

INFORMATION COVID-19

DE PRÉFÉRENCE, VEUILLEZ VOUS INSCRIRE EN LIGNE POUR LES ACTIVITÉS

- DANS NOS LOCAUX, RESPECTEZ EN TOUT TEMPS LES DISTANCES DE DEUX MÈTRES
- LAVEZ VOS MAINS EN ENTRANT DANS LA BÂTISSE, À L'ENTRÉE DES LOCAUX ET EN SORTANT DES LOCAUX
- DONNEZ SON NOM À LA RÉCEPTION
- TOUTES LES PERSONNES ÂGÉES DE 10 ANS ET PLUS DOIVENT PORTER UN MASQUE LORS DE LEURS DÉPLACEMENTS
- UNE FOIS ASSIS À VOTRE ACTIVITÉ, VOUS POUVEZ ÔTER VOTRE MASQUE
- POUR TOUTES LES ACTIVITÉS, VOUS POUVEZ ÔTER VOTRE MASQUE, MAIS TOUJOURS EN RESPECTANT LA DISTANCIATION DE DEUX MÈTRES. DÈS QUE VOUS SORTEZ DE L'ACTIVITÉ VOUS DEVEZ REMETTRE VOTRE MASQUE
- SOYEZ PATIENT ET RESPECTUEUX,
- SI VOUS DÉSIREZ VOUS INSCRIRE EN PERSONNE, PRENEZ UN RENDEZ-VOUS



LOCATION D'ESPACE POUR VOS ACTIVITÉS



Aux Loisirs communautaires Saint-Michel (LCSM), il est possible de louer des salles et des gymnases pour vos activités.
Pour de l'information sur les tarifs, consultez notre site web : lcsm.qc.ca

OÙ S'INSCRIRE ?

À LA MAISON DU CITOYEN
7501, rue François-Perrault
Montréal QC H2A 1M1



LIEU ACCESSIBLE

QUAND S'INSCRIRE ?

MEMBRES: DÈS LE 24 AOÛT
NON-MEMBRES : DÈS LE 1^{er} SEPTEMBRE
LUNDI AU VENDREDI
ENTRE 10H ET 18H

MODE DE PAIEMENT DOCUMENT(S) REQUIS

EN LIGNE :
lcsm.qc.ca/inscription-en-ligne

CARTE D'ASSURANCE-MALADIE

OU SUR PLACE : COMPTANT,
DÉBIT, CRÉDIT, CHÈQUE,

LCSM se réserve le droit d'annuler ou de modifier les activités au programme dans le cas où le nombre d'inscription serait insuffisant.

MEMBERSHIP (OBLIGATOIRE) COÛT: 10\$

Le membership est obligatoire pour participer aux différentes activités du centre. Elle est valide du 1^{er} janvier au 31 décembre de l'année en cours.

ATELIER DE VÉLO VÉLORUTIONNAIRE

Pour de l'information sur les horaires et les tarifs, consultez notre site web.

INFORMATION

514 729-8467 • 514 872-3498 • LCSM.QC.CA

LCSM@LCSM.QC.CA • /CLCSM • /LOISIRSSTMICHEL

Canada

Québec

En partenariat avec

Villeray
Saint-Michel
Parc-Extension
Montréal



LOISIRS COMMUNAUTAIRES SAINT-MICHEL



PROGRAMMATION AUTOMNE 2020

ESPACE RÉSERVÉ - IMPRIMEUR

4-14 ANS ACTIVITÉS ENFANTS

SESSION DE 12 SEMAINES DÉBUTANT LE 21 SEPTEMBRE 2020

ANGLAIS	6-7 ANS	SAM.	9 H - 10 H	70 \$
	8-9 ANS	SAM.	10 H - 11 H	70 \$
ANGLAIS 10-12 ANS	NIVEAU 1	SAM.	11 H - 12 H	70 \$
	NIVEAU 2	SAM.	12 H 30 - 13 H 30	70 \$
ARABE 7-12 ANS		SAM.	10 H - 11 H	70 \$
BALLET I 8-12 ANS		JEU.	17 H 30 - 18 H 30	70 \$
BANDE DESSINÉE 8-14 ANS		SAM.	10 H 30 - 11 H 30	80 \$
DANSE AFRO-FUSION 8-12 ANS		SAM.	10 H - 11 H	70 \$
DANSE CRÉATIVE 4-6 ANS		MAR.	17 H 30 - 18 H 30	70 \$
DANSE HIP-HOP 8-14 ANS		SAM.	11 H - 12 H	70 \$
DANSE THÉÂTRE 7-12 ANS		SAM.	15 h - 16 h 30	70 \$
DESSIN MANGA 8-14 ANS		SAM.	9 H - 10 H	80 \$
PEINTURE ET DESSIN	5-7 ANS	SAM.	13 H - 14 H	80 \$
	8-12 ANS	SAM.	14 H 30 - 16 H	95 \$
PRÉ-BALLET (DANSE) 6-7 ANS		MER.	17 H 30 - 18 H 30	70 \$
BADMINTON 8-14 ANS		VEN.	18 H - 19 H	70 \$
CHEELEDING 7-12 ANS		SAM.	13 H - 14 H 30	80 \$
HOCKEY COSOM 8-14 ANS		DIM.	14 H - 15 H	70 \$
GYM-CIRQUE 6-12 ANS		SAM.	15 H - 16 H 30	85 \$
JUDO**	4-7 ANS	MER. ET SAM.	18 H - 19 H 15	130 \$
			9 H - 10 H 15	
8-12 ANS	MER. ET SAM.	19 H 45 - 21 H	130 \$	
		10 H 45 - 12 H		
MINI-TENNIS 8-12 ANS		SAM.	13 H - 14 H 30	80 \$
PSYCHOMOTRICITÉ / KARIBOU 0-4 ANS		DIM.	9 H - 10 H	GRATUIT
SOCCER RECRÉATIF	4-5 ANS	SAM.	9 H - 10 H	70 \$
	6-7 ANS	SAM.	10 H - 11 H	70 \$
	8-9 ANS	SAM.	11 H - 12 H	70 \$
	4-5 ANS	DIM.	13 H - 14 H	70 \$
	6-7 ANS	DIM.	14 H - 15 H 30	85 \$
	8-9 ANS	DIM.	15 H 30 - 17 H	85 \$
TCHOUKBALL 8-14 ANS		SAM.	13 H - 14 H	70 \$

MAISON DU CITOYEN ... LCSM

13 ANS + ACTIVITÉS ADO·ADULTES·AINÉS

SESSION DE 12 SEMAINES DÉBUTANT LE 21 SEPTEMBRE 2020

ANGLAIS ADO 13-17 ANS		MER.	16 H 30 - 17 H 45	75 \$
ARABE 13-17 ANS		SAM.	11 H 15 - 12 H 45	75 \$
COIFFURE POUR ADO 13-17 ANS		JEU.	18 H - 20 H	80 \$
DANSE AFRO-FUSION 13-17 ANS		VEN.	18 H - 20 H	85 \$
MAQUILLAGE ARTISTIQUE 13-17 ANS		VEN.	18 H - 20 H	85 \$
ANGLAIS 16 ANS +	DÉBUTANT	MER.	18 H 30 - 19 H 30	85 \$
	AVANCÉ	MER.	19 H 30 - 20 H 45	85 \$
BALLET CLASSIQUE 16 ANS +		MER.	18 H 40 - 20 H 15	80 \$
BALLET CLASSIQUE ET POINTE 16 ANS +		JEU.	18 H 40 - 20 H 45	85 \$
ÉTIREMENTS 18 ANS +		DIM.	10 H - 11 H	70 \$
ESPAGNOL I 16 ANS +		VEN.	18 H - 19 H 30	85 \$
PEINTURE ATELIER LIBRE (MATÉRIEL NON INCLUS) 18 ANS +		LUN.	18 H 30 - 21 H	175 \$
PILATES 16 ANS +		MAR.	18 H 40 - 20 H 15	85 \$
TAI-CHI	DÉBUTANT 16 ANS +	MER.	13 H - 14 H 30	85 \$
	AVANCÉ 16 ANS +	MER.	14 H 30 - 16 H	85 \$
	LIBRE 50 ANS +	LUN.	13 H 20 - 14 H 50	GRATUIT
YOGA (HATHA) 16 ANS +		LUN.	19 H - 20 H 30	85 \$
		JEU.	18 H 30 - 20 H	85 \$
ZUMBA 16 ANS +		MER.	18 H - 19 H	75 \$
BADMINTON LIBRE 13-17 ANS		SAM.	9 H 30 - 10 H 30	75 \$
BADMINTON LIBRE 13-17 ANS		VEN.	18 H - 19 H	50 \$
		JEU.	18 H - 19 H	GRATUIT
CARDIO DRIBBLE ET LANCER FRANC 13-17 ANS			19 H 30 - 20 H 30	
		JEU.		GRATUIT
CARDIO MILLITAIRE 16 ANS +		MAR.	18 H 30 - 19 H 30	70 \$
		SAM.	14 H 30 - 15 H 30	70 \$
		DIM.	16 H - 17 H	70 \$
CONDITIONNEMENT PHYSIQUE 16 ANS +		SAM.	11 H 30 - 12 H 30	70 \$
		DIM.	9 H - 10 H	70 \$
HANDBALL 16 ANS +			9 H - 10 H	70 \$
		DIM.	10 H 30 - 11 H 30	70 \$
HOCKEY COSOM LIBRE 16 ANS +		MER.	18 H - 19 H	50 \$
			19 H 30 - 20 H 30	50 \$
SPIKEBALL 16 ANS +		SAM.	15 H 30 - 17 H	60 \$
		DIM.	12 H - 13 H 30	60 \$
TRAMPOLINE 16 ANS +		LUN.	20 H - 21 H	75 \$
		SAM.	16 H - 17 H	75 \$
		DIM.	10 H 30 - 11 H 30	75 \$

MAISON DU CITOYEN ... LCSM

ÉCOLE JFK

6 ANS + ACTIVITÉS POUR TOUS

SESSION DE 12 SEMAINES DÉBUTANT LE 21 SEPTEMBRE 2020

PING-PONG LIBRE 12 ANS +	DIM.		9 H - 10 H	50 \$	MAISON DU CITOYEN ... LCSM
			10 H - 11 H	50 \$	
BADMINTON LIBRE 12 ANS +	VEN.		18 H - 19 H	50 \$	ÉCOLE JFK
			19 H - 20 H	50 \$	
			20 H - 21 H	50 \$	
KARATÉ SHOTOKAN** 6 ANS +	CEINTURE BLANCHE	LUN. ET MER.	18 H 30 - 19 H 30	130 \$	ÉCOLE JFK
	CEINTURE JAUNE +	LUN. ET MER.	19 H 30 - 20 H 30	130 \$	
TAEKWONDO WTF** 8 ANS +	CEINTURES BLANCHE ET JAUNE	MAR. ET JEU.	18 H - 19 H	130 \$	ÉCOLE JFK
	CEINTURE VERTE +	MAR. ET JEU.	19 H - 20 H 30	140 \$	

** LES COÛTS D'AFFILIATION SONT INTÉGRÉS AU PRIX DE L'ACTIVITÉ.

6 ANS + MUSIQUE COURS PRIVÉS

SESSION DE 12 SEMAINES DÉBUTANT LE 21 SEPTEMBRE 2020

BATTERIE	LUN.	ENTRE 17 H 30 ET 21 H	LES TARIFS CI-DESSOUS S'APPLIQUENT À TOUS LES COURS DE MUSIQUE PRIVÉS :
	VEN.	ENTRE 15 H ET 21 H	
CHANT	MAR. MER. JEU.	ENTRE 15 H ET 21 H	200 \$ / 30 MIN. 240 \$ / 45 MIN. 300 \$ / 60 MIN.
	SAM.	ENTRE 11 H ET 16 H 45	
GUIWARE	MAR. JEU. VEN.	ENTRE 15 H ET 21 H	200 \$ / 30 MIN. 240 \$ / 45 MIN. 300 \$ / 60 MIN.
PIANO	LUN. AU VEN.	ENTRE 15 H ET 21 H	
	SAM	ENTRE 9 H 30 ET 16 H 45	
		DIM	