INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT !

Adultes jusqu'au 11 avril | Enfants jusqu'au 17 avril

Votre loisir devient passion !

ÉCONOMISEZ en respectant les dates d'inscription !

Photo : Audélie Arel

Début des activités à la mi-avril 2019

819 379-3562 | www.multi-plus.ca

3730, rue Jacques-De Labadie, Trois-Rivières, QC G8Y 5K7

Centre loisir Multi-Plus

NOUVEAUTÉS

Préscolaire

MINI-SPORT, 1-3 ans | Voir Familial

MINI-SPORT, 3-4 ans
Samedi 12h20 à 13h05 – Début : 27 avril – 37 $ / 7 sem.

SOCCER INTÉRIEUR, 4-5 ½ ans
Samedi 13h15 à 14h – Début : 27 avril – 37 $ / 7 sem.

MINI-NINJA, 4-6 ans
Vendredi 16h35 à 17h20 – Début : 26 avril – 33 $ / 7 sem.

GYMNASTIQUE « BOUT DE CHOU », 3-6 ans
Samedi 8h30 à 9h15 ou 9h25 à 10h10, 3-4 ans
Samedi 10h20 à 11h05, 4-5 ans
Début : 27 avril – 32 $ / 7 semaines

ANGLAIS PAR LE JEU, 3 ½-5 ans
Dimanche 11h à 11h45 – Début : 14 avril – 29 $ / 6 sem.

P'TITS CUISINIERS, 4-6 ans
Samedi 8h45 à 9h45 – Début : 27 avril
40 $ / 5 semaines (nourriture incluse)

HIP-HOP MINI, 3-6 ans
Vendredi 16h30 à 17h15 ou 17h20 à 18h05, mini 3-5 ans
Vendredi 18h15 à 19h, 4-6 ans
Début : 26 avril – 38 $ / 7 semaines

JAZZ MINI, 3-6 ans
Vendredi 16h20 à 17h05 – Début : 26 avril – 31 $ / 6 sem.

BALLET CLASSIQUE, 2 ½-5 ans
Samedi 10h à 10h30, 2 ½-3 ans – 31 $ / 7 semaines
Samedi 10h35 à 11h15, 3 ans – 35 $ / 7 semaines
Samedi 11h20 à 12h05, 3-4 ans – 35 $ / 7 semaines
Vendredi 17h10 à 17h55, 3-5 ans – 28 $ / 6 semaines
Samedi 12h35 à 13h20, 3-5 ans – 35 $ / 7 semaines
Samedi 8h35 à 9h20, 4-5 ans – 35 $ / 7 semaines
Début : semaine du 22 avril

ÉVEIL MUSICAL ET À L'ART PLASTIQUE, 3-5 ans
Dimanche 11h à 11h45 – Début : 14 avril – 34 $ / 6 sem.

Enfants

Natation (programme de la Croix-Rouge)

INSCRIPTION VENDREDI 5 AVRIL EN SOIRÉE AU CENTRE
Contactez-nous dès le 29 mars au 819 379-3562 poste 0 pour vous inscrire à la soirée de classement.
Un rendez-vous vous sera attribué.
Merci d'ouvrir votre dossier familial en ligne au www.multi-plus.ca/programmation/natation.
PLACES DISPONIBLES LIMITÉES

Votre enfant a 2 ans et est propre ? Inscrivez-le dès le 5 avril en Tortue de mer !
Votre enfant a 6 ans et il ne sait pas nager ? Inscrivez-le dès le 5 avril en Junior 1 !
(voir les critères au www.multi-plus.ca)

Les dimanches au Cégep dès le 14 avril
Les mercredis au Cégep dès le 17 avril
Les vendredis au DLS dès le 26 avril

PROGRAMME PRÉSCOLAIRE, 2-5 ans
Avec parent : Tortue de mer, Loutre de mer.
Sans parent : Salamandre, Poisson-lune, Crocodile, Baleine.
77 $ / 8 semaines (cours de 45 minutes)
1 moniteur pour 5-6 participants (sauf cours avec parent)

PROGRAMME NIVEAU JUNIOR 1 à 10, 6 ans et +
77 $ / 8 semaines (cours 45 minutes), Junior 1 à 3
83 $ / 8 semaines (cours 55 minutes), Junior 4 à 10 et ado

Arts et culture

THÉÂTRE, 6-11 ans
Samedi 9h35 à 10h20, 6-9 ans – Début : 27 avril
Jeudi 18h15 à 19h30, 9-11 ans – Début : 18 avril
30 $ / 7 semaines, 6-9 ans
29 $ / 4 semaines, 9-11 ans

DESSIN ET PEINTURE, projet collectif, 6-13 ans
Vendredi 16h45 à 18h, 6-8 ans / 18h10 à 19h25, 9-12 ans
Samedi 9h à 10h15, 7-9 ans / 10h30 à 11h45, 10-13 ans
Début : sem. du 22 avril – 44 $ / 4 sem. (matériel inclus)

SAMEDI ANIMÉ, 5-11 ans
Samedi 10h30 à 11h30 – Début : 27 avril – 51 $ / 7 sem.

CLASSEMENTS

Activités physiques

MINI-TENNIS, 8-12 ans
Samedi 14h05 à 15h05 – Début : 27 avril
41 $ / 7 semaines – Lieu : École Cardinal-Roy

MINI-BASKET, 6-8 ans
Vendredi 18h10 à 19h10, 6-8 ans – Début : 26 avril
46 $ / 7 semaines – Lieu : École Bois-Joli

SOCCER INTÉRIEUR, 6-9 ans
Samedi 14h10 à 15h10 – Début : 27 avril – 46 $ / 7 sem.

KARATÉ, 7-12 ans
Samedi 9h à 9h45 – Début : 30 mars au 25 mai
51 $ / session + 25 $ affiliation – Lieu : École Cardinal-Roy

NINJA KIDS, 7-9 ans
Vendredi 17h30 à 18h15 – Début : 26 avril – 35 $ / 7 sem.

HOCKEY COSOM, 5-12 ans
Samedi 9h à 10h, 5-7 ans / 10h10 à 11h10, 8-12 ans
Début : 27 avril – 45 $ / 7 semaines – Lieu : École St-Pie-X

GYMNASTIQUE AU SOL, 5-11 ans
Samedi 11h15 à 12h, 5-6 ans – 32 $ / 7 semaines
Vendredi 18h35 à 19h35, 7-8 ans – 43 $ / 7 semaines
Vendredi 19h45 à 20h45, 9-11 ans – 43 $ / 7 semaines
Début : semaine du 22 avril

Cuisine (nourriture incluse dans les coûts)

CURIEUX CUISTOTS, 6-8 ans
Samedi 12h45 à 13h45 – Début : 27 avril – 41 $ / 5 sem.

« COOK AND LEARN », 7-12 ans
Samedi 11h15 à 12h15 – Début : 27 avril – 44 $ / 5 sem.

JOYEUX CUISTOTS, 7-11 ans
Samedi 14h à 15h – Début : 27 avril – 44 $ / 5 sem.

Formation

COUTURE, 8-13 ans
Dimanche 13h30 à 15h, niv. 1 / 15h20 à 16h50, niv. 2
Début : 14 avril (machine à coudre fournie en classe)
53 $ / 6 semaines (matériel inclus) + projets personnels

Musique

GUITARE ACOUSTIQUE, 6-12 ans
Vendredi 18h à 19h, 6-8 ans (niveau 1)
Vendredi 19h10 à 20h10, 9-12 ans (niveau 1)
Début : 12 avril – 64 $ / 8 semaines
Mercredi 18h-19h, 8-12 ans (niv. 2) – 68 $ / 8 semaines
Mercredi 19h10 à 20h10, avec les adultes (niveau 3)
Début : 17 avril – 68 $ + tx / 8 semaines
Préalable : avoir sa guitare adaptée à sa grandeur.

ATELIER DE MUSIQUE CLAUDE THOMPSON, 5-12 ans
Samedi 10h15 à 11h15, niv. 1-2 / 9h à 10h, niv. 3 et +
Début : 27 avril – 56 $ / 7 semaines (cahier inclus)
Lieu : École des Petits Chanteurs (CMI)
Les nouveaux inscrits seront évalués au premier cours.

Danse

DANSE CONTEMPORAINE, 7-12 ans
Dimanche 11h à 11h55 – Début : 28 avril – 31 $ / 5 sem.

DANSE AFRICAINE, 6-12 ans
Vendredi 19h10 à 20h05 – Début : 26 avril – 45 $ / 7 sem.

JAZZ, 4-15 ans
Vendredi 18h10 à 18h55, 4-7 ans – 35 $ / 6 semaines
Vendredi 19h à 19h55, 7-12 ans – 37 $ / 6 semaines
Début : 26 avril
Mercredi 18h45 à 19h30, 9-15 ans – Début : 17 avril
36 $ / 6 semaines – Lieu : École Curé-Chamberland

BALLET CLASSIQUE, 4-12 ans
Mercredi 18h à 18h40, 4-7 ans – Début : 17 avril
28 $ / 6 semaines – Lieu : École Curé-Chamberland
Samedi 8h35 à 9h20, 4-5 ans – 35 $ / 7 semaines
Samedi 13h25 à 14h20, 4-7 ans – 43 $ / 7 semaines
Samedi 14h25 à 15h20, 6-12 ans – 43 $ / 7 semaines
Début : 27 avril
Dim. 10h à 10h55, 4-7 ans – Début : 28 avril – 31 $ / 5 sem.

CHEERLEADING, 7-17 ans
Vendredi 18h à 18h45, 7-12 ans (débutant 1-2)
Vendredi 18h50 à 19h45, 8-17 ans (intermédiaire 2)
Début : 26 avril – Lieu : École des Pionniers
34 $ / 7 semaines, débutant 1-2
46 $ / 7 semaines, intermédiaire 2

BREAK DANCE, 6-15 ans
Vendredi 16h40 à 17h20, 6-9 ans – Début : 26 avril
32 $ / 7 semaines
Jeudi 17h30 à 18h25, 9-15 ans – Début : 25 avril
42 $ / 7 semaines

HIP-HOP, 6-12 ans
Vendredi 17h25 à 18h20, 6-8 ans
Vendredi 18h30 à 19h25, 8-12 ans (niveau 1)
Vendredi 19h30 à 20h25, 8-12 ans, (niveau 2)
Début : 26 avril – 42 $ / 7 semaines

Adolescents

Activités physiques

AQUA, 15 ans et +
***Aqua Combo Express : lundi 16h45 à 17h25**
Aqua Brûle-calories : lundi 17h30 à 18h25
jeudi 18h30 à 19h25
Aqua Boot Camp : lundi 18h30 à 19h25
***Aqua Forme Express : mercredi 16h45 à 17h25**
Aqua Combo : mercredi 17h30 à 18h25
Début : semaine du 15 avril – Lieu : Piscine du Cégep
*48 $ + tx / 8 semaines (40 minutes)
62 $ + tx / 8 semaines (55 minutes)
Rabais de 8 $ pour le 2e cours

NATATION ADO, 11-15 ans
Voir Natation Enfants pour consignes d'inscription
Jeudi 19h35 à 20h30, débutant 1-2
Jeudi 19h35 à 20h30, intermédiaire
Début : 18 avril – 83 $ / 8 sem. – Lieu : piscine du Cégep
Lundi 17h à 17h55, intermédiaire – Début : 15 avril
83 $ / 8 semaines – Lieu : piscine De La Salle
Préalable inter. : être initié au crawl (bras et jambes).

CARDIO-MUSCU ADO, 15 ans et +
Zumba® : lundi ou jeudi 18h à 18h55 – Lieu : Cégep
Cardio brûle-calorie : lundi 18h30 à 19h25
Abdos cuisses fesses : mardi 18h45 à 19h40
Début : semaine du 15 avril – 45 $ + tx / 7 semaines
Cardio tabata (au Cégep) : mardi 18h à 18h45
mercredi 20h à 20h45
Début : semaine du 15 avril – 34 $ + tx / 7 semaines
Rabais de 8 $ pour le 2e cours

TENNIS RÉCRÉATIF, 13 ans et +
Jeudi 19h à 20h15 – Début : 18 avril
90 $ + tx / 8 semaines **GROUPE RESTREINT**

Arts et culture

VILLAGE DU TRIDENT, 8-17 ans
Dimanche 18h à 19h45 – Début : 14 avril – 81 $ / 7 sem.

DESSIN ET PEINTURE, projet collectif, 9-12 ans
Vendredi 18h10 à 19h25, 9-12 ans
Samedi 10h30 à 11h45, 10-13 ans
Début : sem. du 22 avril – 44 $ / 4 sem. (matériel inclus)

Musique

VIOLON, 12 ans et +
Mardi 18h à 19h15 – Début : 16 avril – 89 $ + tx / 8 sem.
Préalable : avoir son violon classique.

Danse

BREAK DANCE, 9-15 ans
Jeudi 17h30 à 18h25 – Début : 25 avril – 42 $ / 7 sem.

JAZZ, 9-15 ans
Mercredi 18h45 à 19h30 – Début : 17 avril
36 $ / 6 semaines – Lieu : École Curé-Chamberland

DANSE ORIENTALE BALADI POUR FEMME, 15 ans et +
Mercredi 20h10 à 21h05, débutant – Début : 17 avril
47 $ + tx / 7 semaines + ceinture (facultative)

CHEERLEADING, 7-17 ans
Vendredi 18h à 18h45, 7-12 ans (débutant 1-2)
Vendredi 18h50 à 19h45, 8-17 ans (intermédiaire 2)
Début : 26 avril – Lieu : École des Pionniers
34 $ / 7 sem, débutant 1-2 / 46 $ / 7 sem., intermédiaire 2
Préalable inter. : recommandation du professeur.

Cuisine

« COOK AND LEARN », 7-12 ans
Samedi 11h15 à 12h15 – Début : 27 avril
44 $ / 5 semaines (nourriture incluse)

Formation

FONCTIONNEMENT CAISSE ENREGISTREUSE, 15 ½ ans et +
Lundi 19h10 à 20h55 – Début : 29 avril
70 $ + tx / 5 semaines **GROUPE RESTREINT**
Lieu : Maxi du Cap-de-la-Madeleine

COUTURE, 8-13 ans
Dimanche 13h30 à 15h, niv. 1 / 15h20 à 16h50, niv. 2
Début : 14 avril (machine à coudre fournie en classe)
53 $ / 6 semaines (matériel inclus) + projets personnels

COUTURE, 14 ans et +
Jeudi 18h à 21h, niveau 1
Mercredi 18h à 21h, niveau 2
Début : semaine du 15 avril
109 $ + tx / 6 sem. (matériel inclus) + projets personnels, niv. 1
107 $ + tx / 6 sem. (matériel inclus) + projets personnels, niv. 2

ENRICHIR SON ANGLAIS ET AIDE AUX DEVOIRS, 13-17 ans (secondaire 2 et +)
Mercredi 17h à 18h – Début : 1er mai – 33 $ / 5 semaines

▶▶▶ SUPPLÉMENT APPLICABLE AUX COÛTS APRÈS LA PÉRIODE D'INSCRIPTION ◀◀◀

Coût par enfant/bébé (inclus le parent)

Familial

Femme enceinte / Parent-bébé

Combinez avec un cours d'Aqua, de Pilates ou de Cardio-muscu et profitez d'un rabais de 8 $.

AQUA FORME PRÉNATAL
Mardi 19h30 à 20h25 – Début : 16 avril
62 $ + tx / 8 semaines – Lieu : Piscine du Cégep

ZUMBA® GOLD
Lundi, mercredi ou vendredi 9h50 à 10h45
Début : semaine du 15 avril – 45 $ + tx / 7 semaines

MAMAN-POUSSETTE / MAMAN EN FORME
Merc. 10h10 à 11h05 – Début : 17 avril – 51 $ + tx / 7 sem.

Parent-enfant

MAQUILLAGE DE FÊTE | Voir Sur le pouce

MINI-SPORT PARENT-ENFANT, 1-3 ans
Dimanche 8h50 à 9h35, 1-2 ans
Dimanche 9h45 à 10h30, 2 ½-3 ans
Début : 14 avril – 32 $ / 6 semaines
Préalable 1-2 ans : l'enfant doit marcher.

MINI-TENNIS PARENT-ENFANT, 5-7 ans
Samedi 12h55 à 13h55 – Début : 27 avril – 45 $ / 7 sem.

BADMINTON EN FAMILLE, dès 7 ans
Vendredi 19h30 à 20h30 – Début : 26 avril – 63 $ / 7 sem.

BALLET CLASSIQUE PARENT-ENFANT, 2-3 ans
Samedi 9h25 à 9h55 – Début : 27 avril – 39 $ / 7 sem.

DANSE CRÉATIVE PARENT-ENFANT, 3-6 ans
Dimanche 9h10 à 9h55 – Début : 28 avril – 28 $ / 5 sem.

ZUMBA® « EN FAMILLE », 3 ½-12 ans
Dimanche 11h15 à 12h15 – Début : 14 avril – 50 $ / 6 sem.

MINI STAR PARENT-ENFANT, 2-5 ans
Mercredi 10h25 à 11h10 – Début : 17 avril – 42 $ / 7 sem.

CUISINE PARENT-ENFANT, 3-5 ans
Samedi 10h à 11h – Début : 27 avril
48 $ / 5 semaines (nourriture incluse)

Adultes

Activités physiques

BADMINTON RÉCRÉATIF
Mardi 18h15 à 19h15 ou 19h30 à 20h30 – Début : 16 avril
48 $ + tx / 8 semaines – Lieu : École Bois-Joli

TENNIS RÉCRÉATIF, 13 ans et +
Jeudi 19h à 20h15 – Début : 18 avril
90 $ + tx / 8 semaines **GROUPE RESTREINT**

NATATION : AMÉLIOREZ VOTRE STYLE DE NAGE
Lundi 8h45 à 9h40 ou 9h45 à 10h40 – Début : 15 avril
69 $ + tx / 8 semaines
Préalable : être habitué de nager sur une distance de 100 mètres.

NATATION ESSENTIEL CROIX-ROUGE (niveau 1-2)
Mardi 19h30 à 20h25 ou jeudi 19h35 à 20h30, niveau 1
Mercredi 17h30 à 18h25, niveau 2
Jeudi 18h30 à 19h30 ou 19h35 à 20h30, niveau 2
Début : semaine du 15 avril – 86 $ + tx / 8 semaines
Préalable niveau 2 : à l'aise en eau profonde et nager sur le ventre.

MARCHE INTERVALLES
Lundi 15h à 15h55 – Début : 15 avril – Lieu : Parc Lambert
51 $ + tx / 7 semaines **Rabais de 8 $ sur le 2e cours de Cardio-Muscu, Pilates ou Aquatique**

JOGGING INTERVALLES
Mardi 19h à 20h – Début : 16 avril – Lieu : Parc Lambert
51 $ + tx / 7 semaines **Rabais de 8 $ sur le 2e cours de Cardio-Muscu, Pilates ou Aquatique**

Faites-le vous-même

DÉPANNAGE MAISON
Mardi 18h45 à 21h15 – Début : 16 avril
129 $ + tx / 9 semaines (matériel inclus)

FONCTIONNEMENT CAISSE ENREGISTREUSE, 15 ½ ans et +
Lundi 19h10 à 20h55 – Début : 29 avril
70 $ + tx / 5 semaines **GROUPE RESTREINT**
Lieu : Maxi du Cap-de-la-Madeleine

Cuisine

CUISINER AU QUOTIDIEN
Jeudi 18h30 à 21h – Début : 25 avril
106 $ + tx / 6 semaines (nourriture incluse)

Musique

GUITARE ACOUSTIQUE
Mercredi 20h15 à 21h15, niveau 1
Mercredi 19h10 à 20h10, niveau 2-3 (avec enfants niv. 3)
Début : 17 avril – 68 $ + tx / 8 semaines

VIOLON
Mardi 15h15 à 16h30 ou 18h à 19h15, niveau 1 et +
Début : 16 avril – 89 $ + tx / 8 semaines
Préalable : avoir son violon classique.

Danse

DANSE CONTEMPORAINE
ESSAI GRATUIT MERCREDI 10 AVRIL AU CENTRE À 17H (ENFANTS) ET À 17H30 (ADULTES)
Lundi 20h35 à 21h35 – Début : 15 avril – 62 $ + tx / 7 sem.

TANGO ARGENTIN
Mardi 20h30 à 21h45 – Début : 23 avril
47 $ + tx / personne pour 4 semaines

DANSE ORIENTALE BALADI, 15 ans et +
Mercredi 20h10 à 21h05, débutant – Début : 17 avril
73 $ + tx / 7 semaines + ceinture (facultative)
Mercredi 19h10 à 20h05, avancé – Début : 1er mai
52 $ + tx / 5 semaines + ceinture (facultative)
Préalable avancé : avoir fait quelques sessions de baladi.

DANSE EN LIGNE
Lundi 14h05 à 15h05, débutant-intermédiaire 1
Mercredi 18h45 à 19h45, débutant-intermédiaire 1
Mardi 12h30 à 13h30, intermédiaire 2
Lundi 12h45 à 13h55, intermédiaire 3
Début : semaine du 15 avril
7,50 $ (tx incl.) / rencontre ou 75 $ (tx incl.) / 10 rencontres
Lieux : lundi, mer. et jeudi au Centre, mardi à l'École Delshaso
Après-midi dansants :
jeudi 13h15 à 15h15 – Début : 18 avril
8 $ (tx incl.) / rencontre ou 80 $ / 10 ren. (tx et collation incl.)
Préalable après-midi dansants : avoir suivi danse en ligne.

Santé et bien-être

TAÏ CHI YANG
Merc. 13h10 à 14h10 ou 17h20 à 18h20 – Début : 17 avril
Vendredi 9h10 à 10h10 – Début : 12 avril
67 $ + tx / 8 semaines

TAÏ CHI YANG, 60 ans et +
Lundi 13h45 à 14h45 – Début : 15 avril
67 $ + tx / 8 semaines
Lieu : Résidence du Manoir (boul. Rigaud)

QIGONG
Rencontre d'information vendredi 5 avril 13h30 au Centre
Jeudi 13h à 15h30 – Début : 18 avril
116 $ + tx / 8 semaines + 10 $ documentation

QIGONG PLUS
Lundi 13h à 15h30 – Début : 15 avril
116 $ + tx / 8 semaines + 10 $ documentation

MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE
Mercredi 13h30 à 15h30 ou jeudi 19h à 21h
Début : semaine du 22 avril – 80 $ + tx / 7 semaines

LE LOISIR POUR UN CERVEAU ACTIF
Jeudi 15h à 17h – Début : 18 avril – 60 $ + tx / 6 sem.

NUMÉROLOGIE
Lundi 19h à 21h30 – Début : 29 avril
73 $ + tx / 5 semaines + 45 $ documentation

Arts et culture

TRICOT
Débutant 1 et + : lundi 18h30 à 20h45
mercredi 9h30 à 11h45
95 $ + tx / 8 semaines + matériel (approx. 20 $)
Atelier : lundi 13h15 à 15h30 – Début : 8 avril
Atelier : mercredi ou jeudi 13h15 à 15h30
jeudi 18h30 à 20h45
59 $ + tx / 5 semaines + matériel (approx. 20 $)
Début : semaine du 15 avril
Préalable atelier : avoir fait 3 sessions de tricot.

CROCHET, atelier
Mercredi 18h30 à 20h30 – Début : 17 avril
66 $ + tx / 6 semaines + matériel (approx. 40 $)
Préalable : expérience en crochet et avoir son projet.

COUTURE
Jeudi 9h à 12h ou 18h à 21h, niveau 1 – Début : 18 avril
109 $ + tx / 6 semaines (matériel inclus) + projets personnels (machine à coudre fournie en classe)
Mardi 9h à 12h ou mercredi 18h à 21h, niveau 2
Début : semaine du 15 avril
107 $ + tx / 6 semaines (matériel inclus) + projets personnels (machine à coudre fournie en classe)
Préalable niveau 2 : approbation du professeur.

ATELIER DE MONOTYPE
Jeudi 13h30 à 16h – Début : 2 mai
57 $ + tx / 5 semaines + matériel (approx. 50 $)

ATELIER DE STIMULATION À L'ÉCRITURE
Mercredi 13h30 à 15h30 – Début : 17 avril
46 $ + tx / 5 semaines

AQUARELLE
Vendredi 14h30 à 16h30, niveau 1-2 – Début : 12 avril
69 $ + tx / 8 semaines + matériel (approx. 100 $)

DESSIN
Vendredi 13h à 15h30, Dessin 1 – Début : 12 avril
87 $ + tx / 8 semaines + matériel (approx. 80 $), multiniveau
Lundi 19h à 21h30, Dessin 2 / 13h30 à 16h, Dessin 3
Début : 15 avril
67 $ + tx / 6 semaines + matériel (approx. 80 $), multiniveau

PEINTURE ACRYLIQUE
Mardi 19h à 21h30, débutant
93 $ + tx / 8 semaines + matériel (approx. 80 $)
Mercredi 13h à 16h, atelier
105 $ + tx / 8 semaines + matériel (approx. 80 $)
Mercredi 19h à 21h30, atelier
87 $ + tx / 8 semaines + matériel (approx. 80 $)
Début : semaine du 15 avril

PEINTURE À L'HUILE
Mardi 13h30 à 16h, atelier
Jeudi 19h à 21h30, multiniveau Bienvenue aux débutants !
Début : semaine du 15 avril
90 $ + tx / 8 semaines + matériel (approx. 100 $, si déb.)

PASTEL, atelier
Jeudi 13h30 à 16h – Début : 18 avril
82 $ + tx / 8 semaines + matériel (approx. 60 $)
Préalable : expérience en pastel.

LES AMIS DU SCRABBLE
Jeudi 13h15 à 16h – Début : 18 avril au 13 juin
7 $ (tx incluses) / rencontre **Apportez votre jeu !**

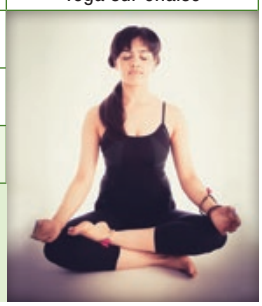
ATELIER D'IMPRO, D'EXPRESSION ET THÉÂTRE 1 et 2
Lundi 18h55 à 20h25 – Début : 15 avril – 68 $ + tx / 7 sem.

Yoga

DÉBUT : entre le 23 et le 29 avril

CENTRE LOISIR MULTI-PLUS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	VENDREDI
	10h20 Viniyoga intermédiaire	**8h50** Méditation débutant	
13h40 Viniyoga pour tous		**14h20** Yoga 50 ans et +	**13h** Yoga sur chaise
17h Viniyoga pour tous		**17h** Viniyoga intermédiaire	
18h20 Viniyoga intermédiaire	**18h15** Yoga force **(Collège Laflèche)**	**18h20** Viniyoga débutant	
19h45 Viniyoga débutant	**19h35** Yoga relaxation **(Collège Laflèche)**		



75 minutes : 65 $ + tx / 7 semaines (1 fois / semaine)
116 $ + tx / 7 semaines (2 fois / semaine)
Rabais de 14 $ pour le 2e cours
Yoga force et relaxation : prévoir un surplus de 2 $ pour la documentation

Descriptions complètes des cours au multi-plus.ca |

Langues

CONVERSATION ANGLAISE
CLASSEMENT (tous les niveaux) : 1er, 9 ou 10 avril (10 min.)
PRENEZ RENDEZ-VOUS AU 819 379-3562 poste 0
Débutant 2 : jeudi 20h à 22h
86 $ / 8 semaines (doc. incluse) + livre (prix variable)
Débutant 3 : mardi 20h à 22h15
Inter. 1 : jeudi 9h45 à 12h
Inter. 2 : mardi 13h15 à 15h30 ou 17h45 à 20h
Inter. 3 : jeudi 17h45 à 20h
vendredi 13h15 à 15h30 – Début : 12 avril
Inter. 3+ : lundi 20h à 22h15
Avancé 1 + : mercredi 18h30 à 20h45
jeudi 13h15 à 15h30
96 $ / 8 semaines (doc. incluse) + livre (prix variable)
Début : semaine du 15 avril

ENGLISH LEARNING CIRCLE, intermédiaire 3 et +
Mercredi 13h15 à 15h30 – Début : 17 avril – 89 $ / 8 sem.
Préalable : intermédiaire 3 ou test de classement.

PARLEZ COURAMMENT L'ANGLAIS
Niveau 1 : mercredi 9h45 à 12h
Niveau 2 : lundi 9h45 à 12h
Niveau 3 : lundi 17h45 à 20h
vendredi 9h30 à 11h45 – Début : 12 avril
Début : semaine du 15 avril
89 $ / 8 semaines + 7 $ documentation
Préalable : cours avancé 3 ou test de classement.

CLUB D'ANGLAIS
Lundi 13h30 à 15h30 – Début : 29 avril
7,50 $ / rencontre
Préalable : test de classement.

CONVERSATION ESPAGNOLE
CLASSEMENT (Débutant 2 et +) : 8 avril (10 min.)
PRENEZ RENDEZ-VOUS AU 819 379-3562 poste 0
Débutant 1 : lundi 13h15 à 15h30 ou mardi 20h à 22h15
Débutant 2 : mercredi 13h15 à 15h30 ou 20h à 22h15
ou jeudi 17h45 à 20h
Débutant 3 : lundi 20h à 22h15
vendredi 9h15 à 11h30 – Début : 12 avril
Inter. 1 : jeudi 13h15 à 15h30
Inter. 2 : lundi 9h15 à 11h30 ou 17h45 à 20h
Inter. 3 : mardi 17h45 à 20h ou mercredi 9h15 à 11h30
Avancé 2 : mardi 13h15 à 15h30
Avancé 3 : mardi 9h15 à 11h30
Début : semaine du 15 avril
95 $ / 8 semaines (documentation incluse) + 29 $ livre

PARLEZ COURAMMENT L'ESPAGNOL
Niveau 2 : mercredi 13h15 à 15h30 ou
jeudi 9h15 à 11h30 ou 17h45 à 20h
Niveau 3 : mercredi 17h45 à 20h
Début : semaine du 15 avril
91 $ / 8 semaines (documentation incluse)
Préalable : cours avancé 3 ou test de classement.

CONVERSATION ITALIENNE
Débutant 1 : lundi 19h35 à 21h05
Débutant 2 : lundi 8h40 à 10h10 ou jeudi 18h à 19h30
Début : semaine du 15 avril
59 $ / 7 semaines (documentation incluse), débutant 1
60 $ / 7 semaines (documentation incluse), débutant 2

PRÉPARATION AU TECFÉE (révision grammaticale)
Pour l'examen du 24 mai :
samedi et dimanche 8h30 à 12h30 – Début : 27 avril
92 $ / 6 rencontres (documentation incluse)

Informatique

IPHONE
Mardi 9h30 à 11h45 – Début : 30 avril
97 $ + tx / 6 semaines

IPAD
Mardi 12h45 à 15h15 – Début : 30 avril
108 $ + tx / 6 semaines

TABLETTE SAMSUNG
Jeudi 9h15 à 11h45 – Début : 25 avril
108 $ + tx / 6 semaines

INITIATION ORDINATEUR WINDOWS 10
Jeudi 12h30 à 15h – Début : 25 avril
108 $ + tx / 6 semaines

Photographie / Informatique

PRISE DE VUE, 16 ans et +
Dim. 10h30 à 16h, 28 avril et 12 mai – 87 $ + tx / 2 sem.
Préalable : avoir un appareil photo réflex ou numérique.

IPAD MISE À JOUR RÉCENTE
Mercredi 9h à 12h, 22 mai
29 $ + tx / cours (documentation incluse)

Voir section ADULTES pour les autres cours disponibles

50 ans et +

ATELIER DE SENSIBILISATION DEBOUT !
Mardi 13h30 à 15h30 – Début : 16 avril
GRATUIT / 3 semaines
Inscriptions : Diane Chamberland au 819 376-9999

PROGRAMME DE REHAUSSEMENT DE LA QUALITÉ DE VIE DE L'AIDANT ET SON PROCHE ATTEINT DE TROUBLES DE MÉMOIRE
Vendredi 13h30 à 16h – Début : 12 avril
1 $ (tx incluses) / rencontre

PROGRAMME PIED, 60 ans et +
Mardi et jeudi dès 9h – Début : semaine du 8 avril
GRATUIT / 10 semaines

STIMULATION COGNITIVE, ACTIVITÉ PHYSIQUE ET JEUX ADAPTÉS, 65 ans et +
Mercredi 9h30 à 11h30 – Début : 3 avril
5 $ (tx incluses) / rencontre – Payable sur place

CLUB DE MARCHE
Mardi 9h30 à 10h30, 16 avril au 11 juin
2 $ (tx incluses) / rencontre

ENTRAÎNEMENT DOUCEUR, 60 ans et +
Merc. 9h à 9h55 – Début : 17 avril – 51 $ + tx / 7 sem.
Rabais avec Cardio-Muscu, Pilates ou Aquatique

TAÏ-CHI YANG, 60 ans et +
Lundi 13h45 à 14h45 – Début : 15 avril – 67 $ + tx / 8 sem.
Lieu : Résidence du Manoir (boul. Rigaud)

YOGA VINIYOGA, 50 ans et +
Mercredi 14h20 à 15h35 – Début : 24 avril
65 $ + tx / 7 semaines + 2 $ documentation
Rabais de 14 $ sur le 2e cours en combinant avec Yoga

YOGA SUR CHAISE
Ven. 13h à 14h15 – Début : 26 avril – 65 $ + tx / 7 sem.
Rabais de 14 $ sur le 2e cours en combinant avec Yoga

1 à 3 séances

* POUR PROFITER DU RABAIS, INSCRIVEZ-VOUS AU PLUS TARD UNE SEMAINE AVANT LA TENUE DU COURS

Cours sur le pouce

Danse

HIP-HOP WORKSHOP, dès 16 ans
Vendredi 18h30 à 20h25, 12 avril
Jeudi 19h20 à 21h15, 23 mai
23 $ + tx / cours

Arts et culture

COURTEPOINTE EXPRESS
Vendredi 9h à 12h, 3 mai – 29 $ + tx / cours
Préalable : savoir utiliser une machine à coudre.

Santé et bien-être

INTERPRÉTATION DES RÊVES
Samedi 10h à 16h, 13 avril
60 $ + tx / cours, débutant (documentation incluse)
40 $ + tx / cours, ancien (apportez vos documents)

GESTION DU STRESS
Dimanche 10h à 12h, 14 avril – 22 $ + tx / cours

CULTIVER SES PENSÉES ET RÉCOLTER LE BONHEUR !
Samedi ou lundi 9h à 12h, 27 ou 29 avril
22 $ + tx / cours (documentation incluse)

GYMNASTIQUE DU CERVEAU, volet 1
Dim. 10h à 16h, 26 mai – 61 $ + tx / cours (doc. incluse)

PREMIERS SECOURS, PETITE ENFANCE
Dimanche 8h à 17h, 5 mai – 70 $ / jour (exempt de taxes)

SECOURISME
Cardio secours (RCR-DEA chez l'adulte et l'enfant / RCR chez le nourrisson) :
Samedi 8h à 12h, 13 avril ou 25 mai
60 $ / 4 heures (exempt de taxes)
Premiers soins d'urgence :
Samedi 8h à 16h, 13 avril ou 25 mai
75 $ / jour (exempt de taxes)
Premiers soins :
Samedi et dimanche 8h à 16h, 13-14 avril ou 25-26 mai
125 $ / 2 jours (exempt de taxes)

Cuisine (nourriture incluse dans les coûts)

ALLERGIES : les salles NE SONT PAS des zones exemptes d'arachides ou autres allergènes.

ATELIER CULINAIRE, 12-15 ans
Samedi 12h30 à 16h30, 11 mai – 47 $ / cours

CONFECTION DE CHOCOLAT PARENT-ENFANT, 4-9 ans
Samedi 10h à 12h, 13 avril – 49 $ / duo

DÉCORATION DE GÂTEAU, dès 12 ans
Vendredi 18h à 21h30, niveau 1 – 26 avril
Vendredi 18h à 21h30, niveau 2 – 24 mai
54 $ + tx / cours **Préalable niv. 2 : avoir suivi niveau 1.**

CONFECTION DE CUPCAKES, dès 12 ans
Vendredi 18h à 20h30, 3 mai – 47 $ + tx / cours

CONFECTION DE CHOCOLAT, dès 12 ans
Vendredi 18h à 20h30, 10 mai – 52 $ + tx / cours

CUISINONS ENSEMBLE… LE PAIN
Dimanche 9h à 16h, 14 avril – 46 $ + tx / cours

CUISINONS ENSEMBLE : VÉGÉTARIEN
Mardi 18h à 21h, 16 avril – 66 $ + tx / 3 semaines

ABC DES CONSERVES
Dimanche 9h15 à 15h, 28 avril – 71 $ + tx / cours

CUISINONS ENSEMBLE… ENTRÉES ET BOUCHÉES 2
Dimanche 12h30 à 16h30, 5 mai – 42 $ + tx / cours

CUISINONS ENSEMBLE… L'ITALIE
Dimanche 9h à 16h, 19 mai – 58 $ + tx / cours

CUISINONS ENSEMBLE… L'ASIE
Dimanche 9h à 16h, 26 mai – 58 $ + tx / cours

DÉGUSTATION DE VINS D'ÉTÉ
Mardi 19h à 22h – Début : 7 mai
104 $ + tx / 3 semaines (vins et documentation inclus)

Formation / Faites-le vous-même

GARDIEN(NE)S AVERTI(E)S, 11-15 ans
Samedi 9h15 à 12h – 27 avril, 4 et 11 mai
55 $ / 3 rencontres (documentation incluse)

PRÊTS À RESTER SEULS ! 9-13 ans
Samedi 9h à 12h, 25 mai et 1er juin
42 $ / 2 semaines (documentation incluse)

COMMENT COIFFER MA FILLE
Dimanche 10h00 à 11h30, 28 avril – 20 $ + tx / cours
Préalable : fille avec cheveux mi-longs ou longs, enfants de 4 à 12 ans.

MAQUILLAGE DE FÊTE
Dimanche 13h à 15h, 28 avril
27 $ + tx / cours (matériel inclus) **Préalable : enfant de 5 à 10 ans qui aime se faire maquiller.**

MAQUILLAGE TENDANCE
Lundi 9h à 12h, 50 ans et +, 15 avril
Dimanche 9h à 12h, adulte, 5 mai
40 $ + tx / cours (matériel inclus)
Dimanche 13h à 15h30, 12-15 ans, 5 mai
35 $ / cours (matériel inclus)

COIFFURE (cheveux mi-longs et longs)
Dimanche 9h à 13h30, adulte, 26 mai
33 $ + tx / cours (matériel inclus)
Dimanche 14h à 16h30, 8-15 ans, 26 mai
32 $ / cours (matériel inclus)

SERVICE DE RESTAURATION ET À LA CLIENTÈLE, 15 ½ ans et +
Dimanche 9h30 à 15h30, 28 avril et 5 mai
Service d'un souper : mardi dès 17h, 7 mai
70 $ + tx / 3 semaines + frais de souper d'évaluation

RÉNOVEZ VOTRE CUISINE
Mardi 18h45 à 21h15, 2 et 9 avril – 51 $ + tx / 2 sem.

DIY : TRANSFORMATION MEUBLE ET OBJET
Mardi 18h45 à 21h15, 23 et 30 avril – 48 $ + tx / 2 sem.

AMÉNAGEZ VOTRE TERRASSE, COUR OU CUISINE EXTÉRIEURE
Mardi 18h45 à 21h15, 7 et 14 mai – 48 $ + tx / 2 sem.

COMPOSTAGE DOMESTIQUE
Mercredi 18h30 à 20h30, 1er mai – 32 $ + tx / cours

CONFECTIONNEZ VOS PRODUITS MÉNAGERS
Mercredi 18h45 à 20h15, 8 mai – 32 $ + tx / cours

ZÉRO DÉCHET DANS LA CUISINE
Mercredi 18h30 à 20h30, 15 mai – 32 $ + tx / cours

CONFECTIONNEZ VOS PRODUITS CORPPORELS
Mercredi 18h45 à 20h45, 22 mai – 32 $ + tx / cours

Conférences

UN MENU VIVIFIANT POUR PERSONNE ARTHRITIQUE
Mercredi 18h45 à 20h30, 10 avril – GRATUIT

HISTOIRE NOUVELLE FRANCE ET TROIS-RIVIÈRES
Lundi 13h à 14h, 15 avril – GRATUIT

Pilates

DÉBUT : entre le 15 et le 25 avril

CENTRE LOISIR MULTI-PLUS

LUNDI	MARDI	JEUDI
8h40 Intermédiaire		**8h45** Classique
9h55 Classique	**9h50** Classique	**10h** Classique
11h10 Débutant	**11h** Inter.-Avancé	**11h15** Débutant
12h25 Diff. articulaires	**12h45** Diff. articulaires	
	13h55 Débutant	
17h05 Débutant*	**16h55** Classique	**16h55** Intermédiaire
18h Classique*	**18h05** Intermédiaire	**18h10** Débutant
	19h20 Débutant	

» » » VOIR PRÉALABLE DE CHAQUE NIVEAU AU MUTLI-PLUS.CA « « «

BOUGEZ 2 FOIS PLUS ET ÉCONOMISEZ !

***45 minutes :** 35 $ + tx / 7 semaines
60 minutes : 47 $ + tx / 7 semaines (1 fois / semaine)
86 $ + tx / 7 semaines (2 fois / semaine)
60 minutes + *45 minutes : 74 $ + tx / 7 semaines
Rabais de 8 $ pour le 2e cours

Cardio-muscu

DÉBUT : entre le 15 et le 25 avril

CENTRE LOISIR MULTI-PLUS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
8h40 Cardio brûle-calories		**8h40** Cardio brûle-calories		**8h45** ZUMBA®
	9h Abdos, cuisses, fesses	**9h** ▶ Entraînement douceur 60 ans et +**		**9h** Force et étirement
9h50 ZUMBA® GOLD	**10h** Force et étirement	**9h50** ZUMBA® GOLD	**10h** Abdos, cuisses, fesses	**9h50** ZUMBA® GOLD
		10h10 Maman-poussette / Maman en forme**		**10h10** Tonus
11h Mise en forme 50 ans et +**	**11h10** Percussions		**11h10** Percussions	**11h15** Mise en forme 50 ans et +**
	13h Plein air vitalité** **(Parc Lambert)**	**14h20** Mise en forme 50 ans et +**	**13h** Plein air vitalité** **(Parc Lambert)**	
15h Marche intervalles** **(Parc Lambert)**	**15h30** Mise en forme 50 ans et +**	**15h30** ▶ Entraînement préparatoire au golf**	**15h30** Mise en forme 50 ans et +**	
17h30 Tonus	**17h30** Bellyfit® ou ▶ STRONG by Zumba®		**17h45** Pop Pilates et Bellyfit Flow™ (4 semaines chacun, en alternance 1 semaine sur 2)	
18h Zumba® **(Cégep)**	**18h** Cardio tabata* **(Cégep)**		**18h** Zumba® **(Cégep)**	
18h30 Cardio brûle-calories	**18h45** Abdos Cuisses Fesses			
19h Cardio militaire **(Cégep)**	**19h** Jogging intervalles** **(Parc Lambert)**	**19h** Cardio militaire **(Cégep)**		
	19h45 Cardio brûle-calories	**20h** Cardio tabata* **(Cégep)**	**19h30** Cardio brûle-calories **(Cégep)**	

BOUGEZ 2 FOIS PLUS ET ÉCONOMISEZ !

***Cardio tabata (45 min.) :** 34 $ + tx / 7 sem. (1 fois / sem.)
60 $ + tx / 7 sem. (2 fois / sem.)
****Cours spécialisés :** 51 $ + tx / 7 sem. (1 fois / sem.)
94 $ + tx / 7 sem. (2 fois / sem.)
55 minutes : 45 $ + tx / 7 semaines (1 fois / semaine)
82 $ + tx / 7 semaines (2 fois / semaine)
Bellyfit Flow™ et Pop Pilates : 26 $ + tx / 4 semaines
Rabais de 8 $ pour le 2e cours

COMBINEZ AQUATIQUE, PILATES OU CARDIO-MUSCU ET PROFITEZ DE RABAIS POUR LE 2E COURS

Aquatique

DÉBUT : entre le 15 avril et le 1er mai

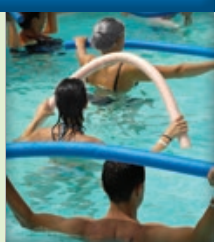
PISCINE DE LA SALLE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	VENDREDI
9h Aqua Forme		**9h** Aqua Combo	**9h** Aqua Brûle-calories
10h Aqua Combo		**10h** Aqua Forme	**10h** Aqua varié*
11h Aqua diff. articulaire*		**11h** Aqua Douceur	
	14h35 Aqua Forme		
17h Aqua Forme	**15h35** Aqua Forme et Aqua Pilates*		

Pour résultats optimaux, il est recommandé de suivre 2 COURS par semaine.

***40 minutes :** 48 $ + tx / 8 semaines (1 fois / semaine)
88 $ + tx / 8 semaines (2 fois / semaine)
55 minutes : 62 $ + tx / 8 semaines (1 fois / semaine)
116 $ + tx / 8 semaines (2 fois / semaine)
55 minutes + *40 minutes : 102 $ + tx / 8 semaines
Rabais de 8 $ pour le 2e cours

Natation essentiel Croix-Rouge (niveau 1-2)
Voir ACTIVITÉS PHYSIQUES



PISCINE DU CÉGEP

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
	8h45 Aqua Forme		**8h45** Aqua Forme
	9h45 Aqua Douceur		**9h45** Aqua Forme
16h45 Aqua Combo*		**16h45** Aqua Forme*	**10h45** Aqua Combo*
17h30 Aqua Brûle-calories		**17h30** Aqua Combo	
18h30 Aqua Boot Camp	**18h30** Aqua Forme		**18h30** Aqua Brûle-calories
	19h30 Aqua Prénatal		

SESSION D'ÉTÉ 2019
Du 11 juin au 19 juillet
Programmation complète au : multi-plus.ca/programmation/été
Inscription dès maintenant !

Descriptions complètes des cours au multi-plus.ca |

COURS ET ESSAIS GRATUITS AU CENTRE

ESSAIS DE 30 MINUTES • AUCUNE RÉSERVATION REQUISE

MARDI 9 AVRIL

13h Plein air vitalité
13h45 Yoga sur chaise
15h15 Marche intervalles
16h15 Entraînement préparatoire au golf
18h15 Yoga force
18h30 Jogging intervalles
19h30 Yoga relaxation

MERCREDI 10 AVRIL

17h Danse contemporaine (enfants)
17h30 Danse contemporaine (adultes)
17h45 STRONG by Zumba®

MARDI 16 AVRIL

20h30 Tango argentin

MARCHÉ AUX PUCES

<<VENDEZ AU SUIVANT>>

Samedi 13 avril de 9h à 14h au Centre

Détails sur Facebook et au multi-plus.ca

SESSION D'ÉTÉ 2019

Du 11 juin au 19 juillet

Programmation complète au:
multi-plus.ca/programmation/été

Inscription dès maintenant !

ATELIER ÉDUCATIF, 2-5 ans

LA JOUETHÈQUE

EXCELLENTE PRÉPARATION À LA MATERNELLE!

- Activités éducatives amusantes et variées: éveil à la musique, arts plastiques, sciences, prémathématiques, préécriture, activités langagières et activités physiques.

COMPLET POUR LE PRINTEMPS
RÉSERVEZ MAINTENANT POUR L'AUTOMNE:
par téléphone au 819 379-3562 poste 228
par courriel au jpratte@mutli-plus.ca

Coordonnatrice-éducatrice: Josiane Pratte (DEC en Éducation à l'enfance)
Éducatrices: Jacinthe L. Leclerc (DEC en Éducation à l'enfance) et Monia Paquette

CAMP DE JOUR 5-13 ANS

INSCRIPTION VENDREDI 10 MAI DÈS 17H

Du 25 juin au 9 août
(prolongation possible semaines du 12, 19 et 26 août)

Milieu sécuritaire, groupes encadrés (par groupe d'âge)
Thématique originale et pleine de rebondissements

FACILITEZ VOTRE INSCRIPTION EN VOUS INSCRIVANT EN LIGNE !

MODALITÉS D'INSCRIPTIONS

3 FAÇONS DE VOUS INSCRIRE!

1- EN LIGNE: inscription en ligne au **www.multi-plus.ca** (site sécurisé «Verisign») sélectionnez **INSCRIVEZ-VOUS**.
Carte de crédit obligatoire.

2- À LA RÉCEPTION: selon les heures d'ouverture, toutes les modalités de paiement sont disponibles.

3- PAR TÉLÉPHONE: bénéficiez de ce service au coût de 5$ en payant votre inscription par Visa ou MasterCard. Ces frais s'appliquent seulement si nous procédons à l'inscription. Le service est gratuit pour les activités suivantes: Danse en ligne, Scrabble, Club de marche, Club d'anglais et les conférences.

Informations téléphoniques et soutien technique toujours gratuits.

MODALITÉS DE PAIEMENT: payable en totalité lors de l'inscription (comptant, chèque, Interac, Visa ou MasterCard).

INSCRIPTION TARDIVE: des frais additionnels peuvent s'ajouter lorsque vous vous inscrivez après la date limite d'inscription (1$/enfant et 3$/adulte). Afin de profiter du rabais de 5$ sur les cours sur le pouce, inscrivez-vous au maximum 1 semaine avant la tenue du cours.

Pour connaître les politiques de remboursement consultez le www.multi-plus.ca/services/politiques-d-inscription-et-de-remboursement
BONNE SESSION D'ACTIVITÉS!

FORFAITS FÊTE D'ENFANTS

Animation et plusieurs choix de thématiques!
(les dimanches seulement)

INFO ET RÉSERVATION:
communications@multi-plus.ca
819 379-3562 poste 223

Centre loisir Multi-Plus

Merci à nos partenaires: trois-rivières · Fédération québécoise des centres communautaires de loisir · Québec · Canada

SPÉCIMEN FSC® C001733

Graphisme: gginfographiste.com