	7 oct.	10 semaines
Danse sociale inter. duo	18 et +	Jeudi	20h45 à 21h45	65 \$/ pers	Centre UFA	7 oct.	10 semaines
Étirement	18 et +	Jeudi	12h30 à 13h30 13h30 à 14h30	55 \$	Centre UFA	7 oct.	10 semaines
Pilates	18 et +	Lundi mercredi	9h à 10h 18h30 à 19 h30	55 \$	Centre UFA	4 oct. 6 oct.	10 semaines
Tai chi détente (1h30)	18 et +	Mardi jour soir Mercredi	13h30 à 15h 19h30 à 21h 9h30 à 11h	65 \$	Centre UFA	5 oct. 6 oct.	10 semaines
Tennis de table (libre)	18 et +	Vendredi	19h30 à 21h	40 \$	Centre UFA	8 oct.	10 semaines
Volley-ball récréatif	18 et +	Mar./jeu.	20h à 22h	50\$	St-André-Apôtre	janvier	10 semaines
Yoga (1h30)	18 et +	Lundi Jeudi	13h30 ou 18h30 14h45 à 16h15	85 \$	Centre UFA	4 et 7 oct.	10 semaines
Yoga (1h30)	18 et+	Mardi Jeudi	19h45 à 21h15 19h30 à 21h00	85 \$	École Ahuntsic	janvier	10 semaines
Zumba parent/enfant	6-12	Mardi	18h à 19h	35 \$+20 \$	École St-Benoit	janvier	10 semaines
Zumba	18 et +	Mardi	18h15à 19h15	70 \$	Centre UFA	5 oct.	10 semaines
Zumba Gold	50 et +	Mercredi	13h45 ou 15h	70 \$	Centre UFA	6 oct.	10 semaines
LANGUES							
Anglais débutant*	18 et +	jeudi	15h45 à 17h	70 \$	Centre UFA	7 oct.	10 semaines
Anglais pré-interm.*	18 et +	Lundi	13h30 à 15h30	70 \$	Centre UFA	4 oct.	10 semaines
Anglais déb. 3*	18 et +	Lundi	19h15 à 21h15	70 \$	Centre UFA	janvier	10 semaines

LANGUES							
ACTIVITÉ	ÂGE	JOUR	HEURE	COÛT	LIEU/ **	DÉBUT	DURÉE
Anglais interm. 1*	18 et +	Mercredi	13h30 à 15h30	70 \$	Centre UFA	janvier	10 sem.
Anglais Conv. (1h30) *	18 et +	Jeudi	14h à 15h30 17h15 à 18h45	70 \$	Centre UFA	7 oct.	10 sem.
Espagnol Débutant 1*	18 et +	Lundi	15h30 à 17h	65 \$	Centre UFA	4 oct.	10 sem.
Espagnol Débutant 1 *	18 et +	Mardi	19h15 à 20h45	65 \$	Centre UFA	5 oct.	10 sem.
Espagnol Niveau 2 *	18 et +	Lundi	14h à 15h30	65 \$	Centre UFA	4 oct.	10 sem.
Espagnol Niveau 2-3 *	18 et +	Mardi	14h30 à 16h	65 \$	Centre UFA	5 oct.	10 sem.
Espagnol-conv. *	18 et +	Mardi Mercredi	9h30 à 11h 19h15 à 20h45	65 \$	Centre UFA	5 oct. 6 oct.	10 sem.
Espagnol-conv. avancé.*	16 et +	Mercredi	19h15 à 21h15	65 \$	Centre UFA	6 oct.	10 sem.
Italien—Conv. 1 *	16 et +	Mercredi	19h15 à 21h15	70 \$	Centre UFA	janvier	10 sem.
Italien Débutant 2*	16 et +	Jeudi	19h15 à 21h15	70 \$	Centre UFA	janvier	10 sem.
ARTS ET PASSE-TEMPS							
Aquarelle*	18 et +	Jeudi	14h à 16 h	80 \$	Centre UFA	janvier	10 sem.
Broderie japonaise *	18 et +	Mardi	13h à 15h30 18h à 20h30	80 \$	Centre UFA	5 oct.	10 sem.
Chant (sing along)	18 et +	Vend.	13h30 à 15h	40 \$	Centre UFA	janvier	10 sem.
Chorale	18 et +	Mardi	11h à 12h30	70 \$	Centre UFA	5 oct.	10 sem.
Dessin *	18 et +	Vend.	19h15 à 21h15	70 \$	Centre UFA	janvier	10 sem.
Guitare classique (30 min.) *cours privé	8 et +	L-M-M-	Dès 15h30	150 \$	Centre UFA	Sur appel	10 sem.
IPad déb. (Apple)	18 et +	Lundi	13h30 à 15h30	55\$	Centre UFA	janvier	10 sem.
Piano (30 min) cours privé *	16 et +	L-M-M-J-V- Sam.	Dès 15h30 Dès 9h	150 \$	Centre UFA	Sur appel	10 sem.
Scrabble duplicate	40 et +	Vendredi	13h à 16h	30\$	Centre UFA	8 oct.	10 sem.
Sculpture sur bois *	16 et +	Mardi Mer /jeu	13h à 16h 19h à 22h	80 \$	Centre UFA	5, 6 et 7 oct.	10 sem.
Violon (30 min.) cours privé *	16 et +			150 \$	Centre UFA	janvier	10 sem.

* Matériel/ outils aux frais de l'étudiant

Le passeport vaccinal sera obligatoire pour les 13 ans et +, sur présentation de la preuve vaccinale au premier cours

