

# LES LOISIRS

au rythme des saisons



Ville  
de Matane

automne 2015

## Mot du directeur du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire

Bonjour,

L'été avance à grand pas et l'automne s'annonce déjà avec ses couleurs et son air vivifiant. Encore une fois, le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire en collaboration avec les organismes du milieu a le plaisir de vous présenter la programmation d'automne. Une programmation variée qui s'adresse à un public de tout âge. Les amateurs de sports, de loisirs et de culture y trouveront certainement une foule d'idées pour occuper leur temps libre. Le Salon du loisir qui aura lieu le samedi 29 août prochain au Colisée Béton Provincial est d'ailleurs l'endroit par excellence pour y trouver de l'information.

Notre équipe investit beaucoup d'efforts pour assurer le meilleur service à ses clients et à ce titre, nous sommes heureux de vous annoncer la mise en place du paiement en ligne pour tous nos utilisateurs. Un service de plus en plus utilisé par la population, nous espérons qu'il saura répondre à vos attentes.

Nous vous invitons à participer en grand nombre aux activités et événements qui vous sont proposés et au plaisir de vous y rencontrer!

Martin Gilbert

## Équipe de direction du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire

Directeur : Martin Gilbert

Secrétaire principale : Cathy Gagnon

Responsable de la bibliothèque : Christiane Melançon

Responsable de la culture et de la vie communautaire : Sylvie Caron

Responsable des sports et des loisirs : Christine Gardner

Responsable des équipements récréatifs : Steve Ouellet

Agente culturelle : Laurie Gagné

Agente de développement communautaire et sportif : Joanie Chouinard

### Pour nous joindre :

Adresse : 230, avenue Saint-Jérôme, Matane (Québec) G4W 3A2

Téléphone : 418 562-2333 • Télécopieur : 418 562-4869

Site Internet : [www.ville.matane.qc.ca](http://www.ville.matane.qc.ca) • Courriel : [loisirs@ville.matane.qc.ca](mailto:loisirs@ville.matane.qc.ca)

Heures d'ouverture :

Du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h 30 à 16 h 30

### Bottin des organismes :

Pour information concernant le bottin des organismes, consultez le site Internet de la Ville de Matane au <http://www.ville.matane.qc.ca>

Conception et réalisation : Lézard Graphiques

Crédits photographiques : Ville de Matane, Club Acromat, Rémy Dussud, Nathalie Desrosiers, Ecole de Ballet-jazz et Romain Pelletier



## Mot du maire de Matane

Chères citoyennes, chers citoyens,

En mon nom personnel et au nom des conseillères et conseillers municipaux, je vous invite à consulter attentivement la programmation de cet automne, préparée avec passion par toute l'équipe du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire.

L'automne est une saison magnifique pour la pratique d'une panoplie d'activités de plein air et pour la reprise de plusieurs cours et activités intérieures. Merci à tous ceux et celles qui participent activement. Je désire aussi témoigner toute ma reconnaissance aux bénévoles et à leur implication constante. Merci de partager vos idées avec nous : cela nous permet de vous proposer des activités originales et de sortir des sentiers battus.

Nous avons le privilège, Matanaises et Matanais, d'avoir accès à des infrastructures de grande qualité. Nous avons aussi accès à la grande nature et nous pouvons nous adonner à toute une panoplie d'activités de plein air. Profitons-en pour vivre de belles expériences en famille ou entre amis et de savourer la qualité de vie que nous offre notre milieu. En plus de cette programmation, n'oubliez pas de consulter le site [www.quoi faireamatane.com](http://www.quoi faireamatane.com), un calendrier conçu spécialement pour vous permettre de ne rien manquer !

Chaleureusement,  
Jérôme Landry, maire de Matane

### Adresses importantes :

#### Bibliothèque municipale

520, avenue Saint-Jérôme • 418 562-9233

#### Centre de ski Mont-Castor

238, route du Centre-de-ski • 418 562-1513

#### Colisée Béton Provincial

321, rue du Bon-Pasteur • 418 562-1983

#### Parc multirécréatif Bois BSL (skate parc)

180, avenue Saint-Jérôme • 418 562-8232

#### Piscine municipale

610, avenue Saint-Rédempteur  
418 562-3726 ou 418 562-2333, poste 2071

### Dates à retenir :

Fermeture de la piscine municipale du 17 août au 13 septembre inclusivement pour l'entretien annuel.

Prenez note que la bibliothèque et les gymnases seront fermés les jours suivants :

Fête du Travail : 7 septembre

Action de grâce : 12 octobre

Le Colisée Béton Provincial sera fermé le 7 septembre.

Le congé de Noël correspond, pour chacun des édifices, aux dates ci-après mentionnées :

Bibliothèque municipale : 24, 25, 26, 27, 28 et 31 décembre et 1er, 2, 3 et 4 janvier

Piscine municipale : 24, 25, 31 décembre et 1er janvier

Gymnases : 18 décembre au 4 janvier

Colisée Béton Provincial : 24, 25, 26, 31 décembre et 1er et 2 janvier



## Des loisirs branchés à Matane

Le Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire vous invite à créer votre dossier familial ou personnel à l'aide de son logiciel qui permettra les inscriptions en ligne. Cette étape ne prendra que quelques minutes de votre temps et est obligatoire pour la prochaine période d'inscription.

La politique de remboursement du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire est disponible sur le site Internet de la Ville de Matane.

## COURS OFFERTS EN PISCINE

### Cours de natation • automne 2015

Les participants inscrits à la session précédente bénéficient d'une priorité d'inscription. N'hésitez pas à vous inscrire sur la liste d'attente, des groupes seront ajoutés en fonction des demandes et des disponibilités du personnel.

### Cours préscolaires/juniors et session 1 pour les adultes 27 août au 7 septembre

Inscription pour les participants inscrits à la session d'été

En ligne : dès le jeudi 27 août à 17 h

En personne : jeudi 27 août de 17 h à 18 h et les jours suivants durant les heures d'ouverture du Service des loisirs

### Inscription pour tous

En ligne : dès le samedi 29 août à 10 h

En personne : samedi 29 août de 10 h à 15 h au Salon du loisir et les jours suivants durant les heures d'ouverture du Service des loisirs

### Cours session 2 pour les adultes – 19 au 26 octobre

Inscription pour les participants inscrits à la session précédente

En ligne ou en personne : dès le lundi 19 octobre à 8 h 30

### Inscription pour tous

En ligne ou en personne : dès le mercredi 21 octobre à 8 h 30

### Coût des cours de natation préscolaires/juniors (10 semaines)

1<sup>er</sup> enfant : 62,50 \$

2<sup>e</sup> enfant : 50 \$

3<sup>e</sup> enfant : 46,75 \$

### Coût des cours de natation pour adultes (7 semaines)

1 cours par semaine : Adulte : 56 \$, aîné : 43,75 \$

2 cours par semaine : Adulte : 98 \$, aîné : 87,50 \$



## Coût des cours de natation privés et semi-privés/heure/personne

### Privé

Enfant : 25 \$

Étudiant : 30 \$

Adulte : 35 \$

### Semi-privé

Enfant : 17,50 \$

Étudiant : 22,50 \$

Adulte : 27,50 \$

## COURS DE NATATION PRÉSCOLAIRES ET JUNIORS • 10 SEMAINES

Du samedi 19 septembre au samedi 28 novembre (pas de cours le 10 octobre)

Niveau	Samedi
Étoile de mer	8 h 40 à 9 h 10
Canard	9 h 20 à 9 h 50
Tortue de mer	10 h à 10 h 30
Loutre de mer	8 h à 8 h 30
Salamandre	11 h à 11 h 30
Poisson-Lune	15 h 15 à 15 h 45
Crocodile – Baleine	12 h 30 à 13 h
Junior 1	12 h 30 à 13 h 15
Junior 2	13 h 25 à 14 h 10
Junior 3	13 h 10 à 13 h 55
Junior 4	10 h 05 à 10 h 50
Junior 5	10 h 40 à 11 h 25
Junior 6	8 h à 8 h 45
Junior 7-10	8 h 55 à 9 h 55

N.B. Aucune inscription par la poste. Après la période d'inscription, les demandes seront acceptées en fonction des places restantes.

## COURS POUR ADULTES • 7 SEMAINES

Session 1 : du dimanche 13 septembre au mercredi 28 octobre

Session 2 : du dimanche 1<sup>er</sup> novembre au mercredi 16 décembre

Type de cours	Jour	Heure
Aquadulte (pour apprendre à nager)	mardi	20 h à 20 h 50
Aquaforme	dimanche	18 h à 18 h 50
(conditionnement physique en partie peu profonde)	lundi	13 h à 13 h 50
	mercredi	15 h à 15 h 50

## Horaire de la piscine municipale jusqu'au 18 décembre 2015

pour tous	jeudi	18 h à 18 h 50
	*vendredi	19 h à 20 h 20 *(1 couloir)
	dimanche	14 h 45 à 15 h 50
familial	samedi	16 h à 16 h 50 N.B. Moins de 15 ans accompagné d'un adulte
préscolaire (gratuit)	Jour et heure à confirmer N.B. Réservé 0 à 5 ans, accompagnés d'un adulte	
en longueurs	lundi	19 h 30 à 20 h 20
	mardi	12 h à 12 h 50
	jeudi	19 h à 19 h 50
en largeurs	lundi	12 h à 12 h 50
	mercredi	19 h 30 à 20 h 20
lève-tôt (longueurs)	lundi	6 h 30 à 7 h 30
	*mercredi	6 h 30 à 7 h 30 *(3 couloirs)
	*samedi	6 h 30 à 7 h 50 *(3 couloirs)
	N.B. Carte à poinçonner ou de loisirs obligatoire	

## TARIFICATION DES ACTIVITÉS AQUATIQUES

### Catégorie d'âges :

Bébé : 1 an et moins

Enfant : 14 ans et moins

Étudiant : 15 ans et plus avec preuve étudiante

Adulte : 18 ans et plus

Aîné : 55 ans et plus avec preuve d'âge

### Coûts des bains et des patinages

Bébé moins d'un an : Gratuit

Enfant et étudiant à temps complet : 2 \$

Adulte et aîné : 3 \$

### Carte à poinçons • 12 entrées pour le prix de 10 \$ (donnant accès aux bains, aux patinages et au badminton libre)

Enfant et étudiant à temps complet : 20 \$

Adulte et aîné : 30 \$

### Carte loisirs • Valide pour un an (donnant accès aux bains, aux patinages et au badminton libre)

Enfant et étudiant à temps complet : 100 \$

Adulte : 150 \$

Aîné : 125 \$

Famille (tous les membres d'une même famille vivant sous le même toit) : 300 \$

Une participation pendant l'année à 50 activités permet de rentabiliser votre achat

### Location à l'heure de la piscine municipale avec surveillance

Tarif régulier : 77 \$

Groupe d'aînés (55 ans et plus) : 65 \$

## COURS OFFERTS EN PISCINE PAR LES ORGANISMES

### Club de nage synchronisée Les Aqua-R-Elles de Matane

Jour : Mardi, jeudi, dimanche

Heure : 16 h à 18 h

Lieu : Piscine municipale

Téléphone : 418 562-1400

Courriel : melanie-boulay@cgcable.ca

Inscription : Salon du loisir

Clientèle : 3 à 17 ans

Coût : Selon le nombre d'heures d'entraînement

### Club Nautilus de Matane

Apprentissage et entraînement de natation pour enfants, débutants, adolescents, adultes et sportifs

Début septembre à la fin juin

Date et heure : Du lundi au samedi — horaire différent selon les groupes

Lieu : Piscine municipale

Contact : Johan Rivallain • 418 509-8042

Courriel : nautilusmatane@hotmail.com

Site Internet et  : www.cnmatane.org • www.facebook.com/cnmatane

Inscription : Salon du loisir. Un formulaire est aussi disponible sur le site Internet

Clientèle : À partir de 5 ans

Coût : Variable selon les groupes

Note : Viens découvrir ta future passion en intégrant un club dynamique!

## Salon du loisir 2015 au Colisée Béton Provincial le samedi 29 août de 10 h à 15 h

### Sur place :

- Marché public
- Vente de livres usagés de la Bibliothèque Fonds de solidarité FTQ
- Des professionnels disponibles pour vous!

### Vie communautaire

Accorderie de la Matanie  
COSMOSS – Saines habitudes de vie et Vox pop  
Les Grands Amis de la région de Matane  
Maison des Familles de la Matanie  
Parent d'abord MRC de la Matanie  
Regroupement des femmes de la région de Matane  
Rézo Matanie  
Thérapie canine

### Vie culturelle

Bibliothèque municipale  
Chœur Vocalia de Matane  
École de Ballet-jazz de Matane  
École de musique de Matane  
Ligue d'improvisation SLIM  
Société d'histoire et de généalogie de Matane

### Vie sportive et loisirs

Académie d'arts martiaux  
Association des chasseurs et pêcheurs de Matane  
Club Alpin Mont-Castor  
Club de gymnastique Acromat de Matane  
Club de nage synchronisée les Aqua-R-Elles de Matane  
Club de natation le Nautilus de Matane et Nez-Rouge  
Club de patinage artistique le Tourbillon de Matane  
Club de patinage de vitesse Les Rapidos de Matane  
Corporation de gestion récréotouristique de Matane – Mont-Castor  
École de Taekwon-do de Matane  
École Shao-lin-Kung-Ku et Kick boxing Matane  
Hockey Matane  
Ligue navale du Canada, section Matane  
Marie-Philip Bouffard, kinésiologue  
Passion Z-Mob - Sandy Brodeur  
Sentier International des Appalaches  
Tarayoga  
Zen studio de Yoga  
Zumba – Marie-Pierre Dion  
Zumba Matane – Martine Boucher

## Location des patinoires

Clientèle : Adultes ou mineurs accompagnés d'un adulte  
 Activités : Pratique libre de hockey, patinage, fêtes d'enfants  
 Jour et heure : Selon la disponibilité des glaces sur réservation  
 Glace en opération août 2015 à avril 2016  
 Tarif horaire : 115 \$ lundi au vendredi avant 16 h et samedi de 16 h à 24 h  
 137 \$ après 16 h sur semaine et les fins de semaine  
 Réservation : 418 562-1983, poste 2081 ou 2080

## Patinage pour tous

Jour et heure : Vendredi et samedi de 19 h à 20 h 15 selon les événements  
 Début : 2 octobre  
 Coût : Adulte : 3 \$  
 Enfant et étudiant à temps complet (avec carte) : 2 \$  
 Carte à poinçons (12 séances pour le prix de 10)  
 Adulte : 30 \$, enfant/étudiant : 20 \$  
 Carte de saison adulte 18 à 54 ans : 78 \$, aîné 55 ans et plus : 65 \$

## Colisée Béton Provincial - Activités

28 novembre Glace Serge-Bernier Compétition régionale en patinage de vitesse  
 5 décembre Glace Alain-Côté Tournoi intercollégial de hockey  
 5 et 6 décembre Glace Serge-Bernier Festival prénovice Plaisir sur glace  
 Horaire du patinage pour tous au Colisée Béton Provincial - vendredi et samedi : 19 h à 20 h 15

	Vendredi	Samedi
Octobre	2 – 9 – 26 – 23 – 30	3 – 10 – 17 – 24
Novembre	6 – 13 – 20 – 27	7 – 14 – 21 – 28
Décembre	4 – 11 – 18	5 – 12 – 19

Congés scolaires de 13 h 30 à 15 h les 21, 22, 23, 28, 29 et 30 décembre 2015

**Note :** Horaire sujet à changement. N'hésitez pas à nous contacter au 418 562-1983 et faites le 1 pour connaître les activités de fin de semaine.

## Patinage pour groupes spécifiques

### Adultes seulement

Jour et heure : Mardi et jeudi de 9 h à 11 h 15  
 Début : 15 septembre  
 Coût : 3 \$ la séance  
 Carte de saison : Adulte 18 à 54 ans 78 \$, aîné 55 ans et plus 65 \$  
 Carte à poinçons 30 \$ (12 séances pour le prix de 10)

## Préscolaire

Jour et heure : Mercredi de 14 h 15 à 15 h 20  
 Début : 16 septembre 2015 • Admission gratuite  
**Note :** L'enfant doit être accompagné d'un adulte

## Club de patinage artistique Le Tourbillon de Matane

Lieu : Colisée Béton Provincial  
 Contact : Sonia Berthelot • 418 562-7617  
 Inscription : Salon du loisir, par téléphone ou par courriel  
 Site Internet et courriel : Cpatourbillonmatane.weebly.com • soniapatin@hotmail.com  
 Clientèle : De 3 ans à 18 ans • PatinagePlus – junior - sénior  
 Coût : PatinagePlus : 325 \$ octobre à avril, rabais 25 \$ si payé en août  
 Junior et sénior : 250 \$ (les parents assument les frais d'entraîneurs)

**Note :** Apprentissage du patinage artistique des éléments de base aux éléments de performance de haut niveau.

## Club de patinage de vitesse Les Rapidos de Matane

Apprendre à patiner et initiation au patinage de vitesse  
 Date : Début octobre à la fin mars  
 Jour et heure : Ecole de patin : dimanche de 16 h 30 à 17 h 20  
 Initiation au patin de vitesse : Mardi et jeudi de 17 h 30 à 18 h 30 et samedi dès 9 h 30 à 11 h 45  
 Introduction à la compétition : mardi et jeudi de 18 h 35 à 19 h 45, samedi de 7 h à 9 h 20 et dimanche de 17 h 35 à 18 h 45

Lieu : Colisée Béton Provincial  
 Site Internet et courriel : www.rapidos-matane.ca • rapidos-matane@hotmail.com  
 Inscription : Salon du loisir ou avec la représentante du club :  
 Pascale Ouellet au (418) 562-8733 entre 17 h et 20 h.  
 Clientèle : Dès 3 ans, selon capacité  
 Coût : Ecole de patin avant le 31 octobre : 160 \$, après le 31 octobre : 190 \$  
 Initiation au patinage de vitesse : 235 \$  
 Introduction à la compétition : 285 \$

**Note :** Places limitées

## Hockey Matane

### Hockey sur glace

Date et heure : Variable selon l'âge  
 Lieu : Colisée Béton Provincial  
 Téléphone : 418 562-1983, poste 2150 ou 418 562-9180  
 Site Internet et courriel : www.hockey-matane.org • simart30@hotmail.com (président)  
 coordonnateur@hockey-matane.org (coordonnatrice)  
 Inscription : 1<sup>er</sup> mai au 30 novembre  
 Clientèle : Garçons et filles de 5 à 17 ans  
 Coût : Variable selon l'âge, (50 \$ lorsqu'il s'agit d'une première inscription, remboursable en cas d'abandon)

**Note :** Prêt d'équipement disponible gratuitement sur demande

## Badminton libre

Jour et heure : Mardi, mercredi et jeudi de 19 h à 22 h  
Clientèle : Adultes en priorité, étudiants si terrain disponible  
Début : 8 septembre  
Tarif horaire : 3 \$ adulte, 2 \$ étudiant  
Aucune réservation, se rendre sur place  
Raquette et volant ne sont pas fournis  
Information : 418 562-1983, poste 2081 ou 2080

## Tennis libre

Jour et heure : Vendredi de 19 h à 22 h  
Clientèle : Adultes en priorité, étudiants si terrain disponible  
Début : 11 septembre  
Tarif horaire : Adulte 7 \$, étudiant 5 \$  
Information et réservation : 418 562-1983, poste 2081 ou 2080

## Location de gymnases

Activités : Pratique libre de volley-ball, basket-ball, hockey boule, etc.  
Jour et heure : Mardi au vendredi en soirée.  
Sur réservation 24 heures à l'avance  
Coût : 28 \$ l'heure/gymnase simple, 40 \$ l'heure/gymnase double  
Réservation : 418 562-1983, poste 2081 ou 2080

## Centre de ski Mont-Castor

Portes ouvertes au Mont-Castor, fin de la période de prévente des cartes de saison et inscription au cours de groupe

Date : 15 novembre

Heure : 9 h à 15 h

## Ouverture de la station de ski

Date prévue : 18 décembre si les conditions le permettent

Information : Maxime Tremblay, 418 562-1513

## Horaire régulier (du 1<sup>er</sup> septembre 2015 au 25 juin 2016)

Dimanche	Fermé
Lundi	Fermé
Mardi au vendredi	12 h 30 à 20 h
Jeudi	9 h 30 à 12 h
Samedi	9 h à 12 h 13 h à 17 h

Inscription gratuite pour tous les résidents de la MRC de Matane.

## Services

Chute à livres  
(lundi au vendredi de 7 h à 21 h, samedi de 9 h à 17 h et dimanche de 9 h à 16 h)  
Prêt entre bibliothèques  
Accès Internet sans fil gratuit  
Ordinateurs  
Catalogue en ligne et accès au dossier d'utilisateur  
Une naissance, un livre  
Projet municipal scolaire

## Les contes de Marie

Pour les 3 à 7 ans, à tous les derniers samedis du mois, à 14 h (sauf en décembre)  
26 septembre : Les trois petits cochons  
31 octobre : Les petites peurs de Paola  
28 novembre : La petite fille aux allumettes  
12 décembre : Noéline, à la recherche du vrai Père Noël

## Midi-conférences

de 12 h à 13 h • Amenez votre dîner, et mangez sur place!  
15 septembre : Marcher pour se déplacer, un geste payant avec Julie Lussier et Marie-Phillip Bouffard  
13 octobre : S'aimer d'abord et avant tout avec Louis-Antoine Corbin  
10 novembre : Parler drogue avec mon enfant avec Sylvie Dubé

## Vente de livres élagués

Livres à petits prix. Au Salon du loisir le 29 août de 10 h à 15 h.

## Lire la mer

24 septembre à 19 h : Lancement de la collection « Lire la mer » et conférence avec Louis Blanchette.

## Semaine des bibliothèques publiques

du 17 au 25 octobre :  
Concours « Abonne-toi » : tirage d'un dictionnaire parmi tous ceux qui viendront s'abonner ou renouveler leur abonnement.

## Festival littéraire Le Festi-Mots

du 18 au 24 octobre  
Une semaine où la littérature est à l'honneur! Des activités tout au long de la semaine : rencontres d'auteurs, ateliers, lectures publiques, promenade littéraire.

## Noël littéraire

12 décembre à 14 h : conte avec Marie-Brigitte, et distribution de cadeaux avec le Père Noël (pour les 3 à 8 ans), jeux littéraires et concours, tirages de prix.

## Expositions de livres pour les jeunes :

25 août au 26 septembre : Toutes sortes de bibittes!  
29 septembre au 31 octobre : Histoires à faire peur  
3 au 28 novembre : On bouge et on s'amuse  
1<sup>er</sup> décembre au 2 janvier : Noël littéraire

## Expositions de livres pour les adultes

25 août au 26 septembre : Transports et véhicules  
29 septembre au 31 octobre : L'exercice au quotidien  
3 au 28 novembre : Loisirs créatifs  
1<sup>er</sup> décembre au 2 janvier : Noël gourmand

## Les jeudis parents-enfants

De 9 h 30 à 12 h, les enfants avec leurs parents sont invités à bouquiner, lire ou se faire lire une histoire. Matinée où le bruit est permis à la bibliothèque.

Consultez le site web de la Ville de Matane pour plus d'informations sur les activités et les services : [www.ville.matane.qc.ca](http://www.ville.matane.qc.ca)

Culture  
et Communications  
Québec



Dans le cadre du programme Aide aux projets — développement des collections des bibliothèques publiques autonomes, le ministère de la Culture et des Communications subventionne la bibliothèque municipale, Fonds de solidarité FTQ.

## 5 à 7 des nouveaux arrivants

Date : 22 octobre  
Lieu : Salle civique de l'hôtel de ville  
Activité d'accueil pour les nouveaux résidents arrivés au cours de la dernière année

## Chœur Joie & Soleil

Date et heure : Début des activités, tous les jeudis à partir du 10 septembre, de 13 h à 15 h  
Lieu : Sous-sol de l'église St-Jérôme  
Contact : Lise Gauthier • 418 562-4475  
Site Internet et courriel : [www.choralejoiesoleil.org](http://www.choralejoiesoleil.org) • [choeurjoiesoleil@gmail.com](mailto:choeurjoiesoleil@gmail.com)

## Concert de Noël

Date et heure : 6 décembre à 14 h  
Lieu : Église Bon-Pasteur  
Inscription : 15 \$/adulte, gratuit pour les 12 ans et moins

## Chœur Vocalia de Matane

### Chorale

Jour et heure : Mercredi de 19 h à 22 h  
Lieu : École de musique de Matane  
Téléphone : 418 562-4212  
Site Internet : [www.choeurvocalia.com](http://www.choeurvocalia.com)  
Clientèle : Adolescent et adulte

## Concert de Noël

Date et heure : 13 décembre 2015 à 14 h  
Lieu : Église St-Rédempteur  
Coût : À déterminer

**Concert « coups de cœur des choristes » choisis parmi les pièces de Noël faites depuis 20 ans.**

## CinémaAlice

### Diffusion de cinéma d'auteur

Date et heure : Lundi aux deux semaines, 19 h  
Visitez le site Internet pour connaître la programmation  
Lieu : Cinéma Gaieté, 289, rue St-Pierre, Matane  
Courriel : [cinemalice@cgmatane.qc.ca](mailto:cinemalice@cgmatane.qc.ca)  
Site Internet et  : <http://cinemalice.blogspot.com> • [facebook.com/CinemaAlice](https://facebook.com/CinemaAlice)  
Coût : 7 \$ admission générale

## École de Ballet-jazz de Matane

Danse 4-5-6-7 ans, jazz 8 ans et plus, hip-hop 12 ans et plus,  
Jazz adulte, Tango en couple

Date et heure : 14 septembre 2015  
Lieu : Pavillon de la Cité  
Contact : 418 562-3888 • 418 562-9159  
Site Internet et courriel : [www.ebjm.ca](http://www.ebjm.ca) • [ebjmdiane@gmail.com](mailto:ebjmdiane@gmail.com)  
Inscription : Début septembre  
Coût : Voir le site : [www.ebjm.ca](http://www.ebjm.ca)

## École de musique de Matane

Clientèle : Pour tous  
Horaire : Début des cours le 8 septembre  
Site Internet : [www.ecolemusiquematane.com](http://www.ecolemusiquematane.com)  
Information : Christine Fortin • 418 562-4212

## Concerts du temps des fêtes

Date et heure : 14 au 18 décembre

## Jeunesses musicales

Coup de cœur pour le hautbois – 6 octobre

Opéra : Roméo et Juliette – 3 novembre

Lieu : Salle Lucien-Bellemare du Cégep de Matane  
Information : 418 562-4212  
Clientèle : Pour tous

## Journées de la culture

Date : 25, 26 et 27 septembre  
Au programme : conférences, expositions, performance d'art contemporain, événement performances et projection architecturale.  
Surveillez la programmation dans les médias

## Kaméléart Matane inc.

Surveillez la date du lancement de la programmation d'automne dans les médias et sur notre page Internet.  
Téléphone : 418 562-6611  
Site Internet : [www.kameleart.com](http://www.kameleart.com)

## ORGANISMES CULTURELS/ÉVÉNEMENTS ACTIVITÉS, COURS ET ATELIERS

### Les Saveurs de la Matanie • Marché public

Date : Tous les samedis du 25 juillet au 19 septembre  
Heure : 10 h à 15 h  
Lieu : Colisée Béton Provincial  
Téléphone : 418 562-1048  
Site Internet et courriel : [www.saveursmatanie.com](http://www.saveursmatanie.com) • [lesjardinsdelorme@globetrotter.net](mailto:lesjardinsdelorme@globetrotter.net)  
Coût : Gratuit

### Ligue d'improvisation SLIM

#### Match d'improvisation traditionnelle à chaque semaine (3 équipes)

Date : Tous les mercredis à 19 h 30 dès la mi-septembre  
Heure : 10 h à 15 h  
Lieu : À déterminer. Pour plus de détails, visitez la page Facebook  
Téléphone : 418 560-0777  
Courriel : [slimatane@gmail.com](mailto:slimatane@gmail.com)  
Site Internet et  : <http://www.facebook.com/SLIMatane>  
Inscription : Par Facebook ou par courriel pour participer au camp d'entraînement afin de rejoindre une équipe ou pour donner votre nom pour devenir bénévole (animation, entrée, DJ, etc.)  
Clientèle : Générale  
Coût : 7 \$ pour le camp d'entraînement.  
Pour voir les matchs, l'entrée est de 3 \$ adulte et 2 \$ étudiant.  
Gratuit pour les bénévoles  
**Note :** Nous recherchons des joueurs, des bénévoles et aussi des membres du public!

### Regroupement des artistes et artisans (Am'Art)

#### Marché de Noël

Date et heure : 27 novembre de 19 h à 21 h  
28 et 29 novembre de 10 h à 17 h  
Lieu : Cafétéria de la Polyvalente de Matane  
Téléphone : 418 562-4852  
Site Internet et courriel : [produits-artistans.qc.ca](http://produits-artistans.qc.ca) • [amart@globetrotter.net](mailto:amart@globetrotter.net)  
Clientèle : Pour tous  
Coût : Gratuit

### Société d'histoire et de généalogie de Matane (SHGM)

#### Semaine de la généalogie

Date et heure : Du 21 au 28 novembre 2015  
Lieu : Pavillon de la Cité  
Téléphone : 418 562-9766, Delphine Charmoille  
Courriel : [dcharmoille@shgmatane.org](mailto:dcharmoille@shgmatane.org)  
Site Internet et  : [www.shgmatane.org](http://www.shgmatane.org)  
Inscription : Par téléphone ou courriel  
Clientèle : Tous  
Coût : Gratuit  
**Note :** Diverses activités seront proposées durant cette semaine  
**Expo Claude Picher**  
Date et heure : Du 25 au 27 septembre  
Lieu : Salle civique de l'hôtel de ville  
Contact : Delphine Charmoille • 418 562-9766  
Courriel : [dcharmoille@shgmatane.org](mailto:dcharmoille@shgmatane.org)  
Site Internet et  : [www.shgmatane.org](http://www.shgmatane.org) et [www.lacouleurdelagaspesie.com](http://www.lacouleurdelagaspesie.com)  
Clientèle : Tous  
Coût : Gratuit

## ORGANISMES CULTURELS/ÉVÉNEMENTS ACTIVITÉS, COURS ET ATELIERS

### Association des handicapés gaspésiens

Ateliers : Alimentation et saines habitudes de vie, scrapbooking, chant, expression corporelle (chorégraphie), improvisation, quilles, tissage, jeux récréatifs, informatique, déjeuners communautaires  
Date et heure : Lundi au vendredi entre 9 h à 16 h  
Lieu : Maison Andréa-Pomerleau au 300, rue Saint-Joseph  
Contact : Roselyne Dufresne • 418 566-2851  
Site Internet et courriel : [Adhg.com](http://Adhg.com) • [adhg.matane@globetrotter.net](mailto:adhg.matane@globetrotter.net)  
Inscription : En tout temps  
Clientèle : Personne handicapée jeune et adulte  
Coût : 10 \$/année

### Club optimiste de Matane

#### Olympiades Trois étoiles

Date et heure : 3 octobre 2015 à 9 h  
Lieu : École Victor-Côté  
Contact : Martin Charette • 418 562-2399 ou 418 562-4559  
Courriel : [Fleuristeharrison2006@hotmail.com](mailto:Fleuristeharrison2006@hotmail.com)  
Clientèle : Élèves des écoles primaires de la région de Matane  
Coût : Gratuit  
**Note :** Épreuves physiques et de connaissances académiques pour les élèves du primaire

## Semaine appréciation de la jeunesse (Gala)

### Mérites reconnaissance organismes

Date et heure : Dimanche 6 décembre à 17 h  
Lieu : Récréathèque au Colisée Béton Provincial  
Contact : Johanne Cayouette • 418 562-6677  
Courriel : Jcayou33@hotmail.com  
Clientèle : Organismes mineurs composés de moins de 18 ans  
Coût : Gratuit

## Maison des Familles de la Matanie

### Activités familiales diverses offertes dans la Matanie

Lieu : Maison des Familles de la Matanie  
Téléphone : 418 562-0918  
Courriel : mdfmatane@hotmail.com  
maisondelafamilledematane@hotmail.com  
Site Internet et  : <https://www.facebook.com/pages/Maison-de-la-Famille-de-Matane/216978938333380>

Clientèle : Pour tous les membres de la famille de 0 à 99 ans  
Inscription : 418-562-0918  
Coût : 3 \$ par famille pour l'année

**Note :** Activités : Gym-poussette, Moment, comment ça va?, les mercredis stratégiques, atelier familial, atelier 6-12 ans, aide aux devoirs, soirées thématiques, sortie et fête d'halloween

## Maison des jeunes La Lucarne de Matane

### Promotion, sensibilisation, activités récréatives et sportives, levée de fonds, etc.

Jour et heure : Mercredi et jeudi 18 h 30 à 21 h 30  
Vendredi 18 h 30 à 23 h  
Samedi 13 h 30 à 17 h et 18 h 30 à 23 h  
Dimanche : 13 h 30 à 17 h

Lieu : 233, rue Saint-Pierre  
Téléphone : 418 562-5177  
Courriel : lucarne\_matane@hotmail.com  
Site Internet et  : Facebook : Maison des jeunes de Matane  
Clientèle : Pour tous les jeunes de 12 à 17 ans  
Inscription : À la Maison des jeunes  
Coût : Gratuit

**Note :** Aucune consommation de drogue et/ou d'alcool, les boissons énergisantes ne sont pas tolérées. Respect des jeunes, des animateurs et du matériel

## Regroupement des Femmes de la région de Matane et son service de friperie Les Chiffonniers

Description de l'activité : Café-rencontres, différents ateliers, formation Antidote (croissance personnelle), sessions d'information, conférences, participation citoyenne, services de référence et d'accompagnement, consultation d'intervenantes, etc.

Date et heure : Lundi, mercredi, jeudi et vendredi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30 Mardi de 13 h à 16 h 30

Les Chiffonniers : lundi, jeudi, vendredi et samedi de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30, mardi de 13 h à 16 h 30 et le mercredi de 10 h à 12 h et de 13 h à 16 h 30

Lieu : 67, rue d'Amours, Matane  
Contact : 418 562-6443 • 418 562-6605

Courriel : Rfrm-matane@cogocable.ca

Site Internet et  :

<http://www.rfrm.org/>

Regroupement des femmes de la région de Matane

Inscription : Appeler pour connaître l'heure des activités et pour vous inscrire.

## Relais Santé

### Intervention dans le milieu pour les aînés vulnérables

Date et heure : En continu  
Lieu : 384, rue du Rempart, Matane  
Chez les personnes et dans les lieux publics  
Contact : 418 566-2649

Courriel : [info@relaissantematane.org](mailto:info@relaissantematane.org)

Site Internet et  : [www.relaissantematane.org](http://www.relaissantematane.org)

Clientèle : Toute personne âgée de 50 ans et plus

Inscription : Par téléphone ou au 384, rue du Rempart

Coût : Gratuit

**Note :** Repérer les aînés fragilisés pour leur offrir les services en relation avec leur réalité. Service centré sur l'écoute, l'aide et le support.

## ORGANISMES COMMUNAUTAIRES/ÉVÉNEMENTS ACTIVITÉS, COURS ET ATELIERS

### Rézo Matanie

Activités : Programmation d'activités de réseautage variées pour les nouveaux arrivants et l'ensemble de la population de la Matanie

Date et heure : 1 activité ou plus par mois

Lieu : Lieux variables en Matanie

Contact : Catherine Berger • Service d'accueil des nouveaux arrivants de la Matanie (SANAM) 418 562-1240, poste 2230 et Marie-Claude Soucy • Place aux jeunes région Matane (PAJ) 418 562-6749, poste 209  
sanam@cgmatane.qc.ca ou migration@cjematane.ca

Courriel : [sanam@cgmatane.qc.ca](mailto:sanam@cgmatane.qc.ca)

Site Internet et  : <http://sanamatanie.org/> (inscrivez-vous à l'infolettre)  
<https://www.facebook.com/sanamatanie>  
<https://www.facebook.com/paj.matane>  
<https://www.placeauxjeunes.qc.ca/mrc-080> (inscrivez-vous au cyberbulletin)

Coût : Activités gratuites ou à faible coût.

Clientèle : Pour tous. Nouveaux arrivants et grand public.  
Contacter les responsables pour recevoir la programmation d'activités

### Thérapie canine de Matane

Activités au foyer d'accueil, écoles primaires, CRDI, Relais Santé, et autres endroits selon les demandes

Date : Mi-septembre à mi-décembre

Téléphone : 418 733-4471

Courriel : [amldoucet@hotmail.com](mailto:amldoucet@hotmail.com)

Clientèle : Enfant, adulte, personne âgée, personne seule

## ORGANISMES SPORTIFS ET DE LOISIRS/ÉVÉNEMENTS ACTIVITÉS, COURS ET ATELIERS

### Académie d'Arts martiaux de Matane

Jeet Kune Do (6 ans et plus), Tai Chi, Budo Taijutsu

Date et heure : Tai Chi : vendredi 11 septembre à 20 h  
Jeet Kune Do : samedi 12 septembre (horaire : mardi 18 h 45 à 19 h 45 et samedi 8 h 45 à 9 h 45)

Lieu : Jeet Kune Do : Gymnase école Victor-Côté  
Tai Chi : local du Studio Zen Yoga (Jean-Coutu)

Contact : Frédéric Coll • 418 556-4515

Courriel : [tengudojo@hotmail.ca](mailto:tengudojo@hotmail.ca)

Site Internet et  : <https://www.facebook.com/academiedartsmartiaux.matane>

Inscription : Salon du loisir, par téléphone ou sur place  
Rabais de 10 \$ sur l'inscription au Salon du loisir

Clientèle : Places limitées pour le Tai Chi

Note : Tai Chi (apprentissage de la forme Chen)

Jeet Kune Do (méthode de combat de Bruce Lee)

### Association de soccer de Matane

Contact : Roberto St-Pierre • 418 566-2659

Courriel : [info@asmatane.ca](mailto:info@asmatane.ca)

Site Internet et  : [Asmatane.ca](http://Asmatane.ca)

Clientèle : Jeunes de 5 à 16 ans

Coût : Entre 95 \$ et 190 \$

### Cadet de la marine

Voile, baleinière, tir, sports, nœuds, musique, aventure, etc.

Date : Dès septembre

Jour et heure : Lundi de 18 h 15 à 21 h

Lieu : Pavillon de la Cité

Téléphone : 418 562-6375

Inscription : Sur place

Clientèle : 12 à 19 ans

Coût : Gratuit

### Carole Imbeault (Croix-Rouge Canadienne)

Formation de gardien averti (1 ans et plus)

Formation de secouristes avertis (5 à 15 ans) niveau 1 à 4

Date et heure : À déterminer

Lieu : À déterminer

Contact : Carole Imbeault • 418 562-6788

Courriel : [gardiensecouriste@hotmail.fr](mailto:gardiensecouriste@hotmail.fr)

Inscription : Par téléphone ou par courriel :  
nom de l'enfant, sa date de naissance et numéro de téléphone

Clientèle : Niveau 1 : 5-6 ans, niveau 2 : 7-8 ans, niveau 3 : 9-10 ans, niveau 4 : 11 à 15 ans

Coût : Gardien averti : 48 \$  
Secouriste niveau 1 : 12 \$, niveau 2 : 15 \$, niveau 3 : 20 \$ et niveau 4 : 25 \$

Note : Secouriste averti : technique sur la prévention des traumatismes et du secourisme pour les 5 à 15 ans et gardien averti : apprentissage des soins aux enfants, de la prévention, du secourisme et plus.

## Corps de Cadets de l'armée 2681

**Randonnées et expéditions, tir de précision et leadership, camping et survie en forêt, secourisme, camp d'été et musique.**

Date : Dès septembre  
Date et heure : Lundi de 18 h 15 à 21 h  
Quelques fins de semaine durant l'année  
Lieu : Manège militaire, 374, avenue St-Jérôme  
Contact : Mélanie Lavoie • 418 562-0858,  
Courriel : Cadets.2681@hotmail.ca  
Site Internet et  : Cadets.ca  
Inscription : À partir du 14 septembre, tous les lundis en tout temps  
Clientèle : 12 à 18 ans  
Coût : Gratuit

**Note :** Environnement stimulant, amical et sécuritaire qui l'encouragera à dépasser ses limites.

## Club de gymnastique Acromat de Matane

**Cour de gymnastique artistique féminine et masculine pour les 3 à 17 ans.**

**Récréatif et compétitif.**

Lieu : Polyvalente de Matane, côté gymnase  
Date et heure : Du lundi au vendredi de 16 h à 20 h  
Samedi et dimanche de 9 h à 16 h  
Téléphone : 418 737-4381 ou 418 562-5429, poste 2318  
Courriel : info@clubacromat.com  
Site Internet : clubacromat.com  
Inscription : En ligne ou au Salon du loisir  
Clientèle : Dès 3 ans  
Coût : Selon le niveau et le nombre d'heures par semaine

## Club VTT Les Coyotes

**Randonnées de groupe, cours de formation en conduite de quads, cours de formation d'agent de surveillance de sentiers, développement et entretien de sentiers, installation de signalisation**

Lieu : Local dans l'édifice Place des Îles  
Téléphone : 418 562-0223, laissez vos coordonnées sur la boîte vocale  
Courriel : clubvttcoyotes@globetrotter.net  
Site Internet et  : www.clubvttlescoyotes.com et  
www.facebook.com/pages/Club-VTT-Les-Coyotes-De-Matane/

Inscription : Voir notre site Internet pour la liste des distributeurs de droits d'accès ou contactez-nous directement.

Coût : Droit d'accès 2016 : annuel 250 \$, estival 150 \$, séjour 90 \$ et journalier 50 \$

Clientèle : Les propriétaires de véhicules hors route de 3 ou 4 roues et véhicules de type côte-à-côte âgés d'au moins 18 ans

**Note :** Nos sentiers sont ouverts du 1<sup>er</sup> mai au 31 octobre de chaque année 7 jours sur 7 et 24 heures sur 24.

## Cours d'anglais avec Jeanny Pezderic

**Cours d'anglais en groupe ou individuel. Oral-parlé, conversation, compréhension d'anglais, écrit, grammaire, récupération.**

Date : 25 août au 18 décembre  
Heure : À déterminer avec le client  
Lieu : 423, rue Fournier  
Contact : 418 562-8375  
Site Internet et courriel : <http://jeannypezderic.com> • [jeannypezderic@gmail.com](mailto:jeannypezderic@gmail.com)  
Inscription : À partir du 1<sup>er</sup> août par téléphone ou courriel  
Clientèle : Enfant à partir de 3 ans, étudiant et adulte  
Coût : À déterminer

**Note :** Anglais de voyage, anglais d'affaires, anglais enrichi. Cours qui répond à votre besoin.

## École de ju-jitsu de Matane

**Ju-jitsu, auto-défense**

Date et heure : À partir du 31 août, les lundis et mercredis à 19 h 30  
Lieu : Palestre du Cégep de Matane  
Clientèle : 15 ans et plus  
Coût : 10 \$ / heure

## Arts martiaux mixtes, mise en forme et combat

Date : À partir du 7 septembre, les vendredis à 19 h  
Lieu : Palestre du Cégep de Matane  
Clientèle : 15 ans et plus  
Coût : 10 \$ / heure  
Contact : Mélanie Labrie • 418 566-4170 ou 581 232-0977  
Courriel : [Labrie.vg@gmail.com](mailto:Labrie.vg@gmail.com)  
Site Internet et  : [www.ecolejjmatane.com](http://www.ecolejjmatane.com) • École de ju-jitsu de Matane  
Inscription : Sur place ou par téléphone

## École de taekwon-do de Matane

### Arts martiaux, formes, cardio, technique de combat

Date et heure : Lundi et mercredi, début le 14 septembre de 18 h 30 à 20 h  
 Heure : Enfant : 18 h 30 à 19 h 30 Adulte : 18 h 30 à 20 h  
 Lieu : Gymnase de l'école Victor-Côté  
 Contact : Gilbert Bérubé • 418 562-3436  
 Courriel : taekwondomatane@hotmail.ca  
 Site Internet et  : TaekwondoMatane  
 Inscription : 14 et 16 septembre  
 Clientèle : 6 ans et plus  
 Coût : À partir 100 \$

**Note :** Il est possible de pratiquer ce sport en famille, prix avec escompte

## Karaté Shaolin Kung-Fu, Tai-boxing et boxe olympique

### Karaté Shaolin Kung-Fu

Date : 8 septembre au 1<sup>er</sup> décembre  
 Horaire : Jeunes 5 à 12 ans • mardi et jeudi 19 h à 19 h 55  
 Adultes 13 ans à 99 ans • 20 h à 21 h 15  
 Clientèle : Homme, femme et enfant  
 Tai-boxing et boxe olympique

Date : Début 14 septembre au 4 novembre  
 Horaire : Tai-boxing — lundi et mercredi 19 h à 20 h  
 Boxe olympique — lundi et mercredi 20 h à 21 h 15

Clientèle : Dès 12 ans, adolescent, femme et homme  
 Lieu : École Zénon-Soucy  
 Inscription : Sur place durant les heures de cours • Salon du loisir  
 Information : Diane Marquis 418 562-5022, messagerie vocale

**Note :** Cours conditionnel au nombre d'inscriptions

## Marie-Philip Bouffard, kinésiologue accréditée

### Conditionnement en plein air

Date et heure : 8 septembre au 26 novembre  
 Mardi et jeudi 17 h 30  
 Coût : 95 \$ 1 fois/semaine (pour 12 semaines)  
 170 \$ 2 fois/semaine (pour 12 semaines)

## Pilates

Date : 9 septembre au 30 novembre  
 Heure : Débutant • Multi-niveau Intermédiaire  
 Lundi 17 h 30 Lundi 9 h 45 et 18 h 45  
 Vendredi 12 h 10 Mercredi 17 h 30  
 Lieu : Local Zen studio Yoga  
 Cégep pour le cours du vendredi midi  
 Coût : 145 \$ 1 fois/semaine (pour 12 semaines)  
 250 \$ 2 fois/semaine (pour 12 semaines)

## Piloxing

Date : 9 septembre au 30 novembre  
 Lieu : Local Zen studio Yoga  
 Coût : 95 \$ 1 fois/semaine pour (12 semaines)  
 170 \$ 2 fois/semaine pour (12 semaines)  
 Inscription : Salon du loisir et dès le 30 août par téléphone ou par Facebook  
 Téléphone : 418 566-3778  
 Courriel : marie-philip.bouffard.kinesiologue@outlook.com  
 Site Internet et  : Marie-Philip Bouffard Kinésiologue

## Patrouille canadienne de ski

### Formation en RCR, premiers soins selon les normes de la Patrouille de ski et recrutement des membres

Date et heure : Octobre 2015  
 Lieu : À déterminer  
 Contact : Andrée Métivier, chef de patrouille • 418 562-0614  
 Maxime Tremblay, Mont-Castor • 418 562-1513  
 Courriel : dugre@globetrotter.net  
 Site Internet ou  : <http://ski.montcastor.com/>  
 Inscription : Contacter la personne responsable ou la station de ski Mont-Castor sur les heures de bureau à partir de septembre  
 Clientèle : Skieurs ou planchistes âgés de 18 ans et plus  
 Coût : À définir annuellement (achat de volume et cotisation)  
**Note :** Personne de 16 ans avec autorisation parentale, calibre de ski ou planche intermédiaire

## Tarayoga Matane

### Initiation au viniyoga

Date et heure : Début des cours : 21 septembre  
 Intermédiaire : lundi 17 h 15 et 18 h 45  
 Débutant : mercredi 17 h 15 et 18 h 45 (niveau 1 et 2)  
 Lieu : Salle de formation – Ambulances Gilbert  
 Téléphone : 418 562-1441, 418 562-6988 (cell)  
 Courriel : tarayoga88@gmail.com  
 Site Internet et  : www.facebook.com/pages/tarayogamatane  
 Inscription : Salon du loisir le 29 août et le 16 septembre de 17 h à 20 h  
 Salle de formation Ambulances Gilbert (146, boulevard Dion)  
 Clientèle : Adulte  
 Coût : 120 \$ pour 10 semaines  
 108 \$ pour 10 semaines (inscription au Salon du loisir)

## Zen studio de yoga

### Yoga régulier, doux, power, vinyasa, sur chaise, stretching (étirements), chaud, sur planche de surf (nouveau) et pour enfant (nouveau)

Date et heure : Voir information sur le site web ou à la page Facebook  
 Lieu : 001-548, avenue du Phare Est  
 Contact : Michèle-Andrée Bryant • 418 566-9396  
 Site Internet et courriel : www.zenyogamatane.com ou Zen studio de yoga Matane  
 zenyogamatane@gmail.com  
 Inscription : Au Salon du loisir ou par téléphone  
 Clientèle : Pour tous, clientèles prénatale, postnatale, retraités actifs, enfants  
 Coût : Voir le site Internet  
 Note : Dépôt de 50 \$ non remboursable pour s'inscrire

## Zumba – Marie-Pierre Dion

### Cours de Zumba

#### Danse sur des rythmes latins, entraînement complet cardio et musculaire

Date et heure : Du 7 septembre au 16 décembre  
 Lundis et mercredis 18 h  
 Lieu : À déterminer  
 Courriel : mariepierredion@hotmail.com  
 Site Internet et  : Zumba avec Marie-Pierre  
 Inscription : Salon du loisir ou en tout temps

## Zumba Matane - Martine Boucher

### Zumba Kids (enfants), Zumba Fitness (11 ans et plus), Zumba Mini (avec bébé) et Zumba Express (rapide)

Jours : Lundi au vendredi, horaire à venir  
 Lieu : Grande salle de l'école Zénon-Soucy  
 Site Internet et courriel : Zumba Matane • zumba-matane@hotmail.fr  
 Inscription : Salon du loisir  
 Coût : Fonctionnement par cartes de cours, VIP et à la fois

## Zumba – Passion Z-Mob avec Sandy Brodeur

### Zumba fitness et Aqua Zumba

Date et heure : Zumba fitness du 7 septembre au 15 novembre :  
 lundi et mercredi : 17 h et 18 h 15  
 Mardi : 18 h

### Aqua Zumba

Date et heure : du 20 septembre au 22 novembre : dimanche 11 h 30  
 Lieu : Zumba fitness : Récréathèque – Colisée Béton Provincial  
 Aqua Zumba : Piscine municipale  
 Contact : 418 721-6680, Sandy Brodeur  
 Courriel : sbrodeur20@hotmail.com  
 Site Internet : sandybrodeurlavoie.zumba.com et Passion Z-Mob  
 Inscription : Salon du loisir  
 Clientèle : Tous



Conservez cette programmation jusqu'au 31 décembre 2015



Ville  
de Matane