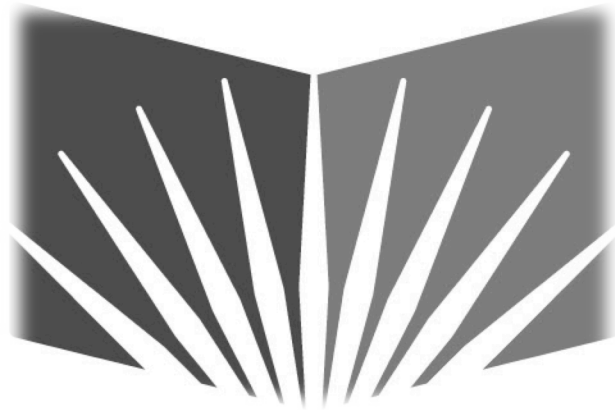


# **COLLÈGE NOTRE-DAME**

## **SOURCE D'ÉNERGIE SCOLAIRE**



---

**Programmation des activités d'enrichissement  
Hiver-printemps  
2016**

---

## Programmation

ACTIVITÉ	RESPONSABLE	DÉBUT DE L'ACTIVITÉ	INSCRIPTIONS	LIEU ET HEURE	COÛT
<b>Spinning – 1<sup>er</sup> cycle</b> (Prévoir bouteille d'eau et tenue sportive)	<b>M<sup>me</sup> Annie Bouchard</b>	Jeudi 4 février	Minimum 7 élèves Maximum 9 élèves	<b>Salle d'entraînement</b> 16 h 10 à 17 h 10	<b>45 \$</b>
<b>Spinning – 2<sup>e</sup> cycle</b> (Prévoir bouteille d'eau et tenue sportive)	<b>M<sup>me</sup> Annie Bouchard</b>	Mardi 2 février	Minimum 7 élèves Maximum 9 élèves	<b>Salle d'entraînement</b> 16 h 10 à 17 h 10	<b>45 \$</b>
<b>Entraînement par intervalles</b> (Prévoir bouteille d'eau et tenue sportive)	<b>M<sup>me</sup> Annie Bouchard</b>	Lundi 1 <sup>er</sup> février	Minimum 6 élèves Maximum 8 élèves	<b>Auditorium</b> 12 h 05 à 12 h 50	<b>45 \$</b>
<b>CrossFit – 2<sup>e</sup> cycle</b> (Prévoir bouteille d'eau et tenue sportive)	<b>M. François Lamer</b>	Lundi 1 <sup>er</sup> février	Minimum 6 élèves Maximum 8 élèves	<b>Salle d'entraînement</b> 16 h 30 à 17 h 30	<b>80 \$</b>
<b>Parc à neige</b> (Prévoir un casque et son équipement)	<b>M. Simon Faucher</b>	Du lundi au jeudi	N/A	<b>Cour extérieure</b> 12 h 10 à 12 h 50	<b>Gratuit</b>
<b>Yoga pour améliorer la concentration et activer le corps</b> (Prévoir bouteille d'eau et tenue sportive)	<b>M<sup>me</sup> Mélissa Fortin</b>	Mercredi 3 février	Minimum 5 élèves Maximum 15 élèves	<b>Auditorium</b> 8 h 10 à 8 h 50	<b>45 \$</b>
<b>Yoga</b> (Prévoir bouteille d'eau et tenue sportive)	<b>M<sup>me</sup> Mélissa Fortin</b>	Jeudi 4 février	Minimum 5 élèves Maximum 15 élèves	<b>Auditorium</b> 12 h 10 à 12 h 50	<b>45 \$</b>
<b>Initiation au cheerleading</b>	<b>M<sup>me</sup> Sandra Gagnon</b>	Mercredi 3 février	Minimum 8 élèves Maximum 12 élèves	<b>Auditorium</b> 18 h à 19 h 30	<b>55 \$</b>
<b>Couture et tricot</b> (prévoir achat de matériel)	<b>M<sup>me</sup> Thérèse Massé</b>	Mardi 2 février	Minimum 6 élèves Maximum 12 élèves	<b>Local d'arts plastiques</b> 12 h 10 à 12 h 50	<b>45 \$</b>
<b>Initiation à l'espagnol</b>	<b>M<sup>me</sup> Denise Dumont, r.e.j.</b>	Mardi 2 février	Minimum 6 élèves Maximum 8 élèves	<b>2C</b> 12 h 10 à 12 h 50	<b>25 \$</b>
<b>FillActive</b> (Prévoir bouteille d'eau et tenue sportive)	<b>M<sup>me</sup> Katia Roussel</b>	Jeudi 18 février	Minimum 8 élèves Maximum : aucun <u>Les inscriptions auront lieu du 3 au 9 février au bureau de M<sup>me</sup> Bouchard</u>	<b>Gymnase</b> 12 h 10 à 12 h 50	<b>20 \$</b> (transport à Québec inclus)
<b>Conversation anglaise</b>	<b>M. Scott Mawhinney</b>	Mardi 2 février	Minimum 6 élèves Maximum 8 élèves	<b>1D</b> 12 h 10 à 12 h 50	<b>25 \$</b>

ACTIVITÉ	RESPONSABLE	DÉBUT DE L'ACTIVITÉ	INSCRIPTIONS	LIEU ET HEURE	COÛT
<b>Connaissance de soi par le dessin</b> (Prévoir crayons de plomb, gomme à effacer et crayons de couleur)	<b>M<sup>me</sup> Isabelle Castonguay</b>	Mardi 2 février	Minimum 8 élèves Maximum 12 élèves	<b>2A</b> 12 h 10 à 12 h 50	<b>60 \$</b>
<b>Cuisine pratico-pratique</b> (prévoir de la nourriture de la maison)	<b>M<sup>me</sup> Ève St-Laurent</b>	Lundi 1 <sup>er</sup> février	Minimum 8 élèves Maximum 12 élèves	<b>Cafétéria</b> 16 h à 17 h	<b>50 \$</b>
<b>Sortie en Fatbike</b> (prévoir tenue d'hiver et bouteille d'eau)	<b>M. Sébastien Lévesque</b>	Vendredi 5 février	Minimum 4 élèves Maximum 8 élèves	<b>Départ du Collège</b> 9 h à 11 h	<b>25 \$</b>

## IMPORTANT

Les inscriptions auront lieu le **jeudi 21 janvier** à 12 h 10 dans la salle de récréation.

Les élèves doivent obligatoirement apporter leur paiement sinon ils ne pourront pas s'inscrire. Effectuer idéalement le paiement en argent. Sinon, faire le chèque au nom du Collège Notre-Dame.

Le début de toutes les activités est prévu dans la semaine du 1<sup>er</sup> février. Pour les dix prochaines semaines, vous devrez donc vous rendre à votre local respectif à la même heure.

**Aucun remboursement ne sera fait après l'inscription.**