

Session Printemps 2023

Secteur Gatineau

FADOQ (811D Saint-René Ouest)

Date des inscriptions: Mardi le 22 août en ligne dès réception de l'info-lettre, par téléphone Tel: (819) 777-5774 ou sur place au 811D St-René Ouest
Carte de membre requise pour 30\$ annuellement ou 50\$ pour 2 ans
Prérequis: 50 ans +

Essentrics en douceur (Débutant) 55 minutes	Mardi	09h15-10h10	10 semaines - 12 sept - 14 nov
Essentrics (55 minutes)	Mardi	10h30 -11h25	10 semaines - 12 sept - 14 nov
Essentrics (55 minutes)	Mardi	18h15 -19h10	10 semaines - 12 sept - 14 nov
Essentrics (55 minutes)	Jeudi	09h30 -10h25	10 semaines - 14 sept - 16 nov
Danse Cardio Santé (Rythme Latin, POP et International) 55 minutes	Mardi	11h45 -12h40	10 semaines - 12 sept - 14 nov
Danse Cardio Santé (Rythme Latin, POP et International) 55 minutes	Mardi	19h30 - 20h25	10 semaines - 12 sept - 14 nov
Danse Cardio Santé (Rythme Latin, POP et International) 55 minutes	Jeudi	10h45 - 11h40	10 semaines - 14 sept - 16 nov
Danse Social (Débutant) 55 minutes	Mercredi	18h15 - 19h10	10 semaines - 13 sept - 15 nov
Danse de Ligne (intermédiaire) 55 minutes	Mercredi	19h30 - 20h25	10 semaines - 13 sept - 15 nov
Danse de Ligne (intermédiaire) 55 minutes	Jeudi	12h00 - 12h55	10 semaines - 14 sept - 16 nov
Mise en Forme Tout-en-1	Mardi	13h00 - 15h00	10 semaines - 12 sept - 14 nov

Secteur Hull

Ville de Gatineau

Date de la programmation en ligne: Mardi 14 août www.gatineau.ca (Programme culture et loisirs)
Date des inscriptions: Mardi 29 août - 18h00

Centre communautaire des trembles (150 des trembles)
Essentrics (lundi 19h15 -20h15) 11 semaines 18 sept - 04 déc (congé 9 octobre)
Essentrics (mercredi 10h - 11h) 11 semaines (20 sept - 29 nov)

Secteur Aylmer

Ville de Gatineau

Date de la programmation en ligne: Mardi 14 août www.gatineau.ca (Programme culture et loisirs)
Date des inscriptions: Mardi 29 août - 18h00

Centre communautaire Robert Middlemiss (Marina Aylmer)
Essentrics (lundi 10h - 11h) 11 semaines 18 sept - 04 déc (congé 9 octobre)
Essentrics (Jeudi 19h - 20h) 11 semaines (19 sept - 30 nov)