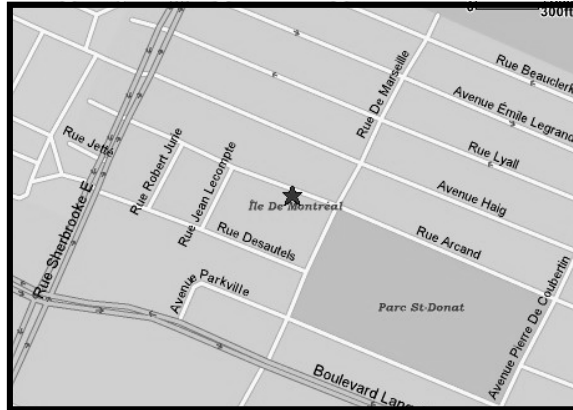


3100, rue Arcand
Montréal
(Québec)
H1N 3C7



Modalités :

- Tous les coûts indiqués incluent 5.00 \$ de redevance à la Ville de Montréal pour les inscriptions adultes;
- Toutes les activités sont payables lors de l'inscription en argent comptant ou par chèque à l'ordre du C.R.C. St-Donat (par carte de crédit si inscrit par internet).
- Une activité peut être annulée lorsque le nombre de personnes inscrites regroupées est insuffisant; Dans ce cas les frais seront entièrement remboursés;
- Toute personne qui ne peut plus participer à une activité à laquelle elle s'est inscrite, ne pourra obtenir un remboursement complet. Des frais d'administration et de participation seront retenus suivant la politique de remboursement (**consulter notre site internet pour obtenir des informations sur notre politique de remboursement: www.crcstdonat.org sous la catégorie « Inscription »**);
- Aucune demande de remboursement ne sera acceptée après le 29 janvier 2010;
- Priorité aux résidents montréalais le 6 janvier 2010.

TOUTES LES ACTIVITÉS
DÉBUTERONT DANS LA
SEMAINE DU 18 JANVIER 2010

ET SERONT D'UNE
DURÉE DE DOUZE (12) SEMAINES, SAUF SI INDICATION
CONTRAIRE.

CENTRE RÉCRÉATIF ET COMMUNAUTAIRE
(C.R.C) ST-DONAT

*Inscriptions sur place
les 6 et 7 janvier 2010
de 18h00 à 21h00*

NOUVEAUTÉ
Inscription en ligne!!!
(www.crcstdonat.org)

Rester au chaud dans le confort de votre foyer et évitez le temps d'attente!!

Le service en ligne sera disponible 24h/24h à compter du 6 janvier 2010 dès 9h00 et ce, tout le mois de janvier!!

Vos amis peuvent vous aider lors de votre inscription (si vous n'avez pas de carte de crédit)

Allez!!! Essayez!! Vous serez emballés par notre nouvelle procédure!!

Téléphone : (514) 253-8913

Télécopieur : (514) 251-4606

Courriel : crcstdonat@bellnet.ca

Site Internet : www.crcstdonat.org

PROGRAMMATION
HIVER 2010

ACTIVITÉS	NIVEAU	HORAIRE	COÛT
GOLF	Débutant	Mardi 9h30-10h30	125\$
GOLF	intermédiaire	Mardi 10h30-11h45	125\$
GROUILLE OU ROUILLE NOUVEAU!!	Débutant	Lundi 9h30-10h30	75\$
GROUILLE OU ROUILLE NOUVEAU!!	Intermédiaire	Mercredi 9h30-10h30	75\$
GYM TONIQUE NOUVEAU!!	Débutant	Lundi 10h30-11h30	75\$
GYM TONIQUE NOUVEAU!!	Intermédiaire	Mercredi 10h30-11h30	75\$
PEINTURE À L'HUILE	Multiniveau	Mardi 13h00-15h30	105\$

HEURE D'OUVERTURE

Lundi: 08h30-12h00 – 12h30-22h00
Mardi: 08h30-12h00 – 12h30-22h00
Mercredi: 08h30-12h00 – 12h30-22h00
Jeudi: 08h30-12h00 – 12h30-22h00
Vendredi: 08h30-12h00 – 12h30-21h00
Samedi: Fermé
Dimanche: Fermé

Exposition annuelle de peinture

Cette année, plus d'une trentaine de participants du cours de peinture du C.R.C. St-Donat présentent leurs toiles.

L'exposition se déroulera les 15 et 16 avril 2010, de 9h00 à 21h00 au 3100, rue Arcand.
L'entrée est gratuite pour tous.



ACTIVITÉS	NIVEAU	HORAIRE	COÛT	ACTIVITÉS	NIVEAU	HORAIRE	COÛT
ANGLAIS 9-12 ans	Débutant	Mercredi 17h45-18h45	40\$	HOCKEY COSOM 6-9 ans NOUVEAU!!	Multi niveau	Mercredi 16h30-17h30	30\$
BADMINTON FAMILIAL 9 ans + 1 enfant de moins de 17 ans par terrain	Pratique libre, 4 pers. par terrain (en double).	Lundi 19h00-20h30	35\$ Raquette et volant non fournis	HOCKEY COSOM 10-12 ans NOUVEAU!!	Multi niveau	Mercredi 17h30-18h30	30\$
BADMINTON 9-12 ans NOUVEAU!!	Pratique libre, 4 pers. par terrain (en double).	Samedi 9h00-10h30	30\$ Raquette et volant non fournis	KARATÉ 6-9 ans Frais. Supp pour. Costume, passeport et examen	Multi niveau	Mercredi 17h00-18h00	60\$
BADMINTON 13-15 ans	Pratique libre, 4 pers. par terrain (en double).	Samedi 10h30-12h00	30\$ Raquette et volant non fournis	KARATÉ 10-14 ans Frais. Supp pour. Costume, passeport et examen	Multi niveau	Mercredi 18h15-19h15	60\$
BALADI 13-17 ans	Débutant	Jeudi 16h00-17h15	50\$	KIN-BALL 13-17 NOUVEAU!!	Doit être au secondaire	Mardi 19h00-20h30	60\$
BASKET-BALL 9-12 ans NOUVEAU!!	Débutant	Samedi 15h00-16h30	30\$	SOCCER 3-5 ans	Débutant	Mardi 16h00-17h00 Mardi 18h00-19h00	30\$
BASKET-BALL 13-15 ans NOUVEAU!!	Débutant	Samedi 16h30-18h00	30\$	SOCCER 6-9 ans	Débutant	Mardi 17h00-18h00	30\$
ESCRIME 8-12 ans	Multi niveau	Vendredi 16h30-18h00	40\$ Matériels inclus	TENNIS 12-17 ans Raquette non fournie	Débutant	Jeudi 19h00-20h00 Jeudi 20h00-21h00	60\$
ESCRIME 13-17 ans	Multi niveau	Vendredi 18h00-19h30	40\$ Matériels inclus	TENNIS DE TABLE 9-12 ans NOUVEAU!!	Débutant	Samedi 12h00-13h30	30\$
GARDIENS AVERTIS 11 ans et + Certification incluse, matériel fourni	Initiation	Samedi 23 janvier 2010 8h30-16h30 Apporter un dîner froid et une poupée ou toutou grandeur bébé	50\$	TENNIS DE TABLE 13-15 ans NOUVEAU!!	Débutant	Samedi 13h30-15h00	30\$

ACTIVITÉS	NIVEAU	HORAIRE	COÛT	ACTIVITÉS	NIVEAU	HORAIRE	COÛT
AÉRO-BOXE NOUVEAU!!	Multiniveau	Jeudi 19h00-20h00	75\$	ESCRIME	Multiniveau	Vendredi 19h30-21h00	75\$ Matériels inclus
ANGLAIS	Déb/int	Lundi 19h00-21h00 <small>Doit avoir suivi un cours débutant</small>	90\$	ESPAGNOL	Débutant	Mardi 20h00-21h30	80\$
ANGLAIS Conversation	Intermédiaire	Mercredi 19h00-21h00	90\$	ESPAGNOL	Intermédiaire	Mardi 18h30-20h00	80\$
ANGLAIS	Débutant	Jeudi 19h00-21h00	90\$	FRANÇAIS Nouveaux arrivants		Mercredi 19h00-21h00	90\$
BADMINTON NOUVEAU!!	Pratique libre	Mardi 19h00-20h30	60\$	GOLF	Débutant	Lundi 19h00-20h00	125\$
BADMINTON NOUVEAU!!	Pratique libre	Mardi 20h30-22h00	60\$	GOLF	intermédiaire	Lundi 20h15-21h15	125\$
BADMINTON	Pratique libre	Mercredi 20h30-22h00	60\$	HOCKEY COSOM	Pratique libre Équipe de 10 pers. obligatoire	Lundi 20h30-22h00 Mercredi 20h30-22h00 Jeudi 20h30-22h00	50\$/ personne
BADMINTON	Pratique libre	Lundi 20h30-22h00	60\$	KIN-BALL NOUVEAU!!	Multiniveau	Mardi 20h30-22h00	70\$
BADMINTON	Pratique libre	Jeudi 19h00-20h30 Jeudi 20h30-22h00	60\$	MASSAGE Suédois	Débutant	Jeudi 19h00-21h00	90\$
BALADI	Débutant 1.1	Jeudi 20h30-21h45	70\$	MASSAGE Thaïlandais	Débutant	Lundi 19h00-21h00	90\$
BALADI	Débutant 2.1	Jeudi 17h45-19h00	70\$	PEINTURE À L'HUILE	Multi niveau	Lundi ou mercredi 19h00-21h30	105\$
BALADI	Intermédiaire 1.1	Jeudi 19h00-20h30	80\$	PILATES	Débutant	Mercredi 18h30-19h30 OU Mercredi 19h45-20h45	75\$
COUTURE	Débutant	Jeudi 19h00-21h00	85\$	POWER YOGA	Multi niveau	Mardi 19h30-21h00	85\$
CRÉATION DE BIJOUX	Débutant	Lundi 19h00-20h30	125\$ Matériels inclus	SOCCER	Pratique libre Équipe de 10 pers. obligatoire	Mardi 20h30-22h00	50\$/ personne
CUISINE SANTÉ	Multiniveau	Mardi 19h00-21h30	105\$	TAI-CHI Début 26 janvier	Débutant	Mardi 20h00-21h30	75\$
DANSE AÉROBIQUE	Débutant	Lundi et ou mercredi 19h30-20h30	75\$/1 soir 115\$/2 soirs	TAI-CHI Début 26 janvier	Avancé	Mardi 18h30-20h00	75\$
DANSE SOCIALE NOUVEAU!!	Débutant	Mercredi 18h45-20h15	150\$/ couple	TENNIS	Débutant	Mercredi 19h00-20h30	105\$
DANSE SOCIALE	8e année argent	Mercredi 20h15-21h45	150\$/ couple	YOGA	Multi niveau	Mardi 18h00-19h30	85\$

