

**ADULTES HIVER 2019** Veuillez noter qu'il n'y aura pas d'activités du 4 au 9 mars

**ACTIVITÉS PHYSIQUES**

Aérobic souple (60 min.)	18 et +	Lundi/Mardi	10h30/ 9h30	75 \$	Centre UFA	28 / 29 janv.	15 semaines
Badminton * (libre)	18 et +	Mercredi	20h à 21h30	65 \$	École St André-Apôtre	30 janvier	15 semaines
Badminton * (libre)	16 et +	Vendredi	19h45 à 21h15 21h15 à 22h45	65 \$/ 1h30 100 \$/ 3 h	École St-André-Apôtre	1 <sup>er</sup> février	15 semaines
Badminton Parent / Enf. *	16 et +	Samedi	9h à 10h30 10h30 à 12h	40+20 \$	École St-André-Apôtre	2 février	10 semaines
Cardio fitness	18 et +	Mardi	18h30 à 19h30	70 \$	École Ahuntsic	29 janvier	12 semaines
Danse de ligne -Déb. 1	18 et +	Mercredi	11h30 à 12h30	60 \$	Centre UFA	30 janvier	12 semaines
Danse de ligne-Déb. 2	18 et +	Mercredi	12h30 à 13h30	60 \$	Centre UFA	30 janvier	12 semaines
Danse latine	18 et +	Jeudi	19h45 à 20h45	75 \$	Centre UFA	31 janvier	12 semaines
Danse sociale -Débutant	18 et +	Jeudi	18 h45 à 19h45	75 \$	Centre UFA	31 janvier	12 semaines
Danse sociale - Interm.	18 et +	Jeudi	20h45 à 21h45	75 \$	Centre UFA	31 janvier	12 semaines
Étirement	18 et +	Jeudi	12h30 à 13h30	75 \$	Centre UFA	31 janvier	15 semaines
Pilates	18 et +	Lundi	9h15 à 10h15	75 \$	Centre UFA	28 janvier	15 semaines
Tai chi détente	18 et +	Mardi Mardi Mercredi	13h30 à 15h 19h30 à 21h 9h30 à 11h	85 \$	Centre UFA	29 janvier 29 janvier 30 janvier	15 semaines
Tennis de table (libre)*	18 et +	Vendredi	19h30 à 21h	50 \$	Centre UFA	1 <sup>er</sup> février	12 semaines
Volley-ball récréatif	18 et +	Mardi	20h à 22h	75 \$	École St-André-Apôtre	29 janvier	15 semaines
Yoga	18 et +	Lundi Lundi jeudi	13h30 à 15h 19h à 20h30 14h30 à 16h	105 \$	Centre UFA	28 janvier 28 janvier 31 janvier	15 semaines
Yoga	18 et +	Mardi Jeudi	19h45 à 21h15 19h30 à 21h	85 \$	École Ahuntsic	29 janvier 31 janvier	12 semaines
Zumba	18 et +	Mardi Mercredi	19h à 20h 18h30 à 19h30	75 \$	École Saint-Benoit École Ahuntsic	29 janvier 30 janvier	12 semaines
Zumba Gold	50 +	Mercredi	13h45 à 14h45 15h à 16h	90 \$	Centre UFA	30 janvier	15 semaines
Zumba parent/enfant	18+ / 5 +	Mardi	18h à 19h	40+20 \$	École Saint-Benoit	29 janvier	12 semaines

**LANGUES**

Anglais 1B *	16 et +	Lundi	13h30 à 15h30	70 \$	Centre UFA	28 janvier	12 semaines
Anglais 2B *	16 et +	Lundi	19h15 à 21h15	70 \$	Centre UFA	28 janvier	12 semaines
Anglais 1 *	16 et +	Lundi Mardi	13h30 à 15h30 19h15 à 21h15	70 \$	Centre UFA	28 janvier 29 janvier	12 semaines
Anglais - Interm.*	16 et+	Mercredi	13h30 à 15h30	70 \$	Centre UFA	30 janvier	12 semaines
Anglais conv. *	16 et+	Jeudi	13h30 à 15h30 19h à 21h	70 \$	Centre UFA	31 janvier	12 semaines

**LANGUES**

Espagnol 1 *	16 et +	Lundi mardi	13h30 à 15h 19h15 à 20h45	60 \$	Centre UFA	28 janvier 29 janvier	10 semaines
Espagnol 2 *	16 et +	Mercredi	13h30 à 15h	60 \$	Centre UFA	30 janvier	10 semaines
Espagnol 3 *	16 et +	Lundi	19h15 à 20h45	60\$	Centre UFA	28 janvier	10 semaines
Espagnol 4 *	16 et +	Mardi	13h30 à 15h	65 \$	Centre UFA	29 janvier	12 semaines
Espagnol conv. déb.*	16 et +	Mercredi	19h15 à 20h45	60 \$	Centre UFA	30 janvier	10 semaines
Espagnol conv. 2 *	16 et +	Mercredi	19h15 à 20h45	65 \$	Centre UFA	30 janvier	12 semaines
Italien 1 débutant *	16 et +	Jeudi	19h15 à 21h15	70 \$	Centre UFA	31 janvier	12 semaines
Italien intermédiaire *	16 et +	Mercredi	19h15 à 21h15	70 \$	Centre UFA	30 janvier	12 semaines
Italien - Conv.*	16 et +	Jeudi	14h à 16h	70 \$	Centre UFA	31 janvier	12 semaines

**ARTS ET PASSE-TEMPS**

Aquarelle *	18 et +	Jeudi	14h à 16h	80 \$	Centre UFA	31 janvier	10 semaines
Aroma *	18 et +	Lundi	10h30 à 12h	50 \$	Centre UFA	28 janvier	5 semaines
Astrologie	18 et +	Jeudi	14h à 16h	40 \$	Centre UFA	31 janvier	5 semaines
Broderie Japonaise *	18 et +	Mardi	13h à 15h30 18h30 à 21h	80 \$	Centre UFA	29 janvier	10 semaines
Chant	18 et +	Vendredi	13h30 à 15h	50 \$	Centre UFA	1 <sup>er</sup> février	12 semaines
Chorale (ARA)	18 et +	Mardi	10h45 à 12h15	100 \$	Centre UFA	29 janvier	15 semaines
Club lecture/Ciné club ♦	18 et +	Plus de détails lors des soirées d'inscription les 14 et 15 janvier 2019					
Dessin * 2h	18 et +	Vendredi	19h15 à 21h15	70 \$	Centre UFA	1 <sup>er</sup> février	10 semaines
Guitare classique *	8 et +	L-M-M-J	Dès 16h	225 \$	Centre UFA	28 janvier	15 semaines
Ipad déb.(APPLE) * Ipad Interm.*	18 et +	Lundi	13h30 à 15h30	55 \$	Centre UFA	28 janvier 18 mars	6 semaines
Piano adulte (30min)	16 et +	Lun à sam.	Dès 15h	225 \$	Centre UFA	28 janvier	15 semaines
Scrabble duplicate (ARA)	50 et +	Vendredi	13h à 16h	25 \$	Centre UFA	1 <sup>er</sup> février	12 semaines
Sculpture sur bois *	16 et +	Mardi Mer/Jeu	13h à 16h 19h à 22h	105 \$	Centre UFA	29 janvier 30/31 janv.	15 semaines
Violon (30 min) *	7 et +	Mar /jeu	15h30 à 20h	180 \$	Centre UFA	29 jan./31	12 semaines

\* Matériel/ outils aux frais de l'étudiant  
♦ Nouveauté

## L'UNION DES FAMILLES D'AHUNTSIC

L'U.F.A. est un organisme communautaire établi dans le quartier Ahuntsic depuis plus de 50 ans! Centre de loisirs à but non lucratif, créé et dirigé par des bénévoles résidents d'Ahuntsic.

L'U.F.A., en partenariat avec la Ville de Montréal, organise et gère plusieurs activités: le **Club de vacances St-André-Apôtre** (pour un été bien planifié), l'**exposition artistique** biennale de nos étudiants, un **spectacle de variétés** permettant aux jeunes étudiants d'afficher leurs nouveaux talents.

### CONSEIL D'ADMINISTRATION 2018-2019

L'U.F.A.: des gens du quartier qui sont là pour vous.  
**Joignez-vous à nous !**

Président	Thierry Pitoret
Vice-présidente	Yolande Marceau
Trésorière	Hélène Marceau
secrétaire	Liette Marien
Administrateur	Lenka Martinek
Administrateur	Cyril Michaud
Administrateur	Laurette Pion
Administrateur	Véronique Grandmont
Ville de Montréal	David Sauvé

### POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

Si l'organisme annule un cours en raison d'un minimum d'inscription non atteint, le remboursement total se fera dans un délai de 4 à 6 semaines. **Aucun remboursement sur les activités de 20 \$ et moins.**

Pour tout remboursement, la demande doit être faite **par écrit** avant le premier cours et un montant équivalent à 10 %, servant à couvrir les frais d'administration, sera retenu.

### MODALITÉ DE PAIEMENT

Tous les chèques doivent être émis à l'ordre de **Loisirs U.F.A.**

**Chèque, argent comptant, débit, cartes Visa et Master Card maintenant acceptées.**

**Pas d'inscription par téléphone.**

**Lieu 1: Centre des Loisirs U.F.A.**  
161 Henri-Bourassa Ouest, Montréal  
**Lieu 2: École St-André-Apôtre**  
215 Prieur, Montréal  
(entrée de la cour intérieure, côté Ouest)  
**Lieu 3: École St-Benoit**  
500 avenue Mont Cassin, Montréal  
**Lieu 4: École Ahuntsic**  
10 615 St-Laurent, Montréal



# UNION DES FAMILLES D'AHUNTSIC

514 331-6413  
www.loisirsufa.ca

## Activités Hiver 2019

En partenariat avec




## INSCRIPTIONS

14-15 janvier 2019  
De 19 h à 21 h  
Début des cours le 28 janvier 2019  
161 Henri-Bourassa Ouest  
H3L 1N2  
Fermeture du 4 au 9 mars  
Inscriptions Club de vacances: 8-9avril 2019

Autobus:  
135-164  
171



Rampe d'accès



## ENFANTS – ADOS Numéro d'assurance maladie obligatoire pour les sports

	ACTIVITÉS	ÂGE	JOUR	HEURE	COÛT	DÉBUT
Centre des Loisirs U.F.A. (Lieu 1)	Anglais par le jeu (1 h / 10 sem.)	3-5 ans	Samedi	9h15 ou 10h30	45 \$	2 fév.
	Anglais initiation (1h / 12 sem.) *	6-8 ans	Mercredi	16h à 17h	50 \$	30 jan.
	Anglais débutant (1 h / 12 sem.) *	9-11 ans	Mercredi	17h à 18h	50 \$	30 jan.
	Anglais intermédiaire (1 h / 12 sem.)*	12 ans et +	Mercredi	18h à 19h	50 \$	30 jan.
	Cuisine santé (6 sem./ 2 heures)	6-12 ans	Samedi	9h30 à 11h30	60 \$	2 fév.
	Danse ballet (12 sem.)	6-8/9-12 ans	Jeudi	16h45 / 17h45	55 \$	31 jan.
	Danse hip-hop (1 h / 12 sem.)	7-11 ans	Mardi	16h30 à 17h30	50 \$	29 jan.
	Danse hip-hop (1 h / 12 sem.)	12-15 ans	Mardi	17h30 à 18h30	50 \$	29 jan.
	Dessin et couleur (1 h 15 / 10 sem.) *	7-12 ans	Vendredi	17h30 à 18h45	50 \$	1 <sup>er</sup> fév.
	Guitare (30 min / 15 sem.) - cours privé *	8 ans et +	Lundi au jeudi	Dès 15h30	225 \$	28 jan.
	Menuiserie (1 h 30 / 10 sem.)*	7-12 ans	Samedi	9h ou 10h30	45 \$	2 fév.
	Piano (30 min / 15 sem.) - cours privé *	6 ans et +	Lun. au vend.	Dès 15h30	225 \$	28 jan.
	Piano (30 min / 15 sem.) - cours privé *	6 ans et +	Samedi	Dès 9h30	225 \$	2 fév.
	Tennis de table (1 h / 10 sem.) *	6-9/10-12	Vendredi	17h30 / 18h30	20 \$	1 <sup>er</sup> fév.
Théâtre (1 h 15 / 12 sem.)	7-12 ans	Mercredi	16h30 à 17h45	55 \$	30 jan.	
Violon (30 min / 12 sem.) - cours privé *	7 ans et +	Mardi ou jeudi	Dès 15h30	180 \$	29 jan.	
École St-André-Apôtre (Lieu 2)	Badminton initiation (45 min / 10 sem.) *	6-9 ans	Vendredi	18h à 18h45	20 \$	1 <sup>er</sup> fév.
	Badminton déb. (45 min / 10 sem.) *	10-14 ans	Vendredi	18h45 à 19h30	20 \$	1 <sup>er</sup> fév.
	Badminton parent/enfant (1 h 30 / 10 sem.) *	7 ans et +	Samedi	9h ou 10h30	40+20 \$	2 fév.
	Gymnastique débutant (1 h / 12 sem.)	6-9 /10-12	Jeudi	18h / 19h	50 \$	31 jan.
	Gymnastique intermédiaire (1 h /12 sem.)	7-12 ans	Mardi	18h à 19h	50 \$	29 jan.
	Gymnastique avancé (1 h / 12 sem.)			19h à 20h		
Hockey Cosom (1 h / 10 sem.) *	6-9 / 10-12	Lundi	18h / 19h	20 \$	28 jan.	
Soccer (1 h / 10 sem.) mixte	6-9 / 10-12	Mercredi	18h / 19h	20 \$	30 janv	
École St-Benoit (Lieu 3)	Basket-ball (1 h / 10 sem.) mixte	7-9 ans	Mercredi	18h à 19h	20 \$	30 jan.
	Basket-ball (1 h / 10 sem.) mixte	10-12 ans	Mercredi	19h à 20h	20 \$	30 jan.
	Soccer (1h/ 10 sem.) mixte	6-8 ans	Jeudi	18h à 19h	20 \$	31 jan.
	Soccer (1h/ 10 sem.) mixte	9-12 ans	Jeudi	19h à 20h	20 \$	31 jan.
	Tennis (1h / 10 sem.) mixte	6-8 / 9-12	Vendredi	18h / 19h	20 \$	1 <sup>er</sup> fév.
Zumba parent/enfant (1 h /12 sem.)	5 et	Mardi	18h à 19h	40+20 \$	29 jan.	
École Ahuntsic (Lieu 4)	Athlétisme 1h/10 sem.)	7-12 ans	Jeudi	18h à 19h	20 \$	31 jan.
	Soccer (1 h /10 sem.) mixte	6-9/10-12 ans	Lundi	18h / 19h	20 \$	28 jan.

\* Matériel/ outils aux frais de l'étudiant