

PROGRAMMATION Printemps 2019

Cordonnées du répondant / Payeur

Nom : _____ Tél. maison : _____
Courriel : _____
Adresse / Ville / Code postale : _____

Renseignements sur le participant 1

Prénom : _____
Nom : _____
Sexe : M F Date de naissance : _____
Allergie / problème de santé : _____
Téléphone maison : _____
Cellulaire : _____

Renseignements sur le participant 2

Prénom : _____
Nom : _____
Sexe : M F Date de naissance : _____
Allergie ou problème de santé : _____
Téléphone maison : _____
Cellulaire : _____

Activité choisie + détails de l'activité

	Participant 1	Groupe	Participant 2	Groupe
Activités				
Sportives ou				
Culturelles				

**IMPORTANT : Ne pas oublier d'indiquer
la JOURNÉE OU HEURE CHOISIE lorsque le
choix est offert.**

Sous-total

\$

\$

**Rabais
Famille/multis**

- ☐ 2 activités : -10% (total x 0.10 = rabais)
- ☐ 3 activités : -15% (Total x 0.15 = rabais)
- ☐ 4 activités et + : -20% (Total x 0.20 = rabais)

Mode de paiement : ☐ Argent comptant ☐ Chèque ☐ Virement AccèsD

*Faire le paiement à l'ordre de la Municipalité de Scott, 1070 route Kennedy, Scott
G0S3G0.

TOTAL

\$

Reconnaissance et Acceptation des risques – Je reconnais m'être inscrit à un programme de conditionnement physique offert par le Service des Loisirs de Scott. Je reconnais par la présente que, même si peu de blessures surviennent dans ce domaine, la pratique du conditionnement physique et des activités plus particulières auxquelles je suis inscrit comporte certains risques. Je reconnais aussi que ces risques peuvent varier d'une personne à l'autre selon son état de santé, sa condition physique ainsi que selon ses attitudes et comportements vis-à-vis le respect des principes d'entraînement et des règles mises de l'avant dans le programme ou par le S.D.L. Ces risques sont, de façon plus particulière mais non limitative, les suivants : tension artérielle anormal, un malaise à la poitrine, un étourdissement, un évanouissement, des crampes et des nausées et, rarement une crise cardiaque. Je reconnais également qu'il est de ma responsabilité de : respecter les règles, règlements et façons de faire applicable aux activités auxquelles je participe, et ce, dans le but de diminuer le plus possible les risques de dommages corporels et matériels – Transmettre à l'intervenant en charge toute information pouvant être liée à ma participation aux activités – Ne pas aller au-delà de mes capacités et aviser l'intervenant en charge de tout malaise, douleur ou symptôme ressenti pendant ou après une activité ou exercice. J'autorise le Service des loisirs à utiliser les photos ou vidéos présent au cours de la session. Étant donné qu'il est possible que vous ou votre enfant soit pris en photo et/ou en vidéo pendant la session, j'autorise le Service des loisirs à se servir de ce matériel en tout ou en partie à des fins promotionnelles. Tout le matériel utilisé demeurera la propriété du Service des loisirs.

**JE RECONNAIS AVOIR PRIS CONNAISSANCE DES RISQUES ET CONDITIONS ÉNUMÉRÉS DANS LE PRÉSENT FORMULAIRE ET JE DÉCLARE ÊTRE
APTE À ENTREPRENDRE LE PROGRAMME EN TOUTE CONNAISSANCE DE CAUSE.**

Signature – participant 1 ou répondant si moins de 18 ans
Date :

Signature – participant 2 ou répondant si moins de 18 ans
Date :

BIBLIOTHÈQUE : Lundi-----18h30 à 20h30
Mardi-----13h à 15h
418.386.2736 Jeudi-----18h30 à 20h30

Pour nous joindre
418.387.0015
loisirs@municipalitescott.com
www.municipalitescott.com

SUIVEZ LE SERVICE DES LOISIRS
FACEBOOK : LOISIRS DE SCOTT

DATE IMPORTANTE
21 MAI 18h30

Soirée d'inscription du
Terrain de jeux au Centre
de loisirs Atkinson

Gratuit
Ouvert à tous

WORK-OUT PARENTS-ENFANTS
Samedi 13 avril 11h Au Centre de loisirs
Avec **Nicole Bélanger**

Dans le cadre du



LE GRAND MARCHÉ DE SCOTT

Vous avez des choses à vendre?
Vous êtes un artisan?
Vous voulez faire connaître vos produits?

Réservez rapidement une table au coût de 20\$!
Les profits iront au Terrain de Jeux de Scott

DIMANCHE 26 MAI
DE 9H À 13H
AU CENTRE DE
LOISIRS ATKINSON

DISTRIBUTION D'ARBRES GRATUITS
Plusieurs choix de plants offerts,
feuillus et conifères!
Quantité limitée!

NOUVEAUX COURS POUR LE PRINTEMPS 2019 :

MIDI CARDIO INTERVALLE : 30 minutes d'entraînement express bien investi!

MARCHE TONIQUE OSF : Sous forme de marche dynamique pour débutants, sans saut ni course.

YOGA KUNDALINI SUR CHAISE: Postures douces, méditations avec ou sans mantra et relaxation.

WORKOUT PARENTS-ENFANTS : Belle façon de promouvoir la santé physique auprès des jeunes et passer du bon temps en famille.

COURS ENFANTS

CHEERLEADING (après l'école)

Horaire : 6 semaine dès le 17 avril
 Mercredi de 15h à 16h
 Lieu : Salle Selina Jane
 Coût : 50\$
 Responsable : Émilie Langlais, école de danse Move

MON 1^{ER} LABO
 (enfants de maternelle à 6e année)

Horaire : 6 semaines dès le 25 avril
 Jeudi de 15h à 16h
 Lieu : Salon Cameron
 Coût : 75\$
 Responsable : Sciences en folie

DANSE ENFANTINE (3-4 ans)

Horaire : 6 semaines dès le 20 avril
 Samedi de 9h à 9 h45
 Lieu : Salle Stuart
 Coût : 45\$
 Responsable : Maude Simard, école de danse Move

INITIATION 3 DANSES (5-7 ans)

Horaire : 6 semaines dès le 20 avril
 Samedi 9h45 à 10h45
 Lieu : Salle Stuart
 Coût : 50\$
 Responsable : Carolane Voyer, école de danse Move

TINY-CHEER (3-5 ans)

Horaire : 6 semaines dès le 20 avril
 Samedi de 9h à 10h
 Lieu : Salle Selina Jane
 Coût : 50\$
 Responsable : Claudia Berthiaume, école de danse Move

GYMNASTIQUE (5 ans et +)

Horaire : 6 semaines dès le 20 avril
 Samedi de 10h à 11h
 Lieu : Salle Selina Jane
 Coût : 50\$
 Responsable : Claudia Berthiaume, école de danse Move

HIP-HOP 6-9 ans

Horaire : 6 semaines dès le 20 avril
 Samedi de 10h45 à 11h45
 Lieu : Salle Stuart
 Coût : 50\$
 Responsable : Maude Simard, école de danse Move

COURS ADULTES

CARDIO-BOXE CORE

Horaire : 8 semaines dès le 15 avril
 Lundi 18h30 à 19h30
 Lieu : Salle Selina Jane
 Coût : 60\$
 Responsable : Ericka Giguère, OSF

INTENSITY

Horaire : 8 semaines dès le 15 avril
 Lundi 19h30 à 20h30
 Lieu : Salle Selina Jane
 Coût : 60\$
 Responsable : Genevy-Ève Vallée, OSF

ABDOS/FESSES DE FER

Horaire : 8 semaines dès le 15 avril
 Lundi de 20h30 à 21h
 Lieu : Salle Selina Jane
 Coût : 35\$ (25\$ si jumelé au cours Intensity)
 Responsable : Genevy-Ève Vallée, OSF

MIDI CARDIO INTERVALLE

Horaire : 6 semaines dès le 23 avril
 Mardi de 12h15 à 12h45
 Lieu : Salle Stuart
 Coût : 40\$
 Responsable : Nancie Tremblay, OSF

MARCHE TONIQUE OSF

Horaire : 8 semaines dès le 16 avril
 Mardi de 18h30 à 19h30
 Lieu : Cours extérieur
 Coût : 60\$
 Responsable : Manon Lessard, OSF

BODY CIRCUIT

Préparation à la course à obstacle

Horaire : 8 semaines dès le 16 avril
 Mardi de 18h30 à 19h30
 Lieu : Cours extérieur
 Coût : 60\$
 Responsable : Nicole Bélanger

BRÛLEUR-TABATA

Horaire : 8 semaines dès le 17 avril
 Mercredi de 18h15 à 19h
 Lieu : Salle Selina Jane
 Coût : 55\$
 Responsable : Louise Carrière, OSF

BUNGEE FITNESS

Horaire : 8 semaines dès le 17 avril
 GR 1 : Mercredi de 18h30 à 19h30
 GR 2 : Mercredi de 19h45 à 20h45
 PLACES LIMITÉES
 Lieu : Salle Stuart
 Coût : 60\$
 Responsable : Samy-Jos Couture, école de danse Move

JOGGING

Horaire : 8 semaines dès le 17 avril
 Gr 1 Mercredi de 18h30 à 19h30
 Gr 2 Samedi 9h à 10h
 Scott/St-Bernard/St-Elzéar
 Coût : 60\$
 Responsable : Luc Hotte, OSF

ZUMBA

Horaire : 8 semaines dès le 17 avril
 Mercredi de 19h à 20h
 Lieu : Salle Selina Jane
 Coût : 60\$
 Responsable : Esther Labrecque, certifiée Zumba

PLYOGA FITNESS

Horaire : 8 semaines dès le 17 avril
 Mercredi de 20h à 21h
 Lieu : Salle Selina Jane
 Coût : 60\$
 Responsable : Nathalie Angers, OSF

TRX

Horaire : 8 semaines dès le 18 avril
 Avancé : Jeudi de 18h à 19h
 Intermédiaire : Jeudi 19h à 20h
 PLACES LIMITÉES
 Lieu : Salle Stuart
 Coût : 60\$
 Responsable : Louise Carrière, OSF

COURS PARENTS-ENFANTS

MAMAN-POUSSETTE

Horaire : 8 semaines dès le 15 avril
 Lundi de 9h30 à 10h30
 Lieu : Selon la provenance des inscriptions, les parcours varieront entre St-Elzéar, St-Bernard et Scott
 Coût : 60\$
 Responsable : Genevy-Ève Vallée, OSF

WORK-OUT MAMAN-BÉBÉ

Horaire : 6 semaines dès le 17 avril
 Mercredi de 10h à 11h
 Lieu : Salle Stuart
 Coût : 45\$
 Responsable : Nicole Bélanger

WORK-OUT PARENTS-ENFANTS

Horaire : 6 semaines dès le 20 avril
 Samedi de 11h à 12h
 Lieu : Salle Selina Jane
 Coût : 30\$/adulte
 15\$/enfant entre 5 et 10 ans
 Responsable : Nicole Bélanger

ESPAGNOL DÉBUTANT

Horaire : 8 semaines dès le 16 avril
 Mardi de 18h30 à 20h
 Lieu : Salle de réunion de la bibliothèque
 Coût : 95\$
 Responsable : Maria Gloria Perez

YOGA KUNDALINI SUR CHAISE

Horaire : 6 semaines dès le 16 avril
 Mardi 10h à 11h15
 Lieu : Salle Stuart
 Coût : 90\$
 Responsable : Joannie Gagné, coach en santé globale
 Inscription : 418-392-3589

AUTRES

Prenez note qu'il n'y a pas de cours samedi le 27 avril

Encore quelques places

NOUVEAU

NOUVEAU

NOUVEAU

Cours gratuit le 13 avril!