

Activités jeunesse

Danse / gymnastique

Septembre à décembre, 15 semaines)

À déterminer (1 x soir/semaine)

4 à 10 ans

Centre communautaire (2^e étage, ancien local du centre de conditionnement)

30 \$

Clara Prévost

Inscription: En personne lors du premier cours
Sophie Guy 258-3293 poste 2225



Activités B.A.N.G.

Septembre

Lundi/mercredi

6-12 ans

Gymnase-école Notre-Dame-de-Lourdes

Inscription: Sophie Guy 258-3293 poste 2225
(obligatoire)

Piano, violon, flûte à bec

Septembre

Lundi

Centre communautaire (2^e étage)

Marie Lavoie-Savard [418 275-3377](tel:418-275-3377),
[418 637-1379](tel:418-637-1379)

Pour tous: Débutant / avancer

Inscription (en tout temps):

Marie Lavoie-Savard 418 275-3377, matin s.v.p.



Strong by zumba (entraînement haute intensité (homme / femme)

Début 25 septembre, 10 semaines

Lundi/mercredi 19h

14 ans et + | Centre sportif

2 fois/sem. 120 \$ | 1 fois/sem. 80 \$ | À la fois 9 \$

Apportez de l'eau et un tapis de yoga

ou une grande serviette. Une démonstration aura lieu possiblement la semaine avant (à confirmer).

Marlène St-Pierre 418 258-1109

Facebook: strong girardville ou strong.zumba.com

Danse orientale (baladi, gitane, Bollywood, tribale, et autres styles orientaux)

3 octobre au 12 décembre | Mardi 19 h

Centre communautaire (2^e étage, ancien local du centre de conditionnement) | 60 \$ (10 cours)

Animateur: Sonya Lamontagne

Pour tous (pas très cardio), aucun pré requis, technique de base, possibilité prêt de ceinture et spectacle fin d'année (avril).

Cours de chant

En tout temps | Individuel ou groupe

Pour tous | Église de Girardville

20 \$ /cours, 80 \$ (5), 180 \$ (10), 260 \$ (20)

Hélène Batailleau: 418 258-7268 ou 418 630-6451

Cours de danse moderne (Jazz, hip-hop)

En continu | Samedi 9h (am)

14 ans et + | Centre communautaire

5 cours / 40 \$, 10 cours / 70 \$, 20 cours / 140 \$

Inscription: Hélène Batailleau 418 258-7268 ou
418 630-6451

Entraînement en circuit (crossfit)

12 sept au 30 nov | Mardi/jeudi 19h

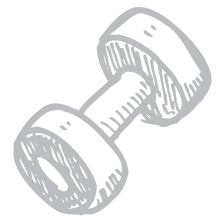
Gym le garage

2 x semaines 12 semaines: 120 \$

1 x semaines 12 semaines: 72 \$

Carte 10x (crossfit seulement): 60 \$

Patrice Perreault 418 258-1109



Centre de conditionnement Le garage

En tout temps 24/24, 7/7 jours

Centre de conditionnement Girardville

Forfait régulier étudiant, 50 et +, 2e même famille, 3e même famille

1 mois 40 \$ 30 \$ 25 \$

3 mois 100 \$ 80 \$ 65 \$

6 mois 180 \$ 145 \$ 115 \$

12 mois 275 \$ 220 \$ 180 \$

Inscription: Patrice Perreault 418 258-1109

L'activité
est pour
adulte
aussi,
on répète ?

Girardville (suite)

Jeunesse - Centre sportif

Ligue de hockey intermunicipale MIXX

Ligue mixte garçon / fille pour le plaisir de jouer!

14 novembre au 12 décembre (15 semaines)

Mardi, 18h 15 à 19h 15

5 à 11 ans | 50 \$

Animateur : Keven Thibeault

Équipement et chandail inclus si besoin (quantité limitée)

Possibilité de prêt d'équipement (quantité limitée)

Obligatoire : Patins, casque et bâton

Inscription : Sophie Guy 418 258-3893, poste 2225
(en tout temps à partir du 13 septembre, paiement 1^{er} cours)

Patinage + (petit) et patinage artistique (grand)

À partir de 3 ans (dépendant de l'enfant)

Karen Deschênes (Aide recherché (jeune ou parent):

Contactez Sophie si intéressée s.v.p.)

Sophie Guy 418 258-3293 poste 2225

Hockey libre secondaire

17 novembre au 15 décembre

Vendredi 18h

12-17 ans | Gratuit

Inscription : Keven Thibeault 418 258-3485



Patinage libre

14 novembre au 23 décembre

Mardi 19h 15 | Mercredi 18h | Jeudi 18h

Vendredi 19h | Samedi/dimanche 15h 30

Pour tous

Gratuit



Activités adulte

Strong by zumba (entraînement haute intensité (homme / femme)

Début 25 septembre, 10 semaines

Lundi / mercredi 19h

14 ans et +

Centre sportif

2 x semaine 120 \$ | 1 x semaine 80 \$ | À la fois 9 \$

Apportez de l'eau et un tapis de yoga ou une grande serviette

Une démonstration aura lieu possiblement la semaine avant

Marlène St-Pierre 258-1109

Facebook : strong girardville ou strong.zumba.com

Centre de conditionnement Le garage

En tout temps 24/24, 7/7 jours

Centre de conditionnement Girardville

Forfait régulier étudiant, 50 et +, 2^e même famille, 3^e même famille

| | | | |
|--------|-------|-------|-------|
| 1 mois | 40 \$ | 30 \$ | 25 \$ |
|--------|-------|-------|-------|

| | | | |
|--------|--------|-------|-------|
| 3 mois | 100 \$ | 80 \$ | 65 \$ |
|--------|--------|-------|-------|

| | | | |
|--------|--------|--------|--------|
| 6 mois | 180 \$ | 145 \$ | 115 \$ |
|--------|--------|--------|--------|

| | | | |
|---------|--------|--------|--------|
| 12 mois | 275 \$ | 220 \$ | 180 \$ |
|---------|--------|--------|--------|

Inscription : Patrice Perreault 418 258-1109

Entraînement en circuit (crossfit)

12 sept au 30 nov.

mardi / jeudi 19h

Centre de conditionnement **Le garage**

2 x semaine 12 semaines : 120 \$

1 x semaine 12 semaines : 72 \$

Carte 10x (crossfit seulement) : 60 \$

Info : Patrice Perreault 418 258-1109

Tai Chi

Lundi 18h 30

Salle en haut centre sportif

Prix : Selon inscription

Girardville (suite)

Activités adulte

Piano, violon, flûte à bec

Début septembre

À déterminer (lundi)

2^e étage centre communautaire

Marie Lavoie-Savard 418 275-3377, 418 637-1379

Pour tous : débutant à avancer

Inscription : Marie Lavoie-Savard

418 275-3377 (matin s.v.p.)



Vie active

Début 18 septembre

Lundi / mercredi 9 h 30

Pour tous | Salle retraite en or
Gratuit

Animateur : Suzanne St-Gelais, Réjeanne Savard,
Marlène Roy et Lisette Simard

Ce programme s'adresse à tous ceux qui
veulent bouger quelque soit leur âge ou sexe,
débutant ou avancé. Vise à réduire les maladies
du cœur, le cholestérol, l'ostéoporose, le diabète,
l'arthrite, etc.



Danse orientale (baladi, gitane, bollywood, tribale et autres styles orientaux)

3 octobre au 12 décembre

Mardi 19h

Centre communautaire (2^e étage, ancien local
du centre de conditionnement)

60 \$ (10 cours)

Animateur : Sonya Lamontagne

Pour tous (pas très cardio), aucun pré requis (débutant), technique de base, possibilité prêt de ceinture et spectacle fin d'année (avril)

Cours de photos (sorties)

À déterminer

30 \$

Posséder un appareil (règle de base, mode manuel, composition de l'image, la lumière, etc.)

Arnaud Camel

Inscription : Sophie Guy 418 258-3293 poste 2225



Cours de yoga

20 septembre (10 semaines)

Mercredi 19h

Salle retraite en or

125 \$ (10 semaines)

Animateur : Andrée-Ann Bouchard

Tapis, couverture, vêtement confortable, manger léger

Inscription : 418 276-7359

Minimum de 10 personnes



Cours d'anglais

15 ans et +

Local polyvalent (centre communautaire)

120 \$ / 10 semaines 1 h 30)

Débutant

Inscription : Cathy Bolduc 418 618-2925

Cours de chant

En tout temps

Individuel ou groupe

Église de Girardville

20 \$ / cours, 80 \$ (5), 180 \$ (10) 260 \$ (20)

Hélène Batailleau : 418 258-7268 ou 418 630-6451

Cours de danse moderne (Jazz, hip-hop)

En continu

Samedi 9h (am)

14 ans et +

Centre communautaire

5 cours / 40 \$ | 10 cours / 70 \$ | 20 cours / 140 \$

Inscription : Hélène Batailleau 418 258-7268

ou 418 630-6451

Cours de danse en ligne

À déterminer (septembre)

Mardi 13h

Salle retraite en or

Louisa Van Themsche

Girardville (suite)

Activités adulte (suite)

Cours de vitalité intellectuel

À déterminer (septembre)

Salle retraite en or

Gratuit

Le Tournant

Marlène Roy: 418 276-7273

Pétanque atout / camping poche

Septembre (après-midi)

Salle retraite en or

Après-midi musical (musique, animation lunch)

27 octobre (Halloween), 24 novembre (Ste-Catherine),
15 décembre (Noël)

Vendredi 13 h 30 à 15 h 30

Pour tous

Salle retraite en or

Gratuit

Animateur: Réjeanne Savard et Danièle Gauthier

Chanson en fête

À déterminer (septembre ou octobre)

Vendredi (2x par mois)

Pour tous

Salle retraite en or

Animateur: Odette Potvin

Atelier artisanat (Cercle de Fermières)

Septembre à décembre

Tous les mardis 13 h

Centre communautaire (2^e étage)

Info: Angèle Marceau 418 258-3769

Sortie Champignon

Fin septembre

Info: Mélanie Dallaire 418 258-3712

Adulte - Centre sportif

Ligue secondaire et +

15 novembre au 20 décembre

Mercredi 19 h

Info: Keven Thibeault 418 258-3485

Ligue Hockey adulte

16 novembre au 21 décembre

Jeudi 19 h

Info: Noël Allard 418 258-3866

Ligue des boys

17 novembre au 22 décembre

Vendredi 20 h

Info: Mickaël Bouchard 418 258-1158

Ligue adulte

19 novembre au 17 décembre

Dimanche de 14 h à 15 h 30

Info: Keven Thibeault 418 258-3485

Patinage libre

14 novembre au 23 décembre

Mardi 19 h 15 | Mercredi 18 h | Jeudi 18 h

Vendredi 19 h | Samedi / dimanche 15 h 30

Pour tous

Gratuit



Girardville (suite)

Événements et festivals

Tournoi de balle donnée Girardville

8-9-10 septembre

Terrain de balle en arrière école Notre-Dame-de-Lourdes

Info: Facebook Tournoi de balle donnée Girardville

Plantation parc du ruisseau

9 septembre 12 h à 15 h

Près de la coulée douce

Apportez votre pique-nique et votre pelle

Démonstration strong by zumba

À confirmer (18 septembre)

Centre sportif

Info: Marlène St-Pierre 418 258-1109

Journée de la culture (souper / spectacle)

Samedi 16 septembre

Centre sportif

Info: Sophie Guy 418 258-3293 poste 2225

Atelier culinaire: Les sushis

Dimanche 22 octobre 13h à 16h

Centre sportif

Prix: À déterminer

Inscription obligatoire: Sophie Guy

418 258-3293 poste 2225

Rue en fête

Samedi 28 octobre 17h30 à 19h30

Pour tous | Gratuit

Rue Bergeron

Animation avec la troupe Soukara et surtout bonbon à profusion!

Info: Sophie Guy 418 258-3293, poste 2225

Atelier culinaire: Végétarien

Dimanche 5 novembre 13 h à 16 h

Centre sportif

Prix: 30 \$ maximum 6 personnes

Base, dégustation, élaboration 2 plats et recette

supplémentaire (apportez 2 plats, grandeur margarine)

Gerrytown Rock Show spécial Halloween

Samedi 28 octobre

Centre sportif

Tournoi de hockey amateur

À déterminer, début décembre

Centre sportif

Inscription: Samuel Bouchard 418 258-3232

Village du père Noël

À déterminer en décembre

Pour tous

Atelier culinaire: Fabien Girard

À déterminer en décembre

Centre sportif

Prix: 30 \$

Plante boréale, dégustation

Inscription obligatoire: Sophie Guy

418 258-3293 poste 2225

Bibliothèque

Bibliothèque municipale

Jeu de 18 h à 20 h

180, rue Principale (porte sur le côté, 2^e étage)

Pour tous

Gratuit

Prêt de livres (roman, documentaire, bande dessinée etc.), revue, DVD et cassette de film, livre audio, CD audio.

Vente de livres, revues et CD audio

Info: Denyse Dubé 418 258-3378