

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	NOTES
9h à 11h <b>Espagnol intermédiaire</b> (prof : Ivonne Munoz)	10h à 10h55 <b>Tai chi débutant</b> (prof : Jérémie Poitrat, Club de tai chi)	9h à 10h <b>Flexibilité</b> (prof : Jinny Jacinto)	11h à 12h <b>Préparation physique pour cirque au sol et aérien</b> (prof : Éliane Bonin)		9h à 9h35 <b>Danse théâtrale 3-4 ans</b> (prof : Faustine Gual)	<b>Activités virtuelles</b>  Session de 5 à 10 semaines  <b>Début des activités :</b> <b>Sem. du 25 janvier</b> <b>Sem. du 1er février</b>  Consultez la programmation complète pour connaître les tarifs et les modalités sur le site Internet <b>www.ccse.ca</b> Inscriptions en continu selon les places disponibles  <b>438 384-3332</b>  Grands partenaires Mercier Hochelaga-Maisonneuve <b>Montréal</b>  <b>Québec</b>  Fondation apparentée <b>POULIN</b>
	11h à 11h55 <b>Tai chi intermédiaire-avancé</b> (prof : Jérémie Poitrat, Club de tai chi)		12h à 12h30 <b>Midi express - Mise en forme</b> (prof : Stéphanie Paquet)		9h45 à 10h20 <b>Danse créative 5-7 ans</b> (prof : Faustine Gual)	
			13h à 14h Inscription par téléphone <b>Café jasette - Gratuit</b> (coordonnatrice CCSE)			
16h à 20h <b>Discussions en gang Messenger</b> (animateur du Carrefour Jeunesse)	16h à 20h <b>Discussions en gang Messenger</b> (animateur du Carrefour Jeunesse)	16h à 20h <b>Discussions en gang Messenger</b> (animateur du Carrefour Jeunesse)	16h à 20h <b>Discussions en gang Messenger</b> (animateur du Carrefour Jeunesse)	16h à 20h <b>Discussions en gang Messenger</b> (animateur du Carrefour Jeunesse)		
17h à 18h <b>Conditionnement physique</b> (prof : Anouk Vallée-Charest)	19h à 21h <b>Espagnol débutant</b> (prof : Ivonne Munoz)	18h à 19h <b>Essentrics</b> (prof : Marine Chevanne)	19h à 20h30 <b>Animations variées - Ado</b> (animatrice : Flavie du Carrefour Jeunesse)	20h à 21h <b>Danse party time</b> (prof : Stéphanie Paquet)		
17h30 à 18h30 <b>Tarot - initiation</b> (prof : Leela Shamash)	19h à 20h30 <b>Club Bouger &amp; Santé (2x/sem.)</b> (prof : Marcos Néry)	19h30 à 20h30 <b>Méditer tout court</b> (prof : Marie-Claude Gagnon)	19h à 21h30 <b>Espagnol avancé</b> (prof : Ivonne Munoz)			
18h15 à 19h45 <b>Cardio, flexibilité et force</b> (prof : Laury-Ann Miller)	19h30 à 20h30 <b>Ateliers DIY - Produits faits à la main</b> (prof : Sylvie Béliand)	19h30 à 20h30 <b>Jardinage en ville</b> (prof : Pierre Vaillant)	19h à 20h <b>Club Bouger &amp; Santé (2x/sem.)</b> (prof : Marcos Néry et/ou invités)			
	19h30 à 20h30 <b>Yoga</b> (prof : Catherine D'Amour)		19h30 à 20h30 <b>Zumba</b> (prof : Nelson Saenz)			
			19h30 à 20h30 <b>Pilates</b> (prof : Leslie Angeles)			

