



Printemps
2022

Activités virtuels

Cyberguide

Table des matières

Précolaire.....	2
Enfants.....	2
Ados.....	2
Adultes.....	2
Adultes 50+	3



[Installations](#)

[Mesures de sécurité](#)

Précolaire

Je dois danser

Ce cours permet aux enfants de découvrir divers styles de danse. Place à l'expression créative. Nécessite un appareil électronique personnel avec connexion Internet.

613-580-2424 poste 32047

4-6 ans	sam.	11 h 30-12 h 30
23 avr.-18 juin	67,50 \$	1613870

Enfants

Guitare – Niveau 1

Améliorez vos compétences à la guitare, alors que vous vous familiariserez avec les accords de base, ainsi qu'avec les techniques de battement et de pincement des cordes et que vous apprendrez à accorder votre instrument dans le cadre de ce cours destiné aux personnes de tous âges. Découvrez des séries de battements et des accompagnements rythmiques. Vous devrez posséder votre propre guitare, ainsi qu'un appareil électronique personnel branché à Internet.

613-580-2424 poste 32047

8-14 ans	jeu.	16 h-17 h
21 avr.-9 juin	118 \$	1614765

Guitare – Niveau 2

Après avoir maîtrisé les notions de base dans le cadre du cours Guitare niveau 1 ou d'un cours équivalent, vous pourrez vous attaquer à des notions plus avancées dans le cadre de ce cours destiné aux personnes de tous âges. Vous devrez posséder votre propre guitare, ainsi qu'un appareil électronique personnel branché à Internet.

613-580-2424 poste 32047

8-14 ans	jeu.	17 h 15-18 h 15
21 avr.-9 juin	118 \$	1614768

Karaté

Apprenez les bases du karaté, y compris le kata, l'autodéfense et la forme physique. Ce cours est destiné aux personnes de tous âges. Nécessite un appareil électronique personnel avec une connexion Internet.

Routhier – 613-244-4470

6-14 ans	mar.	19 h-20 h
Apr 19-Jun 7	\$67.50	1613320

Ados

Guitare – Niveau 1

Améliorez vos compétences à la guitare, alors que vous vous familiariserez avec les accords de base, ainsi qu'avec les techniques de battement et de pincement des cordes et que vous apprendrez à accorder votre instrument dans le cadre de ce cours destiné aux personnes de tous âges. Découvrez des séries de battements et des accompagnements rythmiques. Vous devrez posséder votre propre guitare, ainsi qu'un appareil électronique personnel branché à Internet.

613-580-2424 poste 32047

15-17 ans	jeu.	16 h-17 h
21 avr.-9 juin	133,25 \$	1614766

Guitare – Niveau 2

Après avoir maîtrisé les notions de base dans le cadre du cours Guitare niveau 1 ou d'un cours équivalent, vous pourrez vous attaquer à des notions plus avancées dans le cadre de ce cours destiné aux personnes de tous âges. Vous devrez posséder votre propre guitare, ainsi qu'un appareil électronique personnel branché à Internet.

613-580-2424 poste 32047

15-17 ans	jeu.	17 h 15-18 h 15
21 avr.-9 juin	133,25 \$	1614769

Karaté

Apprenez les bases du karaté, y compris le kata, l'autodéfense et la forme physique. Ce cours est destiné aux personnes de tous âges. Nécessite un appareil électronique personnel avec une connexion Internet.

Routhier – 613-244-4470

15-17 ans	mar.	19 h-20 h
Apr 19-Jun 7	\$76.25	1613321

Adultes

Guitare – Niveau 1

Améliorez vos compétences à la guitare, alors que vous vous familiariserez avec les accords de base, ainsi qu'avec les techniques de battement et de pincement des cordes et que vous apprendrez à accorder votre instrument dans le cadre de ce cours destiné aux personnes de tous âges. Découvrez des séries de battements et des accompagnements rythmiques. Vous devrez posséder votre propre guitare, ainsi qu'un appareil électronique personnel branché à Internet.

613-580-2424 poste 32047

18 ans+	jeu.	16 h-17 h
21 avr.-9 juin	133,25 \$	1614764

Guitare – Niveau 2

Après avoir maîtrisé les notions de base dans le cadre du cours Guitare niveau 1 ou d'un cours équivalent, vous pourrez vous attaquer à des notions plus avancées dans le cadre de ce cours destiné aux personnes de tous âges. Vous devrez posséder votre propre guitare, ainsi qu'un appareil électronique personnel branché à Internet.

613-580-2424 poste 32047

18 ans+	jeu.	17 h 15-18 h 15
21 avr.-9 juin	133,25 \$	1614767

Karaté

Apprenez les bases du karaté, y compris le kata, l'autodéfense et la forme physique. Ce cours est destiné aux personnes de tous âges. Nécessite un appareil électronique personnel avec une connexion Internet.

Routhier – 613-244-4470

18 ans+	mar.	19 h-20 h
Apr 19-Jun 7	\$76.25	1613309

Yoga

Exercices d'étirement visant à rendre le corps souple et qui améliorent la posture, la circulation et la souplesse, tonifient le corps et développent la prise de conscience intérieure. Nécessite un appareil électronique personnel avec connexion Internet.

613-580-2424 poste 32047

18 ans+	mar.	20 h-21 h
19 avr.-7 juin	67 \$	1613322

Adultes 50+

Jeu-questionnaire de l'après-midi

Joignez-vous à nous pour un événement social amusant au cours duquel nous explorons et célébrons une variété de thèmes et d'événements. Les activités comprennent des jeux-questionnaires, des jeux, de l'artisanat, des recettes et plus encore. Nécessite un appareil électronique personnel avec une connexion Internet.

613-580-2424 poste 32047

50+ ans	mer.	13 h 30-14 h 30
27 avr.-1 juin	0 \$	1613319

Pause-café – Série Socialisation

Nouez de nouvelles amitiés et ravivez-en d'anciennes en discutant sur Zoom de jardinage, de photographie, de cuisine, d'artisanat, de couture, de livres, de films, de musique, de sujets divers et bien plus encore. Connectez-vous et engagez des conversations, échangez des histoires animées, en plus de partager des souvenirs. Nécessite un appareil électronique personnel avec une connexion Internet.

613-580-2424 poste 32047

50+ ans	mer.	12 h 15-13 h 15
27 avr.-1 juin	0 \$	1613318