

7 villes réunies pour **plus**

d'activités culturelles!

Une sélection de cours et d'ateliers pour adultes vous est proposée **au prix des résidents des sept villes.**

Consultez le site Internet des villes pour plus d'informations :

Ateliers pour adultes – entente intermunicipale – automne 2024	
Blainville 450 434-5275 www.blainville.ca	Photographie
	Terre cuite
Boisbriand 450 437-2727 www.ville.boisbriand.qc.ca	Cardio 50+
	Danse country en ligne
	Powercross
	Céramique
	Zumba et zumba 50+
	Pilates
	Yoga flow doux, hatha flow et pour tous
Bois-des-Filion 450 621-1460 www.villebdf.ca	Cardio 50+
	Danse country
	Abdos-fesses-cuisses
	Atelier culinaire - gâteau d'Halloween
	Atelier d'écriture
	Yoga dynamique et extra détente
	Zumba
Lorraine 450 621-8550 www.ville.lorraine.qc.ca	Atelier de création littéraire
	Espagnol
	Entraînement barre sur chaise
	Atelier de savon artisanal
	Qi Gong
	Soirée apéro créatif 18+
	Aquarelle
	Yoga
	Zumba fitness
Sainte-Anne-des-Plaines 450 478-0211 www.villesadp.ca	Anglais
	Atelier culinaire – gâteau d'Halloween
	Atelier culinaire – gâteau de Noël
	Danse country
	Espagnol voyage
	Atelier de savon artisanal
	Conditionnement physique 50+
	Zumba
Sainte-Thérèse 450 434-1440 www.sainte-therese.ca	Anglais et anglais conversation
	Dessin création
	Dessin modèle vivant
	Espagnol
	Atelier culinaire – sushis
	Atelier culinaire – Halloween
	Atelier culinaire – Noël
	Peinture huile et acrylique
	Atelier de savon artisanal
	Cardio HIIT express midi 40 minutes
	Circuit nature 50+
	Circuit d'entraînement
	Croquis urbain
	Danse cardio, et cardio musculation
	Danse hip-hop et jazz
	Essentrics – renforcement
	Français perfectionnement
	Étirements et relaxation
	Peinture création intuitive
	Pilates
	Piyoga
	Tricot - crochet
Yoga hatha et yoga 50+	