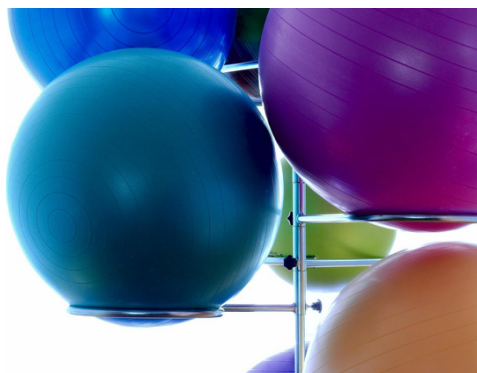


Programmation d'activités



Automne 2026



Début des inscriptions : 24 août dès 9 h

450 346-6641 poste 1340

mfortier@saint-alexandre.ca

www.saint-alexandre.ca

Municipalitesaintalexandre



Automne 2026

MÉTHODES D'INSCRIPTION

Nous acceptons les inscriptions sur Internet et en personne. Pour accéder à la plateforme Amilia : <https://app.amilia.com/fr/Login>

DATE LIMITE

Pour être confirmé, chaque cours doit atteindre un minimum d'inscriptions avant la date limite. À moins d'avis contraire, la date limite d'inscription est fixée à une semaine avant la date de début de l'activité.

REMBOURSEMENT

Aucun remboursement après la date limite d'inscription, sauf sur présentation d'une preuve médicale au nom du participant attestant qu'il ne peut poursuivre la session de cours. Le participant sera remboursé au prorata des séances restantes en date de la demande.

TENUE DES SÉANCES

Il n'y a aucun rappel avant la tenue de la première séance. Un suivi téléphonique ou courriel sera fait uniquement en cas d'annulation ou de modification au cours. Une séance annulée en cours de session pour des raisons hors de contrôle (absence du professeur, intempéries, etc.) sera reprise à la fin de la session ou à la convenance de l'animateur.

Pour toute question, communiquez avec le Service des loisirs au 450 346-6641.

La Municipalité se réserve le droit de modifier la programmation sans préavis si des conditions lui obligent. De plus, l'inscription est payable en un seul versement.

ACTIVITÉS POUR ENFANTS

DANSE CRÉATIVE

Un cours dynamique où les enfants découvriront le plaisir de bouger et de danser à travers des jeux de mouvement, des activités rythmiques, l'apprentissage d'une chorégraphie évolutive ainsi qu'une période de création où ils auront l'occasion d'inventer leur propre mini chorégraphie. La session se terminera par un petit spectacle convivial au Pavillon, permettant aux familles de découvrir le fruit de leur travail. Les activités sont conçues pour développer la coordination, le sens du rythme, la confiance en soi et l'esprit d'équipe, dans un environnement positif où chacun est encouragé à participer et à progresser à son rythme. Possibilité d'ouvrir une autre plage horaire, s'il y a beaucoup d'inscription (voir liste d'attente).

- Dates : Le jeudi 17 septembre au 26 novembre (congé dans la semaine d'Halloween)
- Heure: 18 h à 19 h
- Lieu : Pavillon des loisirs
- Tarif : 75 \$ pour 10 séances

ART CRÉATIFS

Un cours où les enfants développeront leur créativité à travers des projets variés et originaux. Chaque semaine, ils réaliseront une nouvelle création en explorant différentes techniques et activités, comme les bases du dessin, la fabrication d'autocollants, le coloriage, l'origami, les cartes pop-up, le zentangle et bien d'autres projets créatifs. Des jeux et des défis d'imagination viendront compléter les ateliers pour varier les activités et stimuler la créativité des enfants. Les réalisations seront conservées tout au long de la session afin de constituer un portfolio qui sera remis à chaque enfant à la fin de la session.

Matériel fourni

- Dates : Le mardi du 15 septembre au 17 novembre
- Heure :
- Lieu : 2e étage du Pavillon des loisirs
- Tarif : 85 \$ pour 10 séances

ACTIVITÉS POUR ENFANTS

INITIATION À LA PUMPTRACK

Encadrés dans un environnement sécuritaire et amusant, les participants apprendront les techniques de base pour rouler efficacement, franchir les obstacles et profiter pleinement du parcours. Que tu sois débutant ou que tu aies déjà un peu d'expérience, cette activité est l'occasion parfaite de bouger, de t'amuser et de relever de nouveaux défis entre amis.

OBLIGATOIRE: VÉLO ET CASQUE EN BON ÉTAT FOURNI PAR LE PARTICIPANT

- Dates : Le mardi dès le 7 septembre 2026
- Heure:
 - 5 à 8 ans: 17h à 18h
 - 9 à 12 ans: 18h à 19h
- Lieu : Pumptrack (440 rue Bernard, en arrière de la patinoire)
- Tarif : 140 \$ + tx pour 6 séances

NFL FLAG FOOTBALL - NOUVEAUTÉ



Chez NFL Flag Montérégie, notre mission est de promouvoir le sport d'équipe à travers le flag football. Nous croyons que chaque enfant mérite l'opportunité de développer des compétences sportives tout en s'amusant. Nous valorisons l'esprit d'équipe, le respect et l'inclusion. Nos programmes sont conçus pour créer un environnement positif où chaque joueur se sent valorisé et soutenu dans son développement personnel. Pour les 7 à 17 ans. Possibilité de créer des équipes adultes (récréatifs), infos à venir!

Informations et tarifs :

- Dates : début dans la semaine du 2 septembre 2026
- Lieu : Terrain de soccer (440 rue Bernard, en arrière de la patinoire)
- Quand:
 - Mardi: pratique
 - Samedi ou dimanche: partie
- Inscription: www.nflflagmonteregie.com

ACTIVITÉS POUR ADULTES

CARDIO-BALLON

Facile d'utilisation et amusant, le « ballon suisse » permet de réaliser des exercices particulièrement bénéfiques pour le corps. Ce cours est adapté aux débutants comme aux experts.

- Dates : Le lundi à partir du 14 septembre
- Heure : 19 h à 20 h
- Lieu : Gymnase de l'école
- Tarif : 120 \$ + taxes pour 13 séances

MISE EN FORME

Ce cours vise l'amélioration de la santé cardio-vasculaire et le développement d'un bon tonus musculaire. La condition physique générale des participants s'améliore grâce à l'alternance et la variété des exercices.

- Dates : Le mercredi à partir du 16 septembre
- Heure : 19 h à 20 h
- Lieu : Pavillon des loisirs
- Tarif : 120 \$ + taxes pour 13 séances

ZUMBA

Il y a plusieurs façons de se remettre en forme, il y en a juste des plus plaisantes que d'autres! Mise en forme complète dans une ambiance festive avec des rythmes envoutants. Plaisir garanti! Pour plus d'informations et inscriptions, contactez Geneviève Zumba par courriel zumbagen@yahoo.ca, ou au 450 522-7939.

- Dates : Le lundi à partir du 21 septembre
- Heure : 19 h 30 à 20 h 30
- Lieu : Pavillon des loisirs
- Tarif : 130 \$ pour 12 semaines

ACTIVITÉS POUR ADULTES

YOGA 50 ANS ET + (en partenariat avec le club de la FADOQ)

Un cours accessible à tous, idéal pour se détendre et relâcher les tensions. Les mouvements sont lents et fluides, accompagnés d'exercices de respiration et d'étirements doux. Parfait pour améliorer la souplesse, apaiser l'esprit et cultiver un bien-être global, que vous soyez débutant ou souhaitiez simplement pratiquer en douceur.

- Dates : Le jeudi à partir du 1er octobre
- Heure : 9 h à 10 h
- Lieu : Pavillon des loisirs
- Tarif : 115 \$ + taxes pour 11 séances

PICKLEBALL LIBRE (16 ans et +)

Aucune réservation de terrain. Premier arrivé, premier servi. Activité encadrée par un bénévole.

Nous vous invitons à suivre la page Facebook de la municipalité pour connaître l'horaire exact.

- Dates : Mercredi et vendredi - Horaire à déterminer
- Heure : 19 h à 21 h
- Lieu : Gymnase de l'École Saint-Alexandre
- Tarif : GRATUIT

BADMINTON LIBRE (16 ans et +)

Aucune réservation de terrain. Premier arrivé, premier servi. Activité encadrée par un bénévole.

Nous vous invitons à suivre la page Facebook de la municipalité pour connaître l'horaire exact.

- Dates : Mardi - Horaire à déterminer
- Heure : 19 h 30 à 21 h 30
- Lieu : Gymnase de l'École Saint-Alexandre
- Tarif : GRATUIT

ACTIVITÉS POUR ADULTES

YOGA - Vinyassa Flow

Un cours dynamique et fluide où chaque mouvement est synchronisé avec la respiration. Inspiré des principes de l'Ashtanga, ce Vinyasa Flow met l'accent sur l'alignement, la technique et la qualité du mouvement, dans une pratique créative et évolutive. Les séquences progressives développent la force, la mobilité, l'équilibre et la stabilité, tandis que le maintien des postures permet d'approfondir l'alignement et la conscience du corps. Des options sont offertes afin que chacun puisse évoluer à son rythme. Une pratique énergisante, accessible et consciente, idéale pour celles et ceux qui souhaitent bouger avec précision plutôt que simplement enchaîner les postures.

Enseignante de yoga passionnée, je cumule plus de 30 ans d'expérience dans le domaine de l'activité physique. Formée en yoga (300 heures), j'enseigne un yoga dynamique inspiré de l'Ashtanga et de l'Iyengar, où la respiration, l'alignement et la qualité du mouvement sont au cœur de la pratique. Mon objectif est d'offrir des cours accessibles et stimulants, permettant à chacun de progresser à son rythme dans une ambiance accueillante et bienveillante.

- Dates : Le lundi dès le 14 septembre
- Heure : 17 h 45 à 16 h 45
- Lieu : Pavillon des loisirs
- Tarif : 115 + taxes

CLUB DE LECTURE - NOUVEAUTÉ



Venez partager vos coups de cœur, découvrir de nouvelles histoires et échanger avec d'autres passionnés de lecture dans une ambiance conviviale. Que vous soyez grand lecteur ou simplement curieux, vous êtes les bienvenus!

- Dates : Le jeudi à partir du 24 septembre
- Thématique de la première rencontre : livre coup de cœur
- Heure : 18 h 30
- Lieu : Bibliothèque municipale
- Tarif : GRATUIT

ACTIVITÉS POUR TOUS

DANSE COUNTRY AVEC D.B. COUNTRY POP

Envie d'apprendre à danser le country dans une ambiance conviviale?

Chez D.B Country Pop, nos cours sont ouverts à tous, du débutant au danseur expérimenté. Que ce soit pour le plaisir, pour rencontrer de nouvelles personnes ou pour vous préparer aux soirées de danse, nos professeurs passionnés vous accompagneront à chaque étape. Venez découvrir une ambiance chaleureuse, apprendre de nouvelles chorégraphies et partager votre passion avec une belle communauté de danseurs. N'attendez plus, joignez-vous à la grande famille de D.B Country Pop et laissez la musique vous faire danser!

- Dates : Le mardi à partir du 15 septembre
- Heure :
 - Débutant: 19 h à 20 h
 - Novice: 20 h à 21 h
- Lieu : Pavillon des loisirs
- Inscription: www.dbcountrypop.com

ACTIVITÉS À VENIR

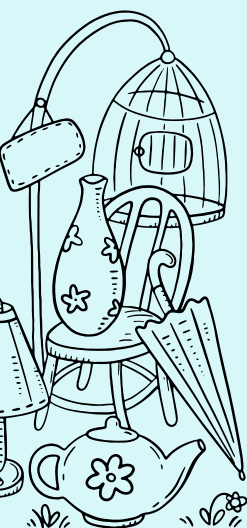
À L'ÉTÉ 2026, LES

VENTES- DÉBARRAS

SONT AUTORISÉES LES

22 - 23 AOÛT

EN CAS DE FORTE PLUIE OU DE FORCE MAJEURE,
ELLES PEUVENT ÊTRE REPORTÉES À LA FIN DE SEMAINE SUIVANTE.



Pique-niques culturels 2026

26 août

16 septembre



À 19 h sur le perron de l'église

UNE PRÉSENTATION DE

GROSSE
PLANIF

ET



★ APRÈS-MIDI ★ DANSANTE

*Venez danser, vous amuser
et partager un bon moment !*



ENTRÉE GRATUITE !



**DIMANCHE
6 SEPTEMBRE**



14 H À 17 H



SURFACE MULTIFONCTIONNELLE
440 rue Bernard,
Saint-Alexandre, JOJ 1S0

*Musique country
★
Ambiance conviviale*





Club de lecture - Nouveauté

24 septembre, 18 h 30

Thématique : lecture coup de cœur

Bibliothèque municipale (501 rue Saint-Denis, porte 3)



**Les journées
de la culture** à la

en collaboration avec



Municipalité de
Saint-Alexandre



26 SEPTEMBRE 2026
DE 10 H 30 À 11 H 30

**Spectacle de marionnettes en castelet,
basé sur le conte « Le Lapin et la Tortue »**

Pour plus d'informations, visitez

www.saint-alexandre.ca/evenements/

JOYAUX DU CIEL

Samedi 3 octobre, 19 h 30

Surface multifonctionnelle (440, rue Bernard)



**Activité-conférence et observation d'étoiles
(si la température le permet)**

Une présentation de



D'HUMOUR

Samedi 7 novembre

Pavillon des loisirs (440, rue Bernard)

Début de la vente de billets : 1er octobre sur Amilia



Dave Morgan, Rachelle Elie et Alex Hamel

Collecte de sang

MARDI 24 NOVEMBRE

13 H 30 À 19 H 30

Pavillon des loisirs

organisée par la



Inscrivez-vous au compte de taxes en ligne!



Voilà!



Rendez-vous au
saint-alexandre.appvoila.com



DES TRAVAUX PRÉVUS CET AUTOMNE ?

N'oubliez pas de demander votre permis!

Un délai de 30 jours peut être nécessaire pour l'émission d'un permis. Demandez le vôtre dès maintenant.

Il est valide pour une durée d'un an!