

SESSION

# HIVER 2024



PÉRIODE D'INSCRIPTION  
**9 AU 14 JANVIER**

Programmation des activités de loisir.

Loisirs récréatifs  
et communautaires de  
**Rosemont**



Rosemont  
La Petite-Patrie

**Montréal** 

 514 727-5727     [info@lrcr.qc.ca](mailto:info@lrcr.qc.ca)  
 [www.facebook.com/LCRCRosemont](https://www.facebook.com/LCRCRosemont)

[lrcr.qc.ca](http://lrcr.qc.ca)

PÉRIODE D'INSCRIPTION

# 9 AU 14 JANVIER 2024

Les activités débuteront dans la semaine  
du 29 janvier 2024 à moins d'indications contraires.

## INSCRIPTION EN LIGNE

Les inscriptions s'effectueront en ligne au [www.lrcr.qc.ca](http://www.lrcr.qc.ca)  
à compter du 9 janvier 2024 9 h, et ce, jusqu'au  
14 janvier 2024 23 h 59.

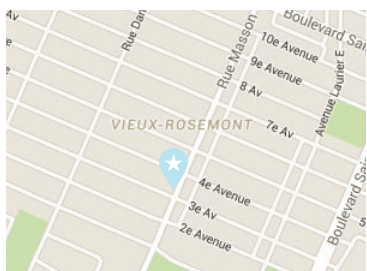
Mode de paiement par carte de crédit (Visa ou MasterCard).

Veillez prendre note que pour toute inscription, des frais  
d'administration de 6,00\$ par participant seront appliqués,  
en sus du coût total des activités auxquelles s'inscrit le  
participant pour la session en cours.

Soutien à la navigation en ligne disponible par téléphone  
au (514) 727-5727 lors des heures d'ouverture.

HEURES D'OUVERTURE  
**CENTRE MASSON**

2705 rue Masson  
Angle 3<sup>e</sup> Avenue



### HORAIRE

Lundi au vendredi	9 h à 21 h
Samedi et dimanche	9 h à 16 h

514 727-5727 | [info@lrcr.qc.ca](mailto:info@lrcr.qc.ca) | [www.lrcr.qc.ca](http://www.lrcr.qc.ca) | [www.facebook.com/LRCRosemont](https://www.facebook.com/LRCRosemont)

*En cas de disparité entre les informations apparaissant dans le programme des activités de sports et de loisirs de l'arrondissement et le présent dépliant, les informations indiquées dans la plateforme d'inscription doivent prévaloir.*

# SAINT-JEAN-DE-BRÉBEUF

2870, rue Dandurand Montréal QC H1Y 1T5



ACTIVITÉS ENFANTS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Multisports 6-8 ans	Vendredi 18 h 30 à 19 h 30	10 sem.	59
Multisports 9-13 ans	Vendredi 19 h 30 à 20 h 30	10 sem.	59
Hockey cosom 5-6 ans	Samedi 9 h 30 à 10 h 30	10 sem.	59
Hockey cosom 7-9 ans	Samedi 10 h 30 à 11 h 30	10 sem.	59
Hockey cosom 10-13 ans	Samedi 11 h 30 à 12 h 30	10 sem.	59
ACTIVITÉS ADULTES ET AÎNÉS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Hockey cosom Libre	Lundi 18 h 30 à 20 h	10 sem.	45
Hockey cosom Libre	Lundi 20 h à 22 h	10 sem.	60
Hockey cosom Libre	Mardi 18 h 30 à 20 h 30	10 sem.	60
Hockey cosom Libre	Mardi 20 h 30 à 22 h	10 sem.	45
Hockey cosom Libre	Mercredi 18 h 30 à 21 h	10 sem.	65
Hockey cosom Libre	Mercredi 21 h à 22 h 30	10 sem.	45
Hockey cosom Libre	Samedi 13 h à 15 h	10 sem.	60

# NOTRE-DAME-DU-FOYER

5955, 41<sup>e</sup> avenue Montréal QC HIT 2T7

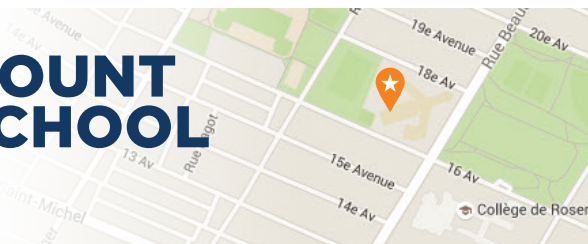


ACTIVITÉS ENFANTS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Danse créative 4-5 ans	Mardi 18 h 30 à 19 h 30	10 sem.	72
Danse créative 6-7 ans	Mardi 19 h 30 à 20 h 30	10 sem.	72
Atelier de théâtre 6-8 ans	Mercredi 18 h 30 à 19 h 30	10 sem.	68
Atelier de théâtre 9-13 ans	Mercredi 19 h 30 à 20 h 30	10 sem.	68
Danse-élite 11-15 ans	Jeudi 18 h 30 à 19 h 30	10 sem.	92
Zumba Parent/Enfant	Jeudi 19 h à 20 h	10 sem.	37
Hockey Parent/Enfant	Jeudi 20 h à 21 h	10 sem.	37
ACTIVITÉS ADULTES ET AÎNÉS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Zumba*	Mardi 18 h 30 à 19 h 30	10 sem.	92
Mise en forme et souplesse*	Mercredi 18 h 30 à 19 h 30	10 sem.	92
Yoga Hatha	Mercredi 19 h 30 à 20 h 30	10 sem.	92
Zumba*	Jeudi 20 h à 21 h	10 sem.	92

\*Rabais de 25% sur le 2<sup>e</sup> cours et 40% pour le 3<sup>e</sup> cours.

# ROSEMOUNT HIGH SCHOOL

3737, rue Beaubien Est



ACTIVITÉS ENFANTS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Tennis Parent/Enfant	Lundi 18 h à 19 h	10 sem.	75
Soccer 5-7 ans	Lundi 18 h à 19 h	10 sem.	59
Soccer 8-9 ans	Lundi 19 h à 20 h	10 sem.	59
Soccer 10-13 ans	Lundi 20 h à 21 h	10 sem.	59
Tennis Parent/Enfant	Mardi 18 h à 19 h	10 sem.	75
Activité Dépense-Énergie 3-5 ans	Mardi 18 h à 18 h 45	10 sem.	49
Soccer 7-8 ans	Mercredi 18 h à 19 h	10 sem.	59
Soccer 10-13 ans	Mercredi 19 h à 20 h	10 sem.	59
Soccer 5-7 ans	Vendredi 18 h à 19 h	10 sem.	59
Soccer 8-13 ans	Vendredi 19 h à 20 h	10 sem.	59
Activité Dépense -Énergie 3-5 ans	Samedi 9 h à 9 h 45	10 sem.	49
Tennis Parent/Enfant	Samedi 9 h à 10 h	10 sem.	75
Soccer 5-7 ans	Samedi 10 h à 11 h	10 sem.	59
Ultimate Parent/Enfant	Samedi 10 h 30 à 11 h 45	10 sem.	56
Soccer 8-9 ans	Samedi 11 h à 12 h	10 sem.	59
Soccer 10-13 ans	Samedi 12 h à 13 h	10 sem.	59
Athlétisme 7-13 ans	Samedi 12 h à 13 h	10 sem.	59
Volleyball 10-13 ans	Dimanche 10 h à 11 h	10 sem.	59
Flag football 7-9 ans	Dimanche 10 h à 11 h	10 sem.	59
Activité Dépense-Énergie 3-5 ans	Dimanche 10 h à 10 h 45	10 sem.	49
Soccer 5-7 ans	Dimanche 11 h à 12 h	10 sem.	59
Flag football 10-13 ans	Dimanche 11 h à 12 h	10 sem.	59
Soccer 8-9 ans	Dimanche 12 h à 13 h	10 sem.	59
Soccer 10-13 ans	Dimanche 13 h à 14 h	10 sem.	59
ACTIVITÉS ADULTES ET AÎNÉS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Tennis Débutant niveau 1	Lundi 19 h 15 à 20 h 30	10 sem.	110
Basketball Libre	Lundi 20 h à 22 h	10 sem.	60
Tennis Intermédiaire	Lundi 20 h 45 à 22 h	10 sem.	110
Tennis Intermédiaire	Mardi 19 h 15 à 20 h 30	10 sem.	110
Basketball Libre	Mardi 20 h à 22 h	10 sem.	60
Tennis Débutant niveau 2	Mardi 20 h 45 à 22 h	10 sem.	110
Volleyball Libre	Mercredi 18 h à 20 h	10 sem.	60
Basketball Libre	Mercredi 20 h à 22 h	10 sem.	60
Soccer Libre	Mercredi 20 h 30 à 22 h	10 sem.	45
Soccer Libre	Jeudi 18 h à 20 h	10 sem.	60
Tennis Débutant niveau 2	Jeudi 18 h à 19 h 15	10 sem.	110
Tennis Avancé	Jeudi 19 h 15 à 20 h 30	10 sem.	110
Tennis Débutant niveau 1	Jeudi 20 h 45 à 22 h	10 sem.	110
Basketball Libre	Vendredi 20 h à 22 h	10 sem.	60
Tennis Débutant niveau 1	Samedi 10 h 15 à 11 h 30	10 sem.	110
Tennis Débutant niveau 2	Samedi 11 h 45 à 13 h	10 sem.	110
Tennis Intermédiaire	Samedi 13 h 15 à 14 h 30	10 sem.	110
Soccer Libre (45 ans et +)	Samedi 13 h à 14 h 30	10 sem.	35
Soccer Libre	Dimanche 11 h à 13 h	10 sem.	60

\*\*Tennis veuillez vous référer à la description notre le site pour savoir votre niveau.

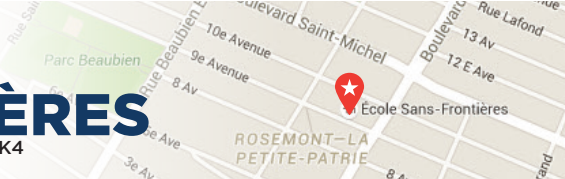
# SAINT-BERNADETTE

6855, 16<sup>e</sup> avenue Montréal QC H1X 2T5



ACTIVITÉS ENFANTS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Handball 6-8 ans	Lundi 18 h 30 à 19 h 30	10 sem.	59
Cours de badminton 7-13 ans	Lundi 18 h 30 à 19 h 30	10 sem.	59
Handball 9-13 ans	Lundi 19 h 30 à 20 h 30	10 sem.	59
Basketball 6-8 ans	Mardi 18 h 30 à 19 h 30	10 sem.	59
Badminton libre en double Parent/Enfant	Mardi 18 h 30 à 20 h	10 sem.	40
Basketball 9-13 ans	Mardi 19 h 30 à 20 h 30	10 sem.	59
Basketball Féminin 8-13 ans	Mercredi 18 h 30 à 19 h 30	10 sem.	59
Basketball 9-13 ans	Mercredi 19 h 30 à 20 h 30	10 sem.	59
Basketball 6-8 ans	Jeudi 18 h 30 à 19 h 30	10 sem.	59
Basketball 9-13 ans	Jeudi 19 h 30 à 20 h 30	10 sem.	59
Badminton Libre en double Parent/Enfant	Vendredi 18 h 30 à 20 h	10 sem.	35
Cours de pickleball Parent/Enfant	Vendredi 18 h 30 à 19 h 45	10 sem.	52
Badminton Libre en double Parent/Enfant	Dimanche 10 h à 11 h 30	10 sem.	35
ACTIVITÉS ADULTES ET AÎNÉS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Badminton Pratique libre en simple	Lundi 20 h à 22 h	10 sem.	70
Badminton Pratique libre en simple	Mardi 20 h à 22 h	10 sem.	70
Badminton Pratique libre en simple	Mercredi 18 h 30 à 20 h	10 sem.	55
Badminton Pratique libre en double	Mercredi 20 h à 22 h	10 sem.	50
Badminton Pratique libre en double	Jeudi 18 h 30 à 20 h	10 sem.	45
Badminton Pratique libre en double	Jeudi 20 h à 22 h	10 sem.	50
Badminton Pratique libre en simple	Vendredi 20 h à 22 h	10 sem.	70
Cours de Pickleball Intermédiaire/Avancé	Vendredi 20 h à 21 h 30	10 sem.	99
Pickleball Pratique libre	Samedi 9 h 30 à 11 h	10 sem.	50
Badminton Pratique libre simple	Samedi 9 h 30 à 11 h 30	10 sem.	70
Pickleball Pratique libre	Samedi 11 h à 12 h 30	10 sem.	50
Badminton Pratique libre en double	Samedi 11 h 30 à 13 h 30	10 sem.	50
Pickleball Pratique libre	Samedi 12 h 30 à 14 h	10 sem.	50
Badminton Pratique libre simple	Samedi 13 h 30 à 15 h 30	10 sem.	70
Pickleball Pratique libre	Samedi 14 h à 15 h 30	10 sem.	50
Cours de Pickleball Débutant	Dimanche 9 h 30 à 11 h	10 sem.	99
Cours de Pickleball Débutant	Dimanche 11 h à 12 h 30	10 sem.	99
Badminton Pratique libre en double	Dimanche 11 h 30 à 13 h 30	10 sem.	99
Cours de Pickleball Intermédiaire	Dimanche 12 h 30 à 14 h	10 sem.	99
Badminton Pratique libre en simple	Dimanche 13 h 30 à 15 h 30	10 sem.	70
Cours de Pickleball Avancé	Dimanche 14 h à 15 h 30	10 sem.	70

# SANS-FRONTIÈRES

5937, 9<sup>e</sup> avenue QC H1Y 2K4

ACTIVITÉS ENFANTS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Taekwondo Intermédiaire-avancé 5 ans et +	Lundi 18 h 30 à 20 h	12 sem.	150
Taekwondo Débutant 5 ans et +	Mercredi 18 h 30 à 19 h 20	12 sem.	110
Taekwondo Intermédiaire-avancé 5 ans et +	Mercredi 19 h 20 à 20 h 50	12 sem.	150
Improvisation 9-13 ans	Jeudi 18 h 30 à 20 h	10 sem.	68
Cours de cirque 6-13 ans	Vendredi 18 h 30 à 19 h 30	10 sem.	89
Taekwondo Débutant 5 ans et +	Samedi 9 h 30 à 10 h 20	12 sem.	110
Taekwondo Intermédiaire 5 ans et +	Samedi 10 h 20 à 11 h 20	12 sem.	125
Taekwondo Avancé 5 ans et +	Samedi 11 h 20 à 12 h 20	12 sem.	125
ACTIVITÉS ADULTES ET AÎNÉS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Taekwondo Intermédiaire et avancé *	Lundi 18 h 30 à 20 h	12 sem.	150
Taekwondo Débutant *	Mercredi 18 h 30 à 19 h 20	12 sem.	110
Taekwondo Intermédiaire et avancé *	Mercredi 19 h 20 à 20 h 50	12 sem.	150
Taekwondo Débutant *	Samedi 9 h 30 à 10 h 20	12 sem.	110
Taekwondo Intermédiaire *	Samedi 10 h 20 à 11 h 20	12 sem.	125
Taekwondo Avancé *	Samedi 11 h 20 à 12 h 20	12 sem.	125

\* Rabais de 40% sur le 2<sup>e</sup> cours et 50% pour le 3<sup>e</sup> cours.

# COMPLEXE AQUATIQUE

6150, 9<sup>e</sup> avenue Montréal QC H1Y 2K4

ACTIVITÉS ENFANTS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Danse créative 3-5 ans	Lundi 17 h à 17 h 45	8 sem.	54
Danse créative 6-7 ans	Lundi 18 h à 19 h	8 sem.	59
Danse contemporaine 8-13 ans	Lundi 19 h à 20 h	8 sem.	59
Cours d'échec 7-9 ans	Jeudi 16 h 30 à 17 h 30	8 sem.	61
Cours d'échec 9-13 ans	Jeudi 17 h 30 à 18 h 30	8 sem.	61
Danse-Mise en forme avec bébé 0-18 mois	Vendredi 10 h à 11 h	8 sem.	74
Éveil artistique 5-7 ans	Samedi 14 h à 15 h	8 sem.	61
Éveil artistique 8-13 ans	Samedi 15 h à 16 h	8 sem.	61
Cours d'échec 7-9 ans	Dimanche 9 h à 10 h	8 sem.	61
Cours d'échec 13-17 ans	Dimanche 10 h à 11 h	8 sem.	61
Cours d'échec Intermédiaire/ Avancé 14-16 ans	Dimanche 11 h à 12 h	8 sem.	61
ACTIVITÉS ADULTES ET AÎNÉS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Danse créative pour aîné	Mardi 10 h à 11 h 30	8 sem.	48
Italien Débutant niveau 1	Mardi 18 h à 19 h 30	8 sem.	84
Atelier de mixage et création d'instrumentale	Mardi 19 h 30 à 21 h	8 sem.	84
Club d'échecs	Mercredi 19 h 30 à 21 h	8 sem.	61
Yoga sur chaise	Jeudi 10 h à 11 h	8 sem.	74
Atelier de photographie	Jeudi 19 h à 21 h 30	8 sem.	100
Échec libre (Tournoi de quartier)	Samedi 11 h à 14 h	8 sem.	49

# DU PELICAN

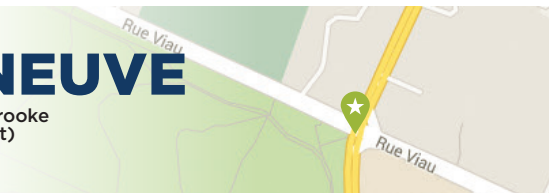
Angle de la rue Masson et de la 1<sup>ère</sup> Avenue  
(rassemblement devant le chalet)



ACTIVITÉS ENFANTS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Activité thématique hiver 8-13 ans	Vendredi 17 h 30 à 18 h 30	5 sem.	0
Apprentissage patin & habileté 5-7 ans	Samedi 10 h 30 à 11 h 15	5 sem.	0
Apprentissage patin & habileté 8-13 ans	Samedi 11 h 15 à 12 h	5 sem.	0
ACTIVITÉS ADULTES ET AÎNÉS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Apprentissage patin & habileté	Samedi 12 h à 12 h 45	5 sem.	0

# MAISONNEUVE

Angle de la rue Viau et Sherbrooke  
(rassemblement dans le chalet)



ACTIVITÉS ADULTES ET AÎNÉS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Club de marche	Vendredi 13 h 15 à 14 h 15	10 sem.	69

# ÉPIC

5055, rue Saint-Zotique Est



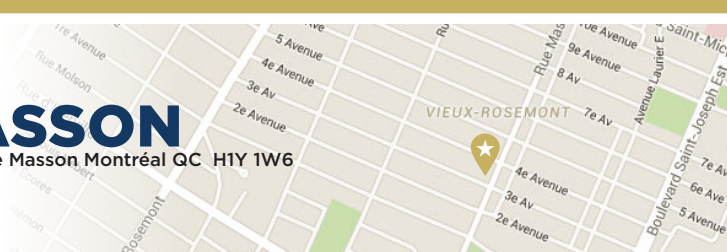
ACTIVITÉS ADULTES ET AÎNÉS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Aquaforme Débutant*	Lundi 13 h 15 à 14 h 15	10 sem.	115
Mise en forme et circuit	Lundi 13 h 15 à 14 h 15	10 sem.	95
Aquaforme Intermédiaire et avancé*	Lundi 14 h 30 à 15 h 30	10 sem.	115
Conditionnement physique	Mardi et Jeudi 13 h 15 à 14 h 15	10 sem.	145
Aquaforme Débutant*	Mercredi 13 h 15 à 14 h 15	10 sem.	115
Mise en forme et souplesse	Mercredi 13 h 15 à 14 h 15	10 sem.	95
Aquaforme Intermédiaire et avancé*	Mercredi 14 h 30 à 15 h 30	10 sem.	115
Aquaforme Débutant*	Vendredi 13 h 15 à 14 h 15	10 sem.	115
Aquaforme Intermédiaire et avancé*	Vendredi 14 h 30 à 15 h 30	10 sem.	115

\*Rabais de 85 \$ pour 2 cours semaine et 170 \$ pour 3 cours semaine

Un formulaire Q-AAP est obligatoire pour tous les participants qui souhaitent s'inscrire à une activité se déroulant au centre ÉPIC. Celui-ci sera rempli au moment de l'inscription.

# MASSON

2705, rue Masson Montréal QC H1Y 1W6



ACTIVITÉS ENFANTS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Ukulélé 7-13 ans	Lundi 18 h 30 à 19 h 30	10 sem.	78
Les matinées maman/bébé Libre 0-18 mois	Mardi 9 h 30 à 10 h 30	10 sem.	40
Cours de créole (Haitien) 8-13 ans	Mardi 16 h 30 à 17 h 30	10 sem.	76
Yoga et mise en forme maman/bébé 0-18 mois	Mercredi 9 h 45 à 10 h 45	10 sem.	85
Cours de broderie 7-13 ans	Mercredi 17 h à 18 h	10 sem.	88
Kickboxing 9-13 ans	Mercredi 20 h à 21 h	10 sem.	92
Initiation à la peinture 6-8 ans	Jeudi 16 h à 17 h	10 sem.	69
Peinture sur toile 9-13 ans	Jeudi 17 h à 18 h	10 sem.	85
Initiation à l'espagnol 8-13 ans	Jeudi 17 h à 18 h	10 sem.	76
Kung-fu vietnamien 8-13 ans	Jeudi 18 h 30 à 19 h 30	10 sem.	92
Atelier couture 9-13 ans	Vendredi 18 h à 19 h	10 sem.	88
Brico thématique 5-7 ans	Samedi 9 h 15 à 10 h 15	10 sem.	68
Danse créative 3 ans	Samedi 9 h 15 à 10 h	10 sem.	64
Danse créative 3 ans	Samedi 10 h à 10 h 45	10 sem.	64
Cours de création de bandes dessinées-Manga 8-13 ans	Samedi 10 h 30 à 11 h 30	10 sem.	68
Chorale Parent/Enfant	Samedi 11 h à 12 h	10 sem.	46
Danse créative 4-5 ans	Samedi 11 h à 11 h 45	10 sem.	64
Scrapbooking 7-13 ans	Samedi 11 h 45 à 12 h 45	10 sem.	68
Ballet 6-8 ans	Samedi 12 h à 13 h	10 sem.	72
Ballet 9-13 ans	Samedi 13 h à 14 h	10 sem.	72
Cours de dessin technique pour ados 14-17 ans	Samedi 13 h à 14 h	10 sem.	74
Judos 6-8 ans	Dimanche 9 h à 10 h	10 sem.	92
Judos 9-13 ans	Dimanche 10 h à 11 h	10 sem.	92
Cours d'arabe Débutant 6-8 ans	Dimanche 10 h à 11 h	10 sem.	76
Cours d'arabe Débutant 9-13 ans	Dimanche 11 h à 12 h	10 sem.	76
Apprenti Cuisto (Cuisine santé) Parent/Enfant	Dimanche 12 h à 13 h 30	5 sem.	90
Atelier de théâtre 6-8 ans	Dimanche 13 h à 14 h	10 sem.	68
Atelier de théâtre 9-13 ans	Dimanche 14 h à 15 h	10 sem.	68
Cours de boxe 9-13 ans	Dimanche 14 h à 15 h	10 sem.	92

\*\* Tennis veuillez vous référer à la description sur notre site pour savoir votre niveau

ACTIVITÉS ADULTES ET AÎNÉS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Programme PIED (65 ans & +)	Lundi 10 h 30 à 12 h et Mercredi 10 h 30 à 11 h 30	12 sem.	Gratuit
Viens jaser !!	Lundi 11 h à 12 h	10 sem.	25
Pétanque	Lundi 13 h à 16 h	10 sem.	25
Cours de tricot	Lundi 13 h à 15 h	10 sem.	74
Qi Gong	Lundi 14 h 30 à 15 h 30	10 sem.	92
Tai Chi Débutant	Lundi 15 h 30 à 16 h 30	10 sem.	92
Tai Chi Avancé	Lundi 16 h 30 à 17 h 30	10 sem.	92
Cours de guitare Débutant niveau 1	Lundi 16 h 30 à 17 h 30	10 sem.	115





ACTIVITÉS ADULTES ET AÎNÉS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Abdos fesses de fer*	Lundi 17 h à 18 h	10 sem.	92
Cours de guitare <b>Débutant niveau 2</b>	Lundi 17 h 30 à 18 h 30	10 sem.	115
Yoga Hatha	Lundi 18 h 30 à 19 h 30	10 sem.	92
Ukulélé	Lundi 19 h 30 à 20 h 30	10 sem.	96
Yoga Prana flow	Lundi 19 h 45 à 20 h 45	10 sem.	92
Danse en ligne <b>Débutant</b>	Mardi 13 h à 14 h	10 sem.	59
Danse en ligne <b>Intermédiaire</b>	Mardi 14 h 15 à 15 h 45	10 sem.	69
Cours de dessin d'observation	Mardi 16 h à 17 h	10 sem.	76
Cours de dessin technique	Mardi 17 h à 18 h	10 sem.	76
Zumba	Mardi 16 h 30 à 17 h 30	10 sem.	92
Cours de créole ( <b>Haïtien</b> )	Mardi 17 h 30 à 19 h	10 sem.	94
Atelier d'écriture	Mardi 18 h 30 à 20 h 30	10 sem.	112
Danse latine	Mardi 19 h 30 à 21 h	10 sem.	115
Gymnastique holistique	Mercredi 10 h 30 à 12 h	10 sem.	108
Gymnastique holistique	Mercredi 13 h à 14 h 30	10 sem.	108
Cours de tricot	Mercredi 16 h à 18 h	10 sem.	74
Anglais <b>Débutant</b>	Mercredi 17 h 30 à 18 h 30	10 sem.	75
Cours de broderie	Mercredi 18 h 15 à 19 h 45	10 sem.	98
Anglais intermédiaire	Mercredi 18 h 30 à 19 h 30	10 sem.	75
Auto-Défense pour femme ( <b>16 ans et +</b> )	Mercredi 18 h 30 à 19 h 45	10 sem.	70
Anglais conversation	Mercredi 19 h 30 à 21 h	10 sem.	105
Kickboxing	Mercredi 21 h à 22 h	10 sem.	105
Mise en forme & musculation* ( <b>50 ans et plus</b> )	Jeudi 10 h à 11 h	10 sem.	92
Gymnastique holistique <b>**ZOOM**</b>	Jeudi 10 h 30 à 12 h	10 sem.	108
Atelier de peinture libre	Jeudi 9 h à 16 h	10 sem.	30
Abdos fesses de fer*	Jeudi 17 h 30 à 18 h 30	10 sem.	92
Espagnol débutant	Jeudi 18 h à 19 h 30	10 sem.	105
Cours d'arabe <b>Débutant niveau 2</b>	Jeudi 18 h 30 à 20 h	10 sem.	94
Kung fu vietnamien	Jeudi 19 h 30 à 20 h 30	10 sem.	105
Espagnol intermédiaire-avancé	Jeudi 19 h 30 à 21 h	10 sem.	105
Cours d'arabe <b>Débutant niveau 1</b>	Jeudi 20 h à 21 h 30	10 sem.	94
Cours de stretching	Vendredi 9 h à 10 h	10 sem.	88
Danse buto	Vendredi 10 h 15 à 11 h 15	10 sem.	88
Zumba Gold*	Vendredi 10 h 30 à 11 h 30	10 sem.	92
Club de scrabble	Vendredi 13 h à 16 h	10 sem.	35
Pilates*	Vendredi 17 h à 18 h	10 sem.	98
Atelier de couture	Vendredi 19 h à 20 h 15	10 sem.	98
Cardio tonus*	Samedi 9 h 30 à 10 h 45	10 sem.	98
Chorale	Samedi 12 h 30 à 13 h 30	8 sem.	94
Cours de dessin d'observation	Samedi 14 h à 15 h	10 sem.	76
Judo	Samedi 15 h à 16 h	10 sem.	105
Cours de boxe	Samedi 15 h à 16 h	10 sem.	105
Cours de dessin technique	Dimanche 11 h à 12 h	10 sem.	76

Selon l'activité, les participants doivent apporter du matériel d'écriture, appareil photo numérique, leur guitare, ukulélé ou tapis de yoga.

\*Rabais de 25% sur le 2<sup>e</sup> cours et 4% pour le 3<sup>e</sup> cours.

# SAINT-BONAVENTURE

5205, rue Saint-Zotique Montréal Qc H1T 1N6



ACTIVITÉS ENFANTS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Anglais par le jeu 5-7 ans	Samedi 13 h à 14 h	10 sem.	69
Anglais par le jeu 8-13 ans	Samedi 14 h à 15 h	10 sem.	69
ACTIVITÉS ADULTES ET AÎNÉS	HORAIRE	DURÉE	COÛT (\$)
Peinture à l'acrylique, à l'aquarelle & à l'huile	Lundi 13 h à 16 h	12 sem.	115
Qi Gong	Mardi 14 h à 15 h 30	8 sem.	115
Tai Chi Débutant	Mardi 17 h 30 à 18 h 30	10 sem.	92
Tai Chi Intermédiaire	Mardi 18 h 30 à 19 h 30	10 sem.	92
Tai Chi Avancé	Mardi 19 h 30 à 20 h 30	6 sem.	92
Cours de calligraphie et peinture chinoise	Mercredi 14 h 30 à 16 h 30	10 sem.	125
Danse sociale	Jeudi 13 h à 14 h 30	10 sem.	115
Yoga Hatha	Samedi 10 h 30 à 11 h 30	10 sem.	92

## PARTAGE TES TALENTS !

Loisirs récréatifs  
et communautaire de  
**Rosemont**



En partenariat avec

Rosemont  
La Petite-Patrie

**Montréal**



## FAIS NOUS PARVENIR TON CV DÈS MAINTENANT

Par courriel : [info@lrcr.qc.ca](mailto:info@lrcr.qc.ca) Par Facebook : LRCRosemont En personne : 2705, rue Masson, H1Y 1W6

En te joignant à nous, ce n'est pas qu'une paie aux 2 semaines que nous t'offrons, mais un milieu de vie avec plusieurs opportunités de travail durant toute l'année.

## JOINS-TOI À NOTRE ÉQUIPE !

Voici les postes qui sont régulièrement affichés :

- Animateurs(trices) scientifiques
- Bénévoles
- Chorégraphes
- Employés administratifs
- Employés camp de jour :
  - animateurs(trices)
  - coordonnateurs(trices)
  - accompagnateurs(trices), etc.
- Entraîneurs sportifs
- Maîtres d'arts martiaux
- Personnes polyvalentes
- Professeurs de cuisine
- Professeurs des arts de la scène, chant et musique
- Professeurs des arts visuels et métiers d'arts
- Professeurs de langues et d'écriture
- Sauveteurs
- Spécialistes bien-être et détente
- Surveillant(e)s d'installations

# ÉVÉNEMENTS À VENIR

**Du 9 décembre 2023 au 10 mars 2024**

Station de Loisirs au Parc Pélican,  
prêts gratuits d'équipements hivernaux.

**Du 9 au 14 janvier 2024**

Inscription aux activités de loisir pour l'hiver

**Du 10 au 12 janvier 2024**

Inscription aux activités parascolaires pour l'hiver

**Du 7 au 8 février 2024**

Inscription au camp de jour de la relâche

**Le 29 mars au 1<sup>er</sup> avril 2024 (Pâques)**

Congé Férié

**Du 22 décembre au 7 janvier 2024**

Fermeture des LRCR pour la période des Fêtes

# RÉSERVATION DE SALLES OU DE GYMNASES

Les Loisirs récréatifs et communautaires de Rosemont mettent à la disposition des **organismes à but non lucratif et des garderies** une variété de locaux à des tarifs très abordables pour des activités de loisirs de toutes sortes, de même que pour des réunions et des événements spéciaux.

Les organismes désirant louer des locaux doivent être munis d'une charte provinciale, ainsi que d'une assurance de responsabilité civile. Il est aussi possible pour **des groupes de citoyens** de réserver des heures de gymnase pour la pratique d'autre sport.

## EMPLOI ET BÉNÉVOLAT

Vous souhaitez travailler au sein de l'organisme, faites-nous parvenir votre cv, plusieurs postes à sont régulièrement affichés.

Consulter notre page Facebook, ainsi que notre site internet ou contactez-nous pour connaître les multiples possibilités qui s'offrent à vous!



# MERCI

À TOUS NOS COLLABORATEURS POUR LEURS GÉNÉREUSES CONTRIBUTIONS ET LEUR SUPPORT DANS LA RÉUSSITE DE NOS ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES ET DE LOISIR.



**Desjardins**

Caisse du Centre-est  
de Montréal



**NPD** Monsieur Alexandre Boulerice  
*Député de Rosemont-Petite-Patrie*



ASSEMBLÉE NATIONALE  
DU QUÉBEC

**Vincent Marissal**  
Député de Rosemont



ALTERGO



Commission scolaire  
English-Montréal  
English Montreal  
School Board



**Commission  
scolaire  
de Montréal**

Québec 

Siège social des Loisirs récréatifs et communautaires de Rosemont

 514 727-5727     [info@lrcr.qc.ca](mailto:info@lrcr.qc.ca)

 [www.facebook.com/LRCRosemont](https://www.facebook.com/LRCRosemont)

[lrcr.qc.ca](https://lrcr.qc.ca)