

# **PROGRAMMATION DES LOISIRS**

*Hiver*

*2025*

**Date limite des inscriptions :  
17 janvier 2025**



POUR  
VOUS INSCRIRE  
AUX ACTIVITÉS  
OFFERTES

- 1 - RENDEZ-VOUS SUR [WWW.ADSTOCK.CA](http://WWW.ADSTOCK.CA),  
SECTION LOISIRS, CULTURE ET VIE COMMUNAUTAIRE,  
ONGLET PROGRAMMATION ET INSCRIPTION
- 2 - CLIQUEZ SUR INSCRIPTION EN LIGNE - AMILIA  
DANS LA SECTION  
PROGRAMMATION DES LOISIRS - HIVER 2025
- 3 - INSCRIVEZ-VOUS À VOTRE ACTIVITÉ!

**\*DES FRAIS SUPPLÉMENTAIRES PEUVENT S'APPLIQUER  
POUR L'INSCRIPTION D'UN NON-RÉSIDENT D'ADSTOCK.**

# RABAIS MULTI-ACTIVITÉS

Le rabais **Multi-activités** accorde un rabais

lorsque plusieurs personnes **faisant partie de la même famille et habitant à la même adresse** effectuent des achats admissibles à ce rabais.

Pour que le rabais s'applique, les inscriptions doivent être **EFFECTUÉES** dans la même transaction.

2 personnes : Rabais de 10%

3 personnes : Rabais de 15%

4 personnes et PLUS : Rabais de 20%

Repérez ce logo



il indique que l'activité est admissible au rabais Multi-activités:

# COURS DE PATIN DÉBUTANT ACTIVITÉ POUR ENFANTS

Votre enfant aimerait apprendre à patiner? Ce cours est idéal alors qu'il apprendra la base du patinage.

**IMPORTANT : DURANT LE COURS, IL N'Y AURA PAS DE HOCKEY, NI DE PATINAGE ARTISTIQUE.**



**COÛT : 90\$**

**QUI : POUR LES ENFANTS DE 4 À 8 ANS**

**PLACES LIMITÉES À 10 ENFANTS**

**HORAIRE : DIMANCHE DE 8H30 À 9H30**

**DÉBUT DU COURS : 19 JANVIER 2025**

**DURÉE : 8 SEMAINES**

**OÙ : PATINOIRE BERCOMAC (COMPLEXE SPORTIF)**

**ENTRAINEUR : OLIVIER LACHANCE**

**IMPORTANT: VOTRE ENFANT DOIT OBLIGATOIREMENT PORTER UN CASQUE PROTECTEUR AINSI QU'UN PROTECTEUR FACIAL COMPLET.**

**RABAIS ADMISSIBLES : CARTE AVANTAGE**



**4**

# **COURS DE CUISINE DE BASE**

**ACTIVITÉ POUR ENFANTS**

Votre enfant aimerait apprendre à cuisiner? Ce cours est idéal pour lui, car il apprendra divers recettes.



**COÛT : 80\$**

**QUI : POUR LES ENFANTS DE 8 À 17 ANS**

**MINIMUM DE 8 ENFANTS**

**PLACES LIMITÉES À 12 ENFANTS**

**HORAIRE : MERCREDI DE 18H30 À 19H45**

**DÉBUT DU COURS : 29 JANVIER 2025**

**DURÉE : 5 SEMAINES**

**OÙ : SALLE DESJARDINS (COMPLEXE SPORTIF)**

**CHEF : WILLIAM LAFONTAINE (BISTRO DES ORIGINES)**

**5**

# LIGUE DE VOLLEYBALL AMICALE

ACTIVITÉ POUR ADULTES

INSCRIS TON ÉQUIPE  
PARTIES À 5 VS 5  
LIGUE POUR ADULTES  
MINIMUM UNE FILLE  
PARTIE AUTO-  
ARBITRÉE



Coût : 45\$ / Joueur

Horaire : MERCREDI DÈS 18h30

Début de la ligue : 8 janvier 2025

Durée de la ligue : 12 SEMAINES

Où : Gymnase du Complexe Sportif

Pour vous inscrire, contactez-nous par courriel en nous transmettant les noms et coordonnées des joueurs de votre équipe à : [loisirs@adstock.ca](mailto:loisirs@adstock.ca)

# LIGUE DE PICKLEBALL AMICALE

ACTIVITÉ POUR ADULTES

NIVEAU DÉBUTANT

2 CONTRE 2, LES ÉQUIPES SE  
FONT SUR PLACE LE JOUR  
MÊME

PARTIE AUTO-ARBITRÉE

MAXIMUM: 16 INSCRIPTIONS



COÛT : 50\$

HORAIRE : MERCREDI DE 10H À 11H30

DÉBUT DE LA LIGUE : 11 SEPTEMBRE 2024

DURÉE DE LA LIGUE : 15 SEMAINES

OÙ : 3 TERRAINS AU GYMNASSE DU

COMPLEXE SPORTIF

# CAMP DE JOUR

(SEMAINE DE RELÂCHE DU 3 AU 7 MARS 2025)

## COÛT D'INSCRIPTION

SEMAINE COMPLÈTE (journée régulière: 9h à 16h) : 130\$

SERVICE DE GARDE SEMAINE COMPLÈTE (7h30 à 9h et 16h à 17h30): 30\$

AU COMPLEXE SPORTIF MARIETTE ET JOSEPH FAUCHER (SECTEUR ST-MÉTHODE)

## COÛT À LA JOURNÉE

LUNDI 4 MARS

JOURNÉE RÉGULIÈRE

30\$

SERVICE DE GARDE

8\$



MARDI 5 MARS

JOURNÉE RÉGULIÈRE

30\$

SERVICE DE GARDE

8\$



MERCREDI 6 MARS

JOURNÉE RÉGULIÈRE

30\$

SERVICE DE GARDE

8\$



JEUDI 7 MARS

JOURNÉE ACTIVITÉ  
SPÉCIALE

45\$

SERVICE DE GARDE

8\$



VENDREDI 8 MARS

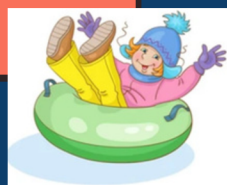
JOURNÉE RÉGULIÈRE

30\$

SERVICE DE GARDE

8\$

8





# COURS DE PEINTURE ET TECHNIQUES MIXTES

ACTIVITÉ POUR ENFANTS

Nos cours de peinture et techniques mixtes sont conçus pour encourager l'expression artistique et la créativité des enfants. Encadrés par une artiste expérimentée, les enfants apprendront à utiliser divers médiums et techniques tout en travaillant sur des projets personnalisés.

**COÛT : 70\$**

**QUI : POUR LES ENFANTS DE 6 À 12 ANS**

**MINIMUM DE 8 ENFANTS**

**PLACES LIMITÉES À 15 ENFANTS**

**HORAIRE : MERCREDI DE 18H00 À 19H00**

**DÉBUT DU COURS : 22 JANVIER 2025**

**DURÉE : 10 SEMAINES**

**• OÙ : SALLE DU CENTRE INTERGÉNÉRATIONNEL (SACRÉ-COEUR-DE-MARIE)**

**PROFESSEUR : JOANNIE DOYON**

**9**

# COURS DE ZUMBA (PARENTS- ENFANTS)

ACTIVITÉ POUR LA FAMILLE

Spécialement pour les familles (pour les enfants de 6 à 12 ans, accompagnés d'un parent). Ce cours de Zumba® est une fête cardio bourrée d'énergie et amusante.

**COÛT : 45\$**

**QUI : POUR LES ENFANTS DE 7 À 77 ANS**

**MINIMUM DE 8 ENFANTS**

**PLACES LIMITÉES À 20 ENFANTS ET ADULTES**

**HORAIRE : LUNDI DE 18H00 À 19H00**

**DÉBUT DU COURS : 20 JANVIER 2025**

**DURÉE : 10 SEMAINES**

**• OÙ : GYMNASÉ (COMPLEXE SPORTIF)**

**PROFESSEUR : AUDREY MAE**

# **COURS DE MISE EN FORME 50+ ACTIVITÉ POUR ADULTES**

Une programmation variée et adaptée aux personnes de plus de 50 ans, ça vous dit? Venez travailler vos muscles, équilibre, souplesse et coordination en s'amusant!

\*Spécialement préparé avec soin par un entraîneur d'expérience.

**COÛT : 70\$**

**QUI : POUR LES GENS DE 50 ANS ET + JEUNE DE COEUR**

**PLACES LIMITÉES À 20 ADULTES**

**HORAIRE : JEUDI DE 9H00 À 10H00**

**DÉBUT DU COURS : 23 JANVIER 2025**

**DURÉE : 10 SEMAINES**

**OÙ : GYMNASSE (COMPLEXE SPORTIF)**

**PROFESSEUR : ÉRICK LAMPRON (ÉDUCATEUR  
PHYSIQUE)**

# BIBLIOTHÈQUE JEAN-GUY-MAROIS

**HEURES D'OUVERTURE**

**MERCREDI : 18H30 À 19H30**

**JEUDI : 13H00 À 14H00**

**INFORMATIONS : 418-422-2131**



**BIBLIOTHÈQUE JEAN-GUY-MAROIS**

## SALLE D'ENTRAÎNEMENT SACRÉ-COEUR-DE-MARIE

**ACCÈS 24H/24, 7 JOURS/7**

**KINÉSIOLOGUE SUR PLACE**

**INFORMATIONS : 581-680-0880**

**f GYM SCDM**



# **HORAIRE**

## **COMPLEXE SPORTIF MARIETTE ET** **JOSEPH FAUCHER**

**L'HORAIRE DES ACTIVITÉS DU  
COMPLEXE SPORTIF EST PUBLIÉ  
À TOUTES LES SEMAINES SUR LA  
PAGE FACEBOOK:**



**LOISIRS - MUNICIPALITÉ D'ADSTOCK**

### **INFORMATIONS**

**SERVICE DES LOISIRS**

**418 422-2135 (236)**

**LOISIRS@ADSTOCK.CA**

**ADSTOCK.CA**