





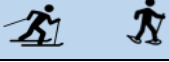






## CALENDRIER LOISIRS HIVER 2018



<b>BADMINTON</b> 	POUR JEUNES ET JEUNES ADULTES / ENDROIT : ÉCOLE PRIMAIRE DE MANSONVILLE / ÂGE : TOUS / DURÉE : JUSQU'EN AVRIL 2018 (26 SEMAINES) / HORAIRE : MAR ET JEU 16H30 – 18H30 / COÛT : À DÉTERMINER / INFO : DIANE ST-PIERRE 450-292-0351
<b>BRIDGE</b>	WISE OWL'S BRIDGE CLUB / POUR JOUEURS DE NIVEAU INTERMÉDIAIRE ET AVANCÉ / ENDROIT : HÔTEL DE VILLE / ÂGE: TOUS / DURÉE : TOUTE L'ANNÉE / HORAIRE : VEND 14H / COÛT : GRATUIT / INFO : JOHN HABERL 450-292-4171 OU JANE MCCUSKER 450-292-5295
<b>CADENCE SPINNING</b> 	NOUVEL EMPLACEMENT : CHALET PARC ANDRÉ-GAGNON / ÂGE : TOUS / HORAIRE : 7 JOURS SEMAINE/ LUN, MERC, VEND 8H30 – 9H30 SPINNING ET POIDS AVEC CHERYL / MAR ET JEU 17H00 – 18H00 SPINNING AVEC JULIE / SAM 8H00-9H00 DIM 16H30 – 17H30 SPINNING AVEC JACQUES / ESPACE LIMITÉ À 9 PARTICIPANTS, RÉSERVATION PAR "DOODLE" , VOIR LA PAGE FB : CADENCE SPIN STUDIO (MANSONVILLE) / COÛT : PREMIER ESSAI GRATUIT, ENSUITE 7,50 \$ PAR CLASSE OU 140 \$ POUR 20 CLASSES / INFO : CHERYL CLINTON 819-640-7948 OU JULIE ZEITLINGER 514-886-0717 / <a href="mailto:clinton.cheryl@gmail.com">clinton.cheryl@gmail.com</a>
<b>CUISINE COLLECTIVE</b> 	ENDROIT : ÉCOLE PRIMAIRE LE BALUCHON / ÂGE : TOUS / JUSQU'EN JUIN / COÛT : À DÉTERMINER / NOTE : COÛT TRÈS BAS / INFO : ANGELLE LAPLUME 450-292-3114 (#103) <a href="mailto:Infos@cabmn.org">Infos@cabmn.org</a>
<b>ACTIVITÉS PHYSIQUES (VIACTIVE)</b> 	ENDROIT : ÉCOLE PRIMAIRE DE MANSONVILLE / ÂGE : TOUS / DURÉE : JUSQU' EN JUIN / HORAIRE MERC 10H-11H / COÛT : GRATUIT / INFO : ANGELLE LAPLUME, CAB MISSISQUOI-NORD 450-292-3114 (#103) <a href="mailto:Infos@cabmn.org">Infos@cabmn.org</a>
<b>HOCKEY</b> 	ENDROIT: PARC ANDRÉ-GAGNON / ÂGE 7+ / DU 9 JAN - MARS / HORAIRE : MAR 17h-18h / ENTRAINEUR : MICHAEL LAPLUME. BESOIN DE PARENTS BÉNÉVOLES ! INFO: 450-292-3313 (#228)
<b>CENTRE KEN JONES</b>	INTÉGRATION SOCIALE, LOISIRS ET RÉPIT POUR ADULTES AYANT UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE ET RÉPIT POUR LEURS PROCHES / ENDROIT: MAISON DES JEUNES / ÂGE : 18 + / DURÉE : TOUTE L'ANNÉE / HORAIRE : JEU 9H À 15H / COÛT : À DÉTERMINER / INFO: SHEILA SAMBORSKY 450-292-4886 <a href="mailto:ckjc@cabmn.org">ckjc@cabmn.org</a> & <a href="http://www.cabmn.org">www.cabmn.org</a>
<b>MÉDITATION</b>	ENDROIT: APPARTEMENTS POTTON (27 RUE NEIL- ARMSTRONG) / ÂGE: TOUS / DURÉE : TOUTE L'ANNÉE / HORAIRE : DIM 9H-10H / COÛT : GRATUIT / INFO: MARIE GARON : 450-292-3923 <a href="mailto:marieg-yoga@hotmail.ca">marieg-yoga@hotmail.ca</a>
<b>PICKLEBALL</b> 	ENDROIT: ÉCOLE PRIMAIRE DE MANSONVILLE / ÂGE : TOUS / DURÉE : JUSQU'EN AVRIL / HORAIRE : DIM 9H-14H / COÛT : À DÉTERMINER (26 SEMAINES) / INFO : ROLF / LUCIE MAURER 450-292-4175
<b>CLUB DES RETRAITÉS</b>	ENDROIT: ÉGLISE SAINT-CAJETAN/ ÂGE 55+ / DURÉE : JUSQU'AU 26 AVRIL / HORAIRE : JEU 13H - 15H30 / COÛT : 10 \$ LA SAISON / ACTIVITÉS : CARTES, BILLARD, JEUX WII, SHUFFLEBOARD / INFO : CHRISTINE CARON 450-292-3250
<b>NOUVEAU ! PILATES</b>	LE PILATES EST UNE MÉTHODE D'ENTRAÎNEMENT PHYSIQUE DOUCE AVEC LAQUELLE NOUS TRAVAILLONS LA RESPIRATION ET LA COMMUNICATION ENTRE L'ESPRIT ET LE CORPS / ENDROIT : ÉCOLE PRIMAIRE DE MANSONVILLE / ÂGE : TOUS / DATE : DU 20 JAN-24 MAR HORAIRE : SAM 9H30-10H30 / COÛT : 120 \$ POUR 10 SESSIONS OU 15 \$ A LA PORTE / INFO : MONIQUE GILBERT, MSC, KINÉSIOLOGE 438-872-0829 / <a href="mailto:moniq.gilbert@icloud.com">moniq.gilbert@icloud.com</a>
<b>NOUVEAU ! ARTS MARTIAUX FAMILIAL</b>	IDÉAL À PRATIQUER EN FAMILLE, POUR TOUS LES ÂGES ET TOUS NIVEAUX DE FORME PHYSIQUE, LE PRATIQUANT EST INITIÉ À PLUSIEURS STYLES D'ARTS MARTIAUX AUTANT POUR APPRENDRE L'AUTO DÉFENSE QUE POUR EXERCER UN CONTRÔLE DE SOI (CORPS ET ESPRIT) / ENDROIT : LE BALUCHON / DATE 20 JAN – 24 MARS / HORAIRE : SAM 10H-11H / COÛT : 100 \$ POUR 10 SESSIONS OU 220 \$ POUR 20 SESSIONS. (MIN 8 PARTICIPANTS) / INFO : 450-292-3313, POSTE 228
<b>RAQUETTE, SKI DE FOND ET MARCHE AVEC L'APP</b> 	EXCURSIONS DE FIN DE SEMAINE POUR TOUS LES NIVEAUX DURANT L'HIVER. VISITEZ <a href="http://patrimoinepotton.org">patrimoinepotton.org</a> POUR PLUS DE DÉTAILS.
<b>KICKBOXING</b>	LE KICKBOXING EST UNE TECHNIQUE DE MISE EN FORME INSPIRÉE DES TECHNIQUES DE COMBAT. LES TECHNIQUES SONT ISSUES DES STYLES SUIVANTS : MUAY THAI, KICKBOXING AMÉRICAIN, SAVATE, STX ET KARATÉ. / ENDROIT : LE BALUCHON / ÂGE : 13 + / DATE : 16 JAN – 20 MARS HORAIRE : MAR ET JEU 18H-19H / COÛT : 120 \$ POUR 10 SESSIONS OU 220 \$ POUR 20 SESSIONS. (MIN 10 PARTICIPANTS) / INFO : 450-292-3313, EXT 228
<b>NOUVEAU ! INITIATION À LA COURSE</b>	POUR CEUX QUI VEULENT INTÉGRER LA COURSE EN HIVER À LEUR STYLE DE VIE ET QUI VEULENT ÉVITER LES BLESSURES / LIEU : À DÉTERMINER / ÂGE : TOUS / DATE : DU 20 JAN-24 MAR HORAIRE : SAM 10H30-11H30 / COÛT : 90 \$ POUR 10 SÉANCES, 10 \$ LA SÉANCE / INFO : MONIQUE GILBERT, MSC, KINÉSIOLOGE 438-872-0829 / <a href="mailto:moniq.gilbert@icloud.com">moniq.gilbert@icloud.com</a>
<b>NOUVEAU ! ACTION PLEIN AIR</b> 	POUR CEUX QUI VEULENT AMÉLIORER LEUR CAPACITÉ CARDIOVASCULAIRE ET LEUR ENDURANCE MUSCULAIRE AVEC RAQUETTES, CHAUSSURES DE COURSE OU DE MARCHE / LIEU : À VENIR / ÂGE : TOUS / DATE : DU 20 JAN-24 MAR HORAIRE : SAM 8H30-9H30 / COÛT : 90 \$ 10 SÉANCES, 10 \$ LA SÉANCE / INFO: MONIQUE GILBERT, MSC, KINÉSIOLOGE 438-872- 0829 / <a href="mailto:moniq.gilbert@icloud.com">moniq.gilbert@icloud.com</a>
<b>CERCLE DES BAMBINS</b>	ACTIVITÉS POUR ENFANTS ET PARENTS / ENDROIT : ÉCOLE PRIMAIRE DE MANSONVILLE ET BIBLIOTHÈQUE / ÂGE: 0-5 ANS / HORAIRE : VEND 10H-11H / DURÉE : VOIR SITE WEB <a href="http://potton.ca">potton.ca</a> / COÛT : GRATUIT / INFO & INSCRIPTION : 450-292-3313 (# 228)
<b>YOGA</b>	ENDROIT : HÔTEL DE VILLE / ÂGE : TOUS / DU 11 JAN - 22 MARS (11 CLASSES) / HORAIRE : JEU 9H- 10H15 / COÛT : 120 \$ POUR 11 SEMAINES OU 15 \$ À LA PORTE / APPORTEZ VOTRE TAPIS / INFO : MARIE GARON 450-292-3923 <a href="mailto:marieg-yoga@hotmail.ca">marieg-yoga@hotmail.ca</a>
<b>ZUMBA – DANCE</b> 	ENDROIT : ÉCOLE PRIMAIRE DE MANSONVILLE / ÂGE : 16 + / DATES : DU 15 JAN-2 AVR / HORAIRE : LUN ET MERC 17H-18H / COÛT : 10 \$ À LA PORTE OU UNE FOIS SEMAINE (12 COURS) 100 \$ OU DEUX FOIS SEMAINE (24 COURS) 185 \$ / INFO : GENEVIÈVE QUINTIN : <a href="mailto:genevieve.quintin@hotmail.com">genevieve.quintin@hotmail.com</a>

**Pour plus d'information, consultez : [potton.ca](http://potton.ca)  
 Facebook/ Potton en bref plus**