






# ACTIVITÉS POUR ADULTES



Abdos-fesses-cuisses*	lun-merc 18 h 30 – 19 h 30	100 \$
Cardio-Tonus*	mardi-jeudi 18 h – 19 h 15	100 \$
Pilates*	mardi-jeudi 19 h 20 – 20 h 35	100 \$
*Aussi disponible 1 fois par semaine pour 80 \$		
 Cardio-Tonus-Posture (55 ans +)	vendredi 10 h 30 – 11 h 45	80 \$
 Pilates (Débutant)	vendredi 12 h - 13 h 15	80 \$
<hr/>		
Anglais débutant	mardi 19 h – 21 h	105 \$
Anglais conversation intermédiaire	mercredi 19 h – 21 h	105 \$
Espagnol débutant	jeudi 19 h – 21 h	105 \$
Espagnol conversation intermédiaire	mardi 19 h – 21 h	105 \$
Italien débutant	mardi 19 h – 21 h	105 \$
Italien conversation intermédiaire	vendredi 19 h – 21 h	105 \$
<hr/>		
Baladi débutant	mercredi 18 h 30 – 19 h 45	80 \$
Danse folklorique internationale, inter.	lundi 19 h – 21 h	80 \$
Danse folklorique internationale, débutant	mardi 19 h - 20 h 30	70 \$
Danse Hip Hop	mercredi 19 h - 20 h 15	75 \$
<hr/>		
Dessin, formes et couleurs	jeudi 19 h – 21 h	90 \$
<hr/>		
Hockey cosom	lundi 19 h 30 – 21 h 30	55 \$
Volleyball intermédiaire, avancé (12 séances)	mardi 19 h 30 – 21 h 30	55 \$
Volleyball récréatif (12 séances)	jeudi 19 h 30 – 21 h 30	55 \$
<hr/>		
Tai Chi débutant	mercredi 18 h 30 – 20 h	90 \$
Yoga débutant (12 séances)	mardi 18 h – 19 h 30	90 \$
Yoga débutant, intermédiaire (12 séances)	jeudi 18 h – 19 h 30	90 \$
 Yoga débutant 50 ans + (12 séances)	mercredi 13 h - 14 h 15	75 \$

 Activité de jour

Danse en ligne débutant, intermédiaire	mercredi 18 h 30 – 19 h 30	4 \$*
Danse en ligne intermédiaire, avancé	mercredi 19 h 30 – 21 h 00	4 \$*
	<b>Carte pré-payée disponible</b>	60 \$
	* ou les 2 activités pour 5,50 \$	
<b>Secourisme général (Fournisseur officiel Croix-Rouge)</b>	samedi dimanche 10 - 11 octobre 9 h – 17 h	135 \$
<b>Secourisme en milieu de garde</b>	samedi 7 novembre, 12 décembre ou 30 janvier 9 h - 17 h	70 \$

## Automne 2009

# ACTIVITÉS DE LOISIRS LAJEUNESSE



Centre de Loisirs  
Communautaires  
Lajeunesse



**Fait pour bouger ?  
Fait pour apprendre ?  
Fais-le au Centre !**



# ACTIVITÉS POUR JEUNES



**Session automne**  
Début semaine du 21 septembre  
(10 semaines)

<b>Basketball</b>	9 - 13 ans	mardi 18 h - 19 h 30	25 \$	École St-Cécile
<b>Nouveau Initiation athlétisme</b>	6 - 12 ans	jeudi 18 h - 19 h 30	25 \$	École St-Cécile
<b>Nouveau Mini-Tennis</b>	6 - 8 ans	lundi 16 h - 17 h	25 \$	Centre St-Cécile
<b>Nouveau Mini-Tennis</b>	9 ans et plus	lundi 17 h 15 - 18 h 30	25 \$	Centre St-Cécile
<b>Soccer</b>	5 - 7 ans	vendredi 18 h - 19 h	22 \$	École St-Cécile
<b>Soccer</b>	8 - 10 ans	vendredi 19 h - 20 h	22 \$	École St-Cécile
<b>Tennis de table débutant</b>	8 - 17 ans	jeudi 15 h 30 - 17 h	25 \$	Centre St-Cécile
<b>Tennis de table inter.</b>	8 - 17 ans	jeudi 17 h 30 - 19 h	25 \$	Centre St-Cécile
<b>Nouveau Capoeira</b>	10 ans et plus	mardi 15 h 30 - 17 h	30 \$	Centre St-Cécile
<b>Danse Hip Hop</b>	5 - 7 ans	mercredi 17 h - 18 h	30 \$	Centre Lajeunesse
<b>Danse Hip Hop</b>	8 - 12 ans	mercredi 18 h - 19 h	30 \$	Centre Lajeunesse
<b>Dessin et peinture</b>	8 - 13 ans	jeudi 16 h 30 - 18 h 30	30 \$	Centre Lajeunesse
<b>Initiation théâtre</b>	7 ans et plus	samedi 10 h 30 - 12 h	30 \$	Centre Lajeunesse
<b>Nouveau Les petits cuistots</b>	8 ans et plus	samedi 10 h 30 - 12 h 30	45 \$	Centre Lajeunesse
<b>Gardiens Avertis</b>	11 - 16 ans	samedi 10 octobre 9 h - 16 h	45 \$	Centre Lajeunesse

## Inscriptions

À partir du 17 août  
lundi au vendredi, 16 h à 19 h



### Portes ouvertes

jeudi 10 septembre de 17 h à 19 h  
Inscriptions en présence des spécialistes

**Inscription et paiement en ligne**  
[www.centrelajeunesse.org](http://www.centrelajeunesse.org)

Modalités de paiement  
Argent comptant, chèque  
( Taxes incluses dans les prix )



Fournisseur officiel de la Croix-Rouge



**Centre de Loisirs  
communautaires Lajeunesse**

7378, rue Lajeunesse, bureau 111

**514 278-2654**

[www.centrelajeunesse.org](http://www.centrelajeunesse.org)  
[info@centrelajeunesse.org](mailto:info@centrelajeunesse.org)

**Fête d'Halloween**  
Le samedi 31 octobre



**Fête de Noël**  
Le samedi 19 décembre



## Ça me dit en famille

Activités gratuites d'échanges et de loisirs à l'intention  
des nouveaux arrivants et des familles du quartier.  
Conférences, sorties et activités thématiques  
**Inscriptions obligatoires**, places limitées



[station1317@hotmail.com](mailto:station1317@hotmail.com)

### Du loisir par et pour les jeunes

Sur place : Baby foot, billard, ping pong, zone internet, aide aux  
devoirs, projets spéciaux, cours de hip hop, cuisine entre amis,  
sorties, cinéma, impro, art...et plus encore

- La présence des parents est interdite aux activités
- Les activités peuvent être annulées faute d'inscriptions
- L'horaire des cours est sujet à changement
- Aucune activité à l'Action de Grâce, le 12 octobre**



**Desjardins**  
Caisse Cité-du-Nord  
de Montréal

Villeray  
Saint-Michel  
Parc-Extension

**Montréal**