

NOUVEAUTÉS À VENIR

Nous vous préparons plusieurs nouveautés. Vérifier notre site web pour connaître le coût et l'horaire de ces cours! Voici un petit aperçu des activités en développement...

- Activités artistiques, culturelles et sociocommunautaires
- Activités adaptées
- Et plus encore !

Et n'oubliez pas, notre programmation d'ateliers ponctuels se poursuit. Consulter notre calendrier ou notre Facebook pour connaître les dates des ateliers!

** ACUPUNCTURE SOCIALE **

En collaboration avec deux acupunctrices certifiées – Marie-Soleil Lalonde et Julie Gazard – le SLAB offre un espace thérapeutique permettant l'accès à des traitements d'acupuncture abordables afin de favoriser une fréquence de soins optimale. Ce service, sur rendez-vous seulement, est offert deux fois par semaine :

Mardi 13h30 à 17h30
Jeudi 9h30 à 13h30

** BOUGE TON PÈRE **

En collaboration avec l'organisme CooPÈRE, le SLAB offre une activité mensuelle de loisir père/enfant de moins de 2 ans.

Dans une ambiance conviviale, venez essayer différentes activités, accessibles aux bébés en porte-bébé et à ceux qui se tiennent sur leurs jambes. Idéal pour développer sa relation tout en s'amusant!

Visiter la section Communauté de notre site web pour tous les détails et l'horaire des activités à venir.

POUR CONNAÎTRE LES DATES DE DÉBUT DES COURS, CONSULTEZ NOTRE SITE INTERNET.

Advenant que les prix diffèrent entre le module d'inscription et le dépliant, le module d'inscription prime. Il s'agit de la dernière information mise à jour.

Les rabais s'appliquent uniquement durant la période d'inscription. Après la période d'inscription, il n'y aura plus de rabais et des frais de retard de \$5 s'appliqueront.

Tous les prix inscrits sont pour un cours (d'une durée variant entre 6 et 8 semaines).

Les rabais pour les ménages à faible revenu continuent de s'appliquer sous présentation d'une preuve gouvernementale. Renseignez-vous auprès de l'organisme pour savoir si vous êtes admissibles.

NOUS OFFRONS ÉGALEMENT LA POSSIBILITÉ DE SUIVRE LES ACTIVITÉS DE FAÇON PONCTUELLE. RENSEIGNEZ-VOUS SUR NOS COURS À LA CARTE



CAMP DE JOUR

Été 2024 (8 semaines du 25 juin au 16 août 2024)

- Inscription : 15 au 21 avril
- Nouvel Horaire du camp : 8h30 à 16h30
- L'inscription au service de garde n'est pas automatique, vous devez vous y inscrire

SLAB

Centre Gabrielle-et-Marcel-Lapalme - GML

5350, rue Lafond, 2e étage
Montréal, Qc H1X 2X2

Centre Étienne-Desmarteau - CED

3430, rue Bellechasse, 2e étage
Montréal, Qc H1X 2Y6

Collège Jean-Eudes - CJE

Pavillon des arts-et-des-sports
rue Bellechasse et 15e avenue, H1X 2Y6 (entrée au coin de la rue Bellechasse et de la 15e avenue)

Parc Lafond

3330 Avenue Laurier E

514-903-7522

slabrosemont.org

@slabrosemont

#slabrosemont



En partenariat avec

Rosemont
La Petite-Patrie

Montréal



50 ans
avec
vous!

SLAB

PROGRAMMATION PRINTEMPS 2024

Inscription du

25 au 31 mars 2024

DÉBUT DE LA SESSION : Lundi 22 avril 2024*

* Consulter notre site web pour les exceptions

514-903-7522

Au SLAB, on vous offre les mêmes prix qu'en 2019, sans inflation !

EN PLUS

50%

sur vos 2^{ème}, 3^{ème} et 4^{ème} inscriptions
(pour la même personne)

Pour nous, le loisir ne devrait jamais être un luxe, c'est un droit! Mordez, à pleine dents, dans vos loisirs!

Service des loisirs Angus- Bourbonnière

Mordez dans vos loisirs.

PROGRAMMATION PRINTEMPS 2024

ENFANTS

Anglais par le jeu 6-8 ans – GML Sam 9h	50\$
Anglais par le jeu 9-12ans – GML Sam 10h	50\$
Athlétisme 6-8 ans – GML Dim 9h	30\$
Athlétisme 9-12 ans – GML Dim 10h	30\$
Badminton 5-7 ans - Déb – CED Dim 13h	50\$
Badminton 8-10 ans inter-avancé – CED Dim 14h15	50\$
Badminton 11-14 inter-avancé – CED Dim 15h30	50\$
Badminton 8-10 ans - Déb – CED Lun 18h15	50\$
Badminton 11-14 ans – Déb – CED Lun 19h30	70\$
Basketball Fille 6-8 ans – GML Sam 14h	23,33\$
Basketball Fille 9-12 ans – GML Sam 13h	23,33\$
Basketball mixte 4-5 ans – GML Dim 11h30	23,33\$
Basketball mixte 6-8 ans – GML Ven/Sam 16h30/12h	23,33\$
Basketball mixte 9-12 ans – GML Ven/Sam 17h30/15h	23,33\$
Boxe 5-8 ans – GML Dim 14h	63,33\$
Boxe 9-13 ans – GML Jeu 19h	63,33\$
Capoeira 8-12 ans – GML Ven 17h	63,33\$
Danse 3-4 ans Créative jazz – GML Mer 17h	56,67\$
Danse 3-4 ans Pré-Ballet – GML Sam 9h/9h45	56,67\$
Danse 4-5 ans Hip hop – GML Dim 8h30	56,67\$
Danse 5-7 ans Ballet niveau 1 – GML Sam 10h45	56,67\$
Danse 5-7 ans Multistyles – GML Dim 10h15	56,67\$
Danse 6-8 ans Hip Hop Déb – GML Dim 9h15	56,67\$
Danse 6-8 ans Breakdance – GML Jeu/Dim 17h/10h	66,67\$
Danse 7-12 ans Hip-hop débutant – GML Sam 12h	66,67\$
Danse 8-12 ans Hip-hop débutant – GML Jeu 18h	66,67\$
Danse 8-12 ans Moderne-Contemporaine – GML Mer 18h	66,67\$
Danse 9-12 ans Breakdance – GML Jeu 18h	66,67\$
Dessin 8-12 ans niveau 1– GML Mar 17h30	50\$
Dessin BD 8-12 ans – GML Jeu 17h30	50\$
Escrime 6-7 ans - Petits Mousquetaires – GML Lun 17h	60\$
Escrime 8-9 ans - Mousquetaires – GML Lun 17h45	85\$
Escrime 10-13 ans - Initiation – GML Mer 17h30	85\$
Escrime 9 + Club compétitif-récréatif – GML Lun/Mer 18h30	100\$
Hockey Cosom 8-10 ans – GML Lun 16h	20\$
Hockey Cosom 11-14 ans – GML Lun 17h	20\$
Jeux de société libre – GML Sam 11h30	2\$/enf.
Karaté 5-11 ans Avancé – GML Lun/Jeu 18h	63,33\$
Karaté 5-11 ans Débutant – GML Mar/Ven 18h	63,33\$
Karaté 5-11 ans intermédiaire– GML Mer 18h	63,33\$
Mini-Tennis 6-10 ans – CED Sam 11h30	35\$
Robotique 6-8 ans (suite automne) – GML Dim 9h	61,33\$
Robotique 9-14 ans (suite automne) – GML Dim 10h15	61,33\$
Soccer 4-5 ans - Initiation Récréatif – CED Dim 8h15/9h25	35\$
Soccer 6-7 ans - Récréatif - CED Dim 8h15/9h25	35\$
Soccer 8-10 ans - Récréatif – CED Dim 10h35	35\$
Soccer 11-12 ans- Récréatif – CED Dim 11h45	35\$
Théâtre 6-8 ans – GML Mer 17h	50\$
Théâtre 9-12 ans – GML Mer 18h	50\$
Tir à l'arc 10-14 ans - Avancé – GML Jeu 18h	53,33\$
Tir à l'arc 10-14 ans - Débutant – GML Mar 18h	53,33\$
Volleyball 8-10 ans Découverte – CED Mar 18h	30\$
Volleyball 12-14 ans Avancé – CED Mar 19h	30\$
Volleyball 14-16 ans – CED Mar 20h	30\$

PARENTS-ENFANTS

Badminton libre p/e – CED Sam 13h30	12,50\$
Bougeoite – GML Sam 8h30	2\$/enf.
Boxe 4 ans + p/e – GML Dim 15h	66,67\$
Danse 2-3 ans p/e Hip Hop – GML Sam 8h15/9h15	60\$
Danse 2-3 ans p/e – GML Dim 8h45	60\$
Danse 3-4 ans p/e – GML Dim 9h30	60\$
Éveil musical 2-3 ans p/e – GML Dim 10h	80\$
Éveil musical 3-4 ans p/e – GML Dim 10h45	80\$
Karaté adapté p/e 5-15 ans – GML Sam 13h	66,67\$
Karaté p/e 3 ans – GML Sam 8h15	66,67\$
Karaté p/e 4 ans – GML Sam 9h	66,67\$
Karaté p/e 5 ans – GML Sam 10h	66,67\$
Karaté p/e 6 ans + - GML Sam 11h	66,67\$
Mini-Tennis 4-5 ans p/e – CED Sam 9h30/10h30	37,50\$
Musique avec toi 6-30 mois p/e – GML Lun 16h15	80\$
Piano 4 ans + p/e débutant – GML Lun 17h15	80\$
Piano 4 ans + p/e suite HIVER – GML Lun 18h30	80\$
Ping pong p/e Libre – GML Sam/Dim 13h	20\$
Sports Libre – CED Sam 15h15	GRATUIT
Yoga famille – GML Dim 10h	66,67\$
Zumba parent-enfant – GML Sam 9h	60\$

ADOS, ADULTES ET AINÉS

Aérobic Abdos-fesses-cuisses – GML Lun 18h30	56,67\$
Aérobic Tonus + musculation – GML Lun 19h45	56,67\$
Badminton ados-Adultes déb. – CED Lun 21h	70\$
Badminton libre – GML Lun/Jeu/Ven 12h	12\$/Terrain
Badminton libre (1h30) – CJE Lun 19h30	50\$
Badminton libre (1h) – CJE Lun 21h	35\$
Badminton libre avancé – GML Ven 18h30	50\$
Badminton libre CED Lun 18h15/19h45/21h15	50\$
Badminton libre CED Mer 18h15/19h45/21h15	50\$
Badminton libre CED Ven 18h	50\$
Ballet Tonique – GML Lun / Mar 17h50 / 10h	56,67\$
BootCamp – GML Mer 18h	56,67\$
Boxe Ados-Adultes 15 ans + – GML Jeu/Dim 20h/16h	73,33\$
Broderie – GML Mar 18h	66,67\$
Capoeira Adultes GML Ven 18h15	73,33\$
Cardio-pop – GML Jeu 13h30	56,67\$
Cardio-Vélo avec Louis-Félix – GML Lun 18h/19h15	50\$
Cardio-Vélo avec Samuel – GML Mar/Jeu 10h	50\$
Cardio-Vélo avec Louis-Félix – GML Mar/Mer 19h30	50\$
Cardio-Vélo avec Aki – GML Jeu 18h/19h30	50\$
Cardio-Vélo avec Aki – GML Sam 10h	50\$
Cardio-Vélo libre – GML Dim 10h	10\$/séance
Conditionnement physique – CJE Lun/Mer 19h30	70\$
Couture intermédiaire – GML Mer 18h	66,67\$
Danse 13-17 ans Breakdance (Ados) – GML Dim 11h	66,67\$
Danse Baladi Débutant – GML Lun 19h35	66,67\$
Danse Baladi Avancé – GML Lun 18h30	66,67\$
Danse Contemporaine – GML Mer 19h15	83,33\$
Danse Latine mix adultes – GML Sam 13h15	66,67\$
Dessin de perfectionnement 1 Suite Hiver – GML Mar 13h	86,67\$
Dessin débutant – GML Ven 9h15	86,67\$
Dessin Avancé – GML Ven 13h	86,67\$
Dessin de perfectionnement 2 – GML Mer 13h	86,67\$
Écriture créative – GML Mer 16h30	80\$

Escrime 50 ans + – GML Lun 20h	85\$
Escrime Ado/Adulte – GML Mer 20h	85\$
Espagnol déb. – CJE Lun 20h	83,33\$
Espagnol inter. – CJE Mer 20h	83,33\$
Essentrics avec Annie – GML Lun 19h05	60\$
Essentrics 50+ avec Annie – GML Mar/Jeu 11h30/10h	70\$
Essentrics en douceur avec Annie – GML Ven 11h30	70\$
Essentrics avec Myriam – GML Mer 18h15/19h30	60\$
Essentrics avec Sylvie – GML Lun/Mar/Ven 12h/13h/10h30	70\$
Étirement et mobilisation – GML Ven 14h	70\$
Étiromax – GML Activité adaptée Mer 14h	60\$
HIIT - Entraînement par intervalle – CJE Lun 18h	70\$
Karaté Ados-Adultes Avancé – GML Lun/Jeu 19h	106,67\$
Karaté Ados-Adultes Débutant – GML Mar/Ven 19h	106,67\$
Karaté 50 ans + – GML Mer 10h	73,33\$
Méditation – GML Lun 11h15	50\$
Méditation – CJE Mar 19h30	66,67\$
Peinture à l'acrylique débutant – GML Jeu 9h	86,67\$
Peinture à l'acrylique perfectionnement – GML Jeu 12h30	86,67\$
Pickelball libre – CJE Mar 19h30	50\$
Pickelball libre – GML Ven 13h	50\$
Pilates avec Ève – GML Lun 17h/18h	70\$
Pilates avec Ève – GML Mar 10h/12h	70\$
Pilates avec Ève – GML Mer 17h/18h	70\$
Pilates avec Karen – GML Mar 17h30/18h30	70\$
Pilates avec Vanessa – GML Mar 19h45	70\$
Pilates 50 ans + Ève – GML Mar 11h	70\$
Pilates en douceur 50 ans + Sylvie – GML Lun/Mer 13h30/10h	70\$
Ping pong Libre – GML Mar/Ven 13h	20\$
Qi-gong Tous niveaux – GML Mer 14h15	70\$
Sambo Adultes – GML Sam 14h15	73,33\$
Strong Nation (bootcamp et HIIT) – CJE Mer 19h30	56,67\$
Tabata – GML Mer 19h	56,67\$
Tabata mix – GML Sam 11h15	56,67\$
Tai Chi débutant – GML Mer 13h	76,67\$
Tai Chi débutant – CJE Mer 18h30	76,67\$
Tai Chi intermédiaire (Style Yang) – CJE Mer 19h30	76,67\$
Tai Chi intermédiaire – GML Mer 11h45	76,67\$
Tir à l'arc Ados-Adultes – GML Mar/Jeu 19h	70\$
Tonus et raffermissement – GML Mar/Mer/Ven 11h30/12h	56,67\$
Tricot et crochet tous niveaux – GML Lun 15h/18h	40\$
Tricot et crochet tous niveaux – GML Mar/Mer 13h/15h15	40\$
Volleyball avancé – CED Jeu 19h30	100\$
Yoga 50 ans + déb. – GML Ven 10h	83,33\$
Yoga 50 ans + inter. – GML Ven 11h30	83,33\$
Yoga Aïnés sur chaise – GML Mar/Jeu 10h	66,67\$
Yoga Ashtanga – GML Lun 19h05	66,67\$
Yoga des Chakras – GML Jeu 19h45	83,33\$
Yoga doux et techniques de respiration – GML Lun 10h	50\$
Yoga Hatha déb. – GML Mar 18h	58,33\$
Yoga Hatha Flow et Nidra – GML Mar 20h	58,33\$
Yoga Hatha inter. – GML Mer 19h15	83,33\$
Yoga Hatha tous niveaux – GML Mar 18h15	83,33\$
Yoga pré-postnatal – GML Dim 11h	66,67\$
Yoga Vinyasa – GML Mar 19h	58,33\$
Yoga Yin – CJE Mar 18h30	66,67\$
Yoga Yin – GML Jeu 18h15	83,33\$
Zumba fitness avec Selma – GML Lun/Sam 18h/10h	56,67\$
Zumba Fitness avec Laura – CJE Lun 19h30	56,67\$
Zumba fitness avec Pascale – GML Mar 18h	56,67\$
Zumba fitness avec Marie-Hélène – GML Mer/Jeu 19h15	56,67\$
Zumba fitness avec Laura – GML Ven 9h30	56,67\$