

Titre du cours (ADULTES)	Clientèle	Ville ou municipalité
Cardio-Latino	Adultes	Morin-Heights
Cardio-Tonus	Adultes	Morin-Heights
Danse en ligne débutant 1	Adultes	Morin-Heights
Danse en ligne débutant 2	Adultes	Morin-Heights
Flexi-Danse	Adultes	Morin-Heights
Forfait d'activités physiques	Adultes	Morin-Heights
Marche nordique	Adultes	Morin-Heights
Pilates	Adultes	Morin-Heights
Solo-Latino	Adultes	Morin-Heights
Yoga débutant	Adultes	Morin-Heights
Yoga intermédiaire	Adultes	Morin-Heights
Yoga 65 +	Adultes	Morin-Heights
Yoga chaise 75+	Adultes	Morin-Heights
Ateliers créatifs Dit-Vers-Ti-Arts	Adultes	Morin-Heights
Ateliers d'écriture ludique	Adultes	Morin-Heights
Cours de français débutant 1	Adultes	Morin-Heights
Cours de français débutant 2	Adultes	Morin-Heights
Cours de français intermédiaire	Adultes	Morin-Heights
Espagnol niveau 1	Adultes	Morin-Heights
Espagnol club de conversation débutant	Adultes	Morin-Heights
Espagnol club de conversation avancé	Adultes	Morin-Heights
Ateliers Dit-Vers-Ti-Arts parent/enfant	Parent-enfant	Morin-Heights
Ballet 3-6 ans	Jeunes	Morin-Heights
Danse Mix 6-10 ans	Jeunes	Morin-Heights
Cheerleading Initiation 6 à 9 ans	Jeunes	Saint-Sauveur
Cheerleading Initiation 10 à 15 ans	Jeunes	Saint-Sauveur
Gymnastique 10 ans et +	Jeunes	Saint-Sauveur
Atelier de jeu réaliste	Adultes	Saint-Sauveur
Tai-chi-chuan	Adultes	Saint-Sauveur
Théorie musicale	Adultes	Saint-Sauveur
Karaté (débutant)*	Adultes	Piedmont

Karaté (avancé)*	Adultes	Piedmont
Danse gitane (intermédiaire)*	Adultes	Piedmont
Danse gitane (pour tous)*	Adultes	Piedmont
Danse Orientale-baladi (avancé)*	Adultes	Piedmont
Danse Orientale-baladi (débutant)*	Adultes	Piedmont
Préparation à la scène/Baladi (intermédiaire/avancé)*	Adultes	Piedmont
Préparation à la scène/Danse Gitane (intermédiaire/avancé)*	Adultes	Piedmont
Yoga doux 65 ans et + *	Adultes	Piedmont
Yoga débutant *	Adultes	Piedmont
Yoga intermédiaire *	Adultes	Piedmont
Abdos-fesses-cuisses *	Adultes	Piedmont
Tonus et souplesse sur chaise 50 ans et + *	Adultes	Piedmont
Mise en forme 50+ *	Adultes	Piedmont
Pilates *	Adultes	Piedmont
Zumba *	Adultes	Piedmont
Atelier de création de carte de souhaits et à l'aquarelle	Adultes	Piedmont
Ballet 9-12 ans	Jeunes	Sainte-Adèle
Danse contemporaine 9-12 ans	Jeunes	Sainte-Adèle
Créativité artistique 6 à 10 ans	Jeunes	Sainte-Adèle
Anglais conversation	Adultes	Sainte-Adèle
Ballet - tous niveaux	Adultes	Sainte-Adèle
Chorales - musiques populaires	Adultes	Sainte-Adèle
Danse contemporaine - Débutant	Adultes	Sainte-Adèle
Danse contemporaine - Intermédiaire/avancé	Adultes	Sainte-Adèle
Dessin, peinture et modelage	Adultes	Sainte-Adèle
Espagnol débutant 1	Adultes	Sainte-Adèle
Espagnol débutant 2	Adultes	Sainte-Adèle
Espagnol conversation	Adultes	Sainte-Adèle
Essentrics	Adultes	Sainte-Adèle
Hatha yoga	Adultes	Sainte-Adèle
Pilates	Adultes	Sainte-Adèle
Tai Chi	Adultes	Sainte-Adèle
Étirements avec chaise	Adultes	Sainte-Adèle
Gym douce avec chaise	Adultes	Sainte-Adèle
Mise en forme 50+	Adultes	Sainte-Adèle
Yoga douceur 50+	Adultes	Sainte-Adèle

Tai chi chuan INTERMÉDIAIRE	Adultes	Sainte-Anne-des-Lacs
Tai chi chuan DÉBUTANT	Adultes	Sainte-Anne-des-Lacs
Maitrisez votre Ipad et iPhone	Adultes	Sainte-Anne-des-Lacs
Stretching et Tonus	Adultes	Sainte-Anne-des-Lacs
Mise en forme	Adultes	Sainte-Anne-des-Lacs
Chorale	Adultes	Sainte-Anne-des-Lacs
Karaté	Parent-enfant	Sainte-Marguerite-du-Lac-
Yoga vinyasa	Adultes	Sainte-Marguerite-du-Lac-
Pilates jour	Adultes	Sainte-Marguerite-du-Lac-
pilates soir	Adultes	Sainte-Marguerite-du-Lac-
Musculation C.A.F	Adultes	Sainte-Marguerite-du-Lac-
Arts créatifs (7-12 ans) & éveil aux arts (3-6 ans)	Jeunes	Saint-Adolphe-d'Howard
Éveil musical 3 à 6 ans	Jeunes	Saint-Adolphe-d'Howard
Ateliers d'écriture de chanson	Adultes	Saint-Adolphe-d'Howard
Yoga	Adultes	Saint-Adolphe-d'Howard
zumba	Adultes	Saint-Adolphe-d'Howard