

Ateliers pour adultes – entente intermunicipale – hiver 2023

Blainville 450 434-5275 www.blainville.ca	Peinture huile et acrylique
	Photographie
	Terre cuite
Boisbriand 450 437-2727 www.ville.boisbriand.qc.ca	Danse country
	Cardio-stretching
	Stretching tonus 50+
	Marche-exercice 50+
	Powercross
	Yoga flow solf et yoga hatha flow
	Cardio tonus et cardio 50+
Bois-des-Filion 450 621-1460 www.villebdf.ca	Danse country
	Yoga
	Zumba
	Cardio tonus et cardio 50+
Lorraine 450 621-8550 www.ville.lorraine.qc.ca	Atelier d'écriture
	Espagnol
	Cardio-raquette
	Yoga et yin yoga
	Zumba fitness
Sainte-Anne-des-Plaines 450 478-0211 www.villesadp.ca	Aînés branchés 50+ : tablettes et téléphones Android
	Aînés branchés 50+ : tablettes et téléphones Apple
	Aînés branchés 50+ : Facebook et Messenger pour téléphones, tablettes et ordinateurs
	Atelier culinaire – chocolat de St-Valentin
	Atelier culinaire – gâteau de Pâques
	Conditionnement physique 50+
	Danse country
	Le laboratoire vocal de Samanta
	Yoga
	Tricot
	Atelier photo avec cellulaire
	Guitare
	Sainte-Thérèse 450 434-1440 www.sainte-therese.ca
Aïkijujitsu (auto-défense)	
Circuit nature 50+	
Dessin	
Danse latine	
Espagnol	
Essentrics et Essentrics 50+	
Français	
Tae kwon do	
Peinture huile et acrylique	
Pilates	
Tai-Chi	
Tonus musculaire et étirements 50+	
Yoga hatha, yin yoga, piyoga, yoga-balles et yoga 50+	
Zumba or	