

Programmation HIVER 2023



Municipalité de
Scott

Toujours en mouvement depuis 1895!

**DÉBUT DES COURS : 21 JAN.
Limite d'inscription : 13 JAN.**



Retour

SCOTT EN NEIGE

samedi 18 février 2023

RÉSERVEZ VOTRE DATE!

Détails à venir

418.387.0015 // loisirs@municipalitescott.com // www.municipalitescott.com

Renseignements généraux

Inscription

Les inscriptions se font en ligne au **MON.ACCESCITE.NET/26048/FR-CA/**

Vous avez jusqu'au 13 janvier minuit pour vous inscrire aux activités. Après cette date des frais de 10\$ seront ajoutés à votre facture.

Si vous vous inscrivez en ligne pour la première fois, prévoyez un délai de 24h à 48h pour l'activation de votre compte. Vous recevrez un courriel de confirmation lorsqu'il sera activé. Ensuite, vous pourrez vous inscrire aux activités de votre choix. Notez bien votre nom d'utilisateur ainsi que votre mot de passe pour vos prochaines utilisations.

Paiement

Vous devez utiliser un des trois modes de paiement suivants :

- argent dans la boîte de dépôt du bureau municipal
- chèque à l'ordre de la Municipalité de Scott dans la boîte de dépôt du bureau municipal
 - Un frais de 15\$ sera ajouté à la facture si le chèque est sans provision
- ACCES D - Ajouter la facture Municipalité de Scott / Sports et Loisirs - le numéro de référence à utiliser est votre numéro client composé de 4 chiffres

Pour pouvoir participer à votre activité, vous devez payer votre inscription avant la première séance.

Annulation, remboursement et crédit

Si une activité est annulée par le Service des loisirs, le participant sera entièrement remboursé.

Si un participant annule une activité avant la première séance, il sera remboursé moins des frais de 10%.

Après la première séance, le participant qui annule une activité sera remboursé au prorata des séances écoulées moins des frais de 10% **seulement** si c'est pour une raison majeure (blessure, maladie, déménagement...).

Si le Service des loisirs annule l'inscription d'un participant pour des raisons disciplinaires, aucun remboursement ne sera émis.

Lorsque le montant d'un remboursement est inférieur à 20,00\$, il est émis en crédit dans le dossier loisirs.

Veillez noter que nous contactons seulement les personnes dont l'activité est modifiée ou annulée. Présentez-vous à votre activité à l'endroit, à la date et à l'heure indiqué dans la programmation. La Municipalité de Scott n'est pas responsable des vols et des accidents.

Cours enfants

Les cours pour enfants font relâche du 6 au 12 mars

KARATÉ (PARASCOLAIRE)

Mise en forme, auto-défense, respect, concentration, confiance, contrôle, discipline, autonomie, persévérance
Kimono gratuit pour les nouveaux!

Clientèle : maternelle à la 6e année

Session : 12 semaines, début le 26 janvier

Horaire : Jeudi 15h15 à 16h15

Lieu : Église, St-Maxime

Coût : 190\$ (inclus le passage de grade)

Responsable : Senseï François Leblanc



Inscription auprès de Senseï François Leblanc
581-888-1370 ou dojostemarie@hotmail.com



SOCCER INTÉRIEUR

Pour les amoureux du soccer qui ne peuvent pas attendre que la neige soit fondue pour jouer à leur sport!

Clientèle : 7 à 10 ans

Session : 10 semaines, début le 25 janvier

Horaire : Mercredi 18h30 à 19h30

Lieu : Gymnase de l'ancienne école, entrée par la porte du stationnement à l'AVANT

Coût : 85\$

Responsable : À déterminer! Volontaire recherché!



Cours enfants

Les cours pour enfants font relâche du 6 au 12 mars

DANSE ENFANTINE

Ce cours initie les tout-petits à la danse en incorporant les bases du hip-hop, la gymnastique ainsi que des petits jeux. Les enfants apprendront une petite chorégraphie pendant la session.

Clientèle : 3 à 4 ans

Session : 10 semaines, début le 22 janvier

Horaire : Dimanche 9h à 9h45

Lieu : Centre des loisirs Atkinson, Stuart

Coût : 75\$

Responsable : École de danse MOVE

TINY-CHEER

Ce cours initie les tout-petits à la danse, aux sauts, à la gymnastique et au contact avec les autres. Le tiny-cheer est très sécuritaire et les exercices sont de bas niveau.

Clientèle : 3 à 5 ans

Session : 10 semaines, début le 23 janvier

Horaire : Lundi 17h45 à 18h30

Lieu : Centre des loisirs Atkinson, Selina Jane

Coût : 75\$

Responsable : École de danse MOVE

INITIATION 3 DANSES

Ce cours permet aux enfants de découvrir 3 styles de danse : le hip-hop, le jazz et le ballet classique. Les enfants apprendront une chorégraphie pendant la session.

Clientèle : 5 à 7 ans

Session : 10 semaines, début le 22 janvier

Horaire : Dimanche 9h45 à 10h45

Lieu : Centre des loisirs Atkinson, Stuart

Coût : 85\$

Responsable : École de danse MOVE

HIP-HOP 5-8

Ce cours permet aux enfants d'apprendre les premières bases du hip-hop, rien de trop compliqué afin de voir jusqu'où ils sont capables de laisser aller leur imagination. Ils apprendront une chorégraphie dans le même genre que les films de danse.

Clientèle : 5 à 8 ans

Session : 10 semaines, début le 22 janvier

Horaire : Dimanche 10h45 à 11h45

Lieu : Centre des loisirs Atkinson, Stuart

Coût : 85\$

Responsable : École de danse MOVE

Les parents/accompagnateurs ne peuvent pas assister aux cours comme spectateur. Ils doivent attendre dans le corridor.

Cours enfants

Les cours pour enfants font relâche du 6 au 12 mars

HIP-HOP 9-15

Le cours de hip-hop 9-15 ans permet aux jeunes d'approfondir leurs compétences déjà acquises. La technique de hip-hop est plus poussée. Il apprendront une chorégraphie pendant la session.

Clientèle : 9 à 15 ans

Session : 10 semaines, début le 22 janvier

Horaire : Dimanche 11h45 à 12h45

Lieu : Centre des loisirs Atkinson, Stuart

Coût : 85\$

Responsable : École de danse MOVE

GYMNASTIQUE 1-2

Les enfants apprendront les roulades avant et arrière, les grandes roues, différents sauts ainsi qu'une petite chorégraphie. Les enfants niveau 2 apprendront des nouveaux mouvements.

Clientèle : 6 ans et plus

Session : 10 semaines, début le 23 janvier

Horaire : Lundi 18h30 à 19h30

Lieu : Centre des loisirs Atkinson, Selina Jane

Coût : 85\$

Responsable : École de danse MOVE

BALLET COMPÉTITIF

Ce cours permet aux enfants de se préparer à une compétition de danse de ballet. Les cours incluent des exercices de flexibilité et de technique.

Clientèle : 6 à 8 ans

Session : 10 semaines, début le 23 janvier

Horaire : Lundi 17h45 à 18h45

Lieu : Centre des loisirs Atkinson, Stuart

Coût : 120\$

Responsable : Sarah Rhéaume

CONTEMPORAIN COMPÉTITIF

Ce cours permet aux enfants de se préparer à une compétition de danse contemporaine. Les cours incluent des exercices de flexibilité et de technique.

Clientèle : 12 à 17 ans

Session : 10 semaines, début le 23 janvier

Horaire : Lundi 18h45 à 19h45

Lieu : Centre des loisirs Atkinson, Stuart

Coût : 120\$

Responsable : Sarah Rhéaume

Les parents/accompagnateurs ne peuvent pas assister aux cours comme spectateur. Ils doivent attendre dans le corridor.

Cours adultes

NOUVEAUX COURS POUR LES 50 ANS ET +

ENTRAÎNEMENT SUR MUSIQUE

Les séances sont composées de mouvements de bras et de jambes exécutés avec de la musique à un rythme modéré. Ce cours permet d'améliorer sa capacité cardiovasculaire, son équilibre, sa coordination et son tonus musculaire.

Clientèle : 50 ans et plus

Session : 10 semaines, début le 26 janvier

Pas de cours le 9 mars

Horaire : Jeudi 9h à 9h45

Lieu : Centre des loisirs Atkinson, Selina Jane

Coût : 40\$

Responsable : Lien-Partage

STRETCHING

Les séances sont composées majoritairement d'exercices d'étirement et de légers exercices de musculation. Ce cours permet de conserver ou améliorer sa souplesse et son tonus musculaire.

Clientèle : 50 ans et plus

Session : 10 semaines, début le 26 janvier

Pas de cours le 9 mars

Horaire : Jeudi 10h à 10h45

Lieu : Centre des loisirs Atkinson, Selina Jane

Coût : 40\$

Responsable : Lien-Partage

Inscription auprès de l'organisme Lien-Partage
au 418-387-3391 ou promosante@lienpartage.org

BUNGEE FITNESS

Venez bouger en étant attaché par un élastique de bungee! C'est une expérience unique qui vous permet d'augmenter votre capacité cardiovasculaire et votre tonus.

Pour que l'élastique supporte bien vos mouvements, ce cours est recommandé pour les personnes de 105 à 175 lbs.

Session : 10 semaines, début le 25 janvier

Horaire : Mercredi 18h30 à 19h30

ou Mercredi 19h45 à 20h45

Lieu : Centre des loisirs Atkinson, Selina Jane

Coût : 85\$

Responsable : École de danse MOVE

WORK-OUT MULTI

C'est LE cours pour ceux qui aiment la diversité dans leurs entraînements! Chaque semaine, une nouvelle thématique sera proposée : intervalles, tae-bo, step, tabata et etc.

Session : 10 semaines, début le 1er février

Horaire : Mercredi 18h15 à 19h15

Lieu : Centre des loisirs Atkinson, Selina Jane

Coût : 85\$

Responsable : Nathalie Anger, OSF

Cours adultes

TRX

À vos sangles, prêts, partez! Le cours de TRX allie tous les éléments pour solidifier le corps. Au fil d'une série d'exercices musculaires, renforcez toutes les parties de votre corps en utilisant votre propre poids.

Session : 10 semaines, début le 24 janvier

Horaire : Mardi 18h30 à 19h30

Lieu : Centre des loisirs Atkinson, Stuart

Coût : 85\$

Responsable : Danielle Bédard, OSF

WORK-OUT MAMAN-BÉBÉ

Un entraînement cardio-musculaire tout-en-un avec des exercices sécuritaires et adaptés à votre situation. Apportez votre bébé avec vous, il a sa place dans le cours avec ses autres amis!

Session : 8 semaines, début le 25 janvier

Horaire : Mercredi 9h à 10h

Lieu : Centre des loisirs Atkinson, Selina Jane

Coût : 68\$

Responsable : Nicole Bélanger, O'garagym

Matériel : tapis de yoga

POUND

Vous aimez un entraînement qui déménage et qui se démarque par son côté artistique et hors du commun? Le cours est un mélange de cardio, de pilates et de fitness et consiste à marquer le rythme de la musique avec ses Ripstix, pour accompagner les mouvements.

Session : 10 semaines, début le 24 janvier

Horaire : Mardi 18h à 19h

Lieu : Gymnase de l'ancienne école, entrée par la porte du stationnement à l'AVANT

Coût : 105\$

Responsable : Nicole Bélanger, O'garagym

Matériel : tapis de yoga

DANSE DE MOMS

Pour celles qui trippaient plus jeunes dans une troupe de danse, c'est le temps de recommencer! Pas besoin d'être une professionnelle pour s'amuser à apprendre la chorégraphie de style hip-hop avec une petite touche girly funky.

Session : 10 semaines, début le 23 janvier

Horaire : Lundi 19h45 à 20h45

Lieu : Centre des loisirs Atkinson, Stuart

Coût : 85\$

Responsable : École de danse MOVE

Inscription auprès de Nicole Bélanger

418-209-6894

ou nicolebelanger6@gmail.com

Cours adultes intermunicipaux



**Les cours suivants se déplacent à chaque semaine en fonction des inscriptions.
Municipalités participantes : Scott, St-Elzéar, St-Bernard et St-Lambert**

JOGGING

Osez la course! Au programme, des exercices cardiovasculaires et musculaires qui vous permettront de relever certains défis de la course. *Vous devez être capable de courir au minimum 30 minutes sans arrêt pour participer à ce cours.*

Session : 10 semaines, début le 21 janvier

Horaire : Samedi 9h à 10h

ET/OU Mercredi 18h30 à 19h30

Lieu : Varie en fonction des inscriptions

Coût : 85\$

Responsable : Luc Hotte, OSF

ENDURANCE 21

Entraînement en endurance pour monter les distances jusqu'à 21 km et plus en 16 semaines. L'objectif est d'être prêt pour courir un 10 km jusqu'à un demi-marathon et + à la fin du 16 semaines. Vous serez prêt pour participer à une course en début de saison.

Session : 8 semaines, début le 26 janvier

Une semaine sur deux

Horaire : Jeudi 18h à 19h30

Lieu : Varie en fonction des inscriptions

Coût : 102\$

Responsable : Luc Hotte, OSF

MAMAN-TRAÎNEAU

Parcours permettant la remise en forme tout en profitant du grand air avec bébé dans son traîneau. La multitude d'exercices vous permettra d'améliorer votre cardio ainsi que votre tonus dans une ambiance conviviale et stimulante.

Session : 5 semaines, début le 24 février

Horaire : Vendredi 10h à 11h

Lieu : Varie en fonction des inscriptions

Coût : 42,50\$

Responsable : Nicole Bélanger, O'garagym

**Les cours *JOGGING*,
ENDURANCE 21 ET
MAMAN-TRAÎNEAU
sont toujours à
l'extérieur.**

VIACTIVE 50 ans et +

NOUVEAU!

Viactive est un programme provincial qui vise à faire bouger les gens de 50 ans et plus. Animé bénévolement par et pour les aînés, le programme consiste en de multiples routines basées sur les exercices les plus populaires. La clé de la Viactive est l'utilisation d'une chaise qui permet aux participants de faire les exercices assis ou debout. Les routines proposent aussi des alternatives aux mouvements suggérés pour augmenter ou diminuer l'intensité. Les séances Viactive sont donc faites dans un environnement sain et sécuritaire, propice au plaisir et au dépassement de soi!

Session : 6 semaines, début le **30 janvier**

Une semaine sur deux

Pas de cours le 10 avril

Horaire : Lundi 9h30 à 10h30

Lieu : Église, St-Maxime

Coût : Gratuit

Responsable : Bénévoles de Lien-Partage

INFO

418-387-3391

promosante@lienpartage.org

Accès libre | Inscription non requise

Présentez-vous le 30 janvier à la salle St-Maxime

 **MANIGANCE**
compagnie de danse

Danse du monde pour tout-petits (3-4 ans) : Samedi matin

Danse québécoise et internationale (5-11 ans) : Samedi matin ou mardi soir

Début de la session le 14 janvier

Inscription en ligne : www.dansemanigance.com

Patinoire et anneau de glace

34, 6e rue

Lundi au vendredi : 18h à 21h
Samedi : 10h à 16h + 18h à 21h
Dimanche : 10h à 16h

L'ouverture sera annoncée
sur la page Facebook
Loisirs de Scott!



**Horaire spécial pour le temps des fêtes,
les fériés et la relâche**



*Des milliers de livres
sont accessibles en
tout temps grâce à
l'application :*



BIBLIOTHÈQUE

HORAIRE D'HIVER

Fermée du 23 déc. au 4 jan.

LUNDI & JEUDI DE 18H30 À 20H30

SAMEDI DE 9H30 À 11H30

L'abonnement à la bibliothèque est gratuit et il vous
donne accès à plein de ressources!

biblio@municipalitescott.com



LOISIRS DE SCOTT



418-386-2736