

LOISIRS SAINTS-MARTYRS-CANADIENS

PROGRAMMATION AUTOMNE 2020

INSCRIPTIONS : 21 ET 22 SEPTEMBRE 2020

PAR INTERNET VIA LE « <https://www.loisirsstmartyrs.com/programmation> », À PARTIR DE 19H.

Ou en personne, si impossible par internet, au 10125 rue Parthenais, de 19h à 21h



Centre Saints-Martyrs-Canadiens * 10 125 rue Parthenais *H2B 2L6

(514) 872-5333 ou (514)381-8772 * Courriel : loisirs.smc@gmail.com

Site internet: www.loisirsstmartyrs.com * Facebook : Loisirs Sts Martyrs Canadiens

En collaboration avec D.C.S.L.D.S. de la Ville de Montréal

PERSONNEL ADMINISTRATIF

Isabelle Des Roches Directrice générale Loisirs Sts-Martyrs-Canadiens
Audrey Joyal Langlois Coordinatrice Loisirs Sts-Martyrs-Canadiens

HEURES D'OUVERTURE DU CENTRE

Lundi au vendredi : 9h00 à 21h45
Samedi : 9h00 à 16h00
Dimanche : Fermé

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES

Téléphone : (514) 872-5333
Télécopieur : (514) 381-8772
Site web: www.loisirsstsmartyrs.com
Courriel: loisirs.smc@gmail.com

INSCRIPTIONS

Endroit : Centre Sts-Martyrs-Canadiens, 10125 rue Parthenais

Automne 2020 : Date: 21 et 22 septembre 2020
En ligne via le site internet, www.loisirsstsmartyrs.com/programmation, à partir de 19h.
En personne : au 10 125 rue Parthenais, 19h à 21h. MASQUE OBLIGATOIRE.

Modalité de paiement: En ligne via internet : carte de crédit VISA ou MASTERCARD
Sur place : ➡ Argent comptant, Chèque à l'ordre des Loisirs Sts-Martyrs-Canadiens
➡ Ou par carte de débit, carte de crédit VISA et MASTERCARD.

Remboursement : Aucun, sauf si l'activité est annulée par l'organisme.

LES ACTIVITÉS

Début de la session automne : Semaine du 5 octobre 2020, sauf si indication contraire .
Vérifier l'horaire des cours dans la colonne « Début de session ».

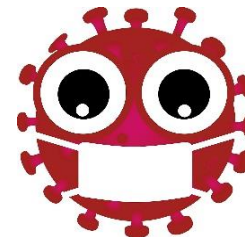
Durée: Session de 10 semaines.

Préinscriptions: Du 16 novembre au 11 décembre 2020,
pour les personnes inscrites à la session automne 2020 seulement.



MESURE COVID-19

Notre mandat pour l'automne 2020 est de mettre en place des mesures de prévention afin de minimiser les risques reliés à la COVID-19. Dans le contexte actuel, la Santé publique ainsi que la Ville de Montréal demandent que nous respections des mesures sanitaires très strictes afin de prévenir les risques de transmission tel que voici.



1. Distanciation physique

Assurer un espace de 2 mètres entre les participants et organiser l'environnement physique favorisant le maintien de cette distance entre tous les individus.

Aucun parent ni accompagnateur ne sera autorisé à entrer dans le centre de loisirs. Les informations seront transmises lors de l'inscription (sur place et en ligne). Les parents qui amèneront les enfants devront attendre à l'extérieur du centre. Le responsable de l'activité viendra accueillir les enfants à l'extérieur du centre par la porte principale, située au 10 125 rue Parthenais. À la fin du cours, le responsable ira reconduire les enfants aux parents à l'extérieur du côté de la cour, située à l'arrière du centre (Stationnement) et s'assurera que l'enfant quitte avec la bonne personne.

La clientèle devra entrer par la porte principale située au 10125 Parthenais selon la plage horaire préétablie, à la fin de l'activité les participants devront sortir par la sortie située dans la cour/stationnement du centre de loisirs. Il sera important de respecter les horaires établis pour la sécurité de tous.

2. Limitation des contacts physiques

Réduire au minimum les contacts directs et indirects entre les individus notamment en programmant des activités différées et en limitant le partage de matériel non désinfecté entre les participants.

Les participants devront apporter leur propre matériel afin de limiter le prêt et la désinfection nécessaire après chaque utilisation. Par exemple pour les cours de yoga les participants devront apporter leur tapis de yoga. Par contre pour les cours nécessitant du matériel qui est impossible d'apporter par les participants, nous prêterons le matériel, mais le responsable de l'activité devra désinfecter le matériel avant et après chaque utilisation. Par exemple pour le cours Entraînement à intervalles dynamique avec chaise, les chaises seront donc désinfectées avant et après les cours. La liste de matériel dont vous aurez besoin pour l'activité vous sera envoyée par courriel avant le début de celle-ci.

3. Mesures d'hygiène

Appliquer et faire respecter rigoureusement les règles sanitaires dont le nettoyage et la désinfection des locaux et du matériel, de l'ameublement et des installations sanitaires et les routines d'hygiène individuelle, dont le lavage des mains des participants et du personnel.

Le port du couvre-visage ou masque dans les aires communes pour les 10 ans et plus sera obligatoire. Pour certaines activités ne pouvant respecter la distanciation de 2 mètres le port du masque sera exigé. Dès que les participants devront circuler que ce soit dans les corridors ou dans les locaux, le port du couvre visage sera obligatoire.

À leur arrivée les participants devront répondre à la déclaration de santé et la température (sans contact) sera prise.

Lors de son inscription, le participant s'engage à respecter les présentes mesures établies par les Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens.

Un participant qui ne respecterait pas cela pourrait se voir refuser l'accès aux activités.

PROCÉDURE D'INSCRIPTIONS VIA *SPORTPLUS* (internet)

1. Dirigez-vous vers le site web des loisirs Saints-Martyrs-Canadiens via le :
<https://www.loisirsstsmartyrs.com/>
2. Dirigez-vous vers l'onglet INSCRIPTION:
<https://www.loisirsstsmartyrs.com/programmation>
3. Dans l'onglet inscriptions, appuyer sur le bouton « INSCRIPTIONS EN LIGNE - »
4. Arrivée sur la page de sport-plus, dans le haut de celle-ci, dans la bordure bleue à droit, vous apercevrez « SE CONNECTER » Cliquer dessus.
5. Entrer votre courriel et confirmer votre mot de passe.



Voici le lien pour le tutorial visuel :

https://86a22579-9b25-4873-b83d-d91da3f3c429.filesusr.com/ugd/0311f0_5ed0853a9f5f471ab569f4c190f95397.pdf

⇒ Si vous avez déjà un compte *Sportplus* avec les Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens et que vous avez de la difficulté à vous connecter, appeler nous au 514-872-5333. Il nous fera plaisir de vous aider.

⇒ Si vous êtes un client pour la première fois, vous devez suivre les mêmes 4 premières étapes de la procédure et appuyer sur « CRÉER MON COMPTE ».

LÉGENDE

*.: Troupe de danse : Si vous désirez rejoindre une troupe, veuillez communiquer avec nous pour connaître le processus d'audition par téléphone ou courriel.

\$. Frais supplémentaire à prévoir pour achat de matériel. La liste du matériel requis vous sera transmise par courriel.

C: Frais temporaire de 4\$, en raison des coûts supplémentaires dûs à l'application des mesures sanitaires (COVID-19). Déjà inclus dans le cout de 30\$.



TOUT-PETITS 3-5 ANS

COURS	DURÉE	*	ÂGE	LIEU	HORAIRE	COUTS	DÉBUT	LOCAL
VENDREDI								
Tout-petits	10 cours		3-5 ans	Centre SMC	10h00 à 15h00	100 \$	9-10-2020	107
SAMEDI								
Danse créative	10 cours	\$	3-5 ans	Centre SMC	9h30 à 10h30	80 \$	10-10-2020	102

ENFANTS 6 -12 ANS

COURS	DURÉE	*	ÂGE	LIEU	HORAIRE	COUTS	DÉBUT	LOCAL
LUNDI								
Tennis de table	10 cours	C	8-12 ans	Centre SMC	16h00 à 17h15	30 \$	05-10-2020	GYM
Préparation troupe *	20 cours	\$	lundi et mercredi	Centre SMC	17h30 à 19h00	180 \$	05-10-2020	200
MARDI								
Ballet-jazz (6-8 ans)	10 cours	\$	6-8 ans	Centre SMC	16h45 à 17h45	80 \$	06-10-2020	200
Ballet-jazz (9-12 ans)	10 cours	\$	9-12 ans	Centre SMC	18h00 à 19h00	80 \$	06-10-2020	200
Troupe Évidanse *	20 cours	\$	et jeudi	Centre SMC	19h15 à 20h45	180 \$	06-10-2020	200
MERCREDI								
Arts plastiques 6-8 ans	10 cours		6-8 ans	Centre SMC	16h30 à 17h30	70 \$	07-10-2020	107
Arts plastiques 9-12 ans	10 cours		9-12 ans	Centre SMC	17h45 à 18h45	70 \$	07-10-2020	107
Préparation troupe *	20 cours	\$	lundi et mercredi	Centre SMC	17h30 à 19h00	180 \$	05-10-2020	200
Tae kwon do Débutant	10 cours		Débutant ceinture blanche	Centre SMC	16h20 à 17h10	75 \$ uniforme =45\$	07-10-2020	GYM
Tae kwon do Avancé	10 cours		Avancé Ceinture blanche barre	Centre SMC	17h30 à 18h20	75 \$ uniforme =45\$	07-10-2020	GYM
JEUDI								
Mini-basket junior	10 cours	C	6-9 ans	Centre SMC	16h30 à 17h30	30 \$	08-10-2020	GYM
Mini-basket senior	10 cours	C	10-12 ans	Centre SMC	17h45 à 18h45	30 \$	08-10-2020	GYM
Troupe Évidanse *	20 cours	\$	et mardi	Centre SMC	19h15 à 20h45	180 \$	06-10-2020	200
VENDREDI								
Danses urbaines	10 cours	\$	9-12 ans	Centre SMC	17h00 à 18h00	80 \$	09-10-2020	200
Ballet-classique (5-7 ans)	10 cours	\$	5-7 ans	Centre SMC	17h00 à 18h00	80 \$	09-10-2020	102
Ballet-classique (8-12 ans)	10 cours	\$	8-12 ans	Centre SMC	18h15 à 19h15	80 \$	09-10-2020	102

ENFANTS 6 -12 ANS

COURS	DURÉE	*	ÂGE	LIEU	HORAIRE	COUTS	DÉBUT	LOCAL
SAMEDI								
Club du samedi 6-8 ans	10 cours	\$	6-8 ans	Centre SMC	10h00 à 15h00	100 \$	0-10-202	204
Club du samedi 9-12 ans	10 cours	\$	9-12 ans	Centre SMC	10h00 à 15h00	100 \$	0-10-202	205
Danse mix 1	10 cours	F\$	6-7 ans	Centre SMC	10h45 à 12h00	95 \$	0-10-202	200
Danse mix 2	10 cours	F\$	8-9 ans	Centre SMC	12h30 à 13h45	95 \$	0-10-202	200
Mini-soccer 1	10 cours	C	6-7 ans	Centre SMC	12h30 à 13h30	30 \$	0-10-202	GYM
Anglais par le jeu 1	10 cours		6-8 ans	Centre SMC	13h00 à 14h00	70 \$	0-10-202	106
Mini-soccer 2	10 cours	C	8-9 ans	Centre SMC	13h45 à 14h45	30 \$	0-10-202	GYM
Danse mix 3	10 cours	F\$	10-13 ans	Centre SMC	14h00 à 15h15	95 \$	0-10-202	200
Anglais par le jeu 2	10 cours		9-12 ans	Centre SMC	14h15 à 15h15	70 \$	0-10-202	106
Mini-soccer 3	10 cours	C	10-12 ans	Centre SMC	15h00 à 16h00	30 \$	0-10-202	GYM

ADOLESCENTS 13-17 ANS

COURS	DURÉE	*	ÂGE	LIEU	HORAIRE	COUTS	DÉBUT	LOCAL
LUNDI								
Préparation troupe *	20 cours	F\$	et mercredi	Centre SMC	17h30 à 19h00	180 \$	5-10-202	200
Troupe Fusion *	20 cours	F\$	et mercredi	Centre SMC	19h15 à 20h45	180 \$	5-10-202	200
MARDI								
Troupe Évidanse *	20 cours	F\$	et jeudi	Centre SMC	19h15 à 20h45	180 \$	6-10-202	200
MERCREDI								
Préparation troupe *	20 cours	F\$	et lundi	Centre SMC	17h30 à 19h00	180 \$	5-10-202	200
Troupe Fusion *	20 cours	F\$	et lundi	Centre SMC	19h15 à 20h45	180 \$	5-10-202	200
JEUDI								
Troupe Évidanse *	20 cours	F\$	et mardi	Centre SMC	19h15 à 20h45	180 \$	6-10-202	200
VENDREDI								
Multi-danses	10 cours	F\$	12-18 ans	Centre SMC	18h15 à 19h45	90 \$	9-10-202	200
JEUNESSE 2000: POUR INSCRIPTIONS APPELER AU 514-872-9209 (Cet horaire peut changer sans préavis)								
Mercredi au samedi (Horaire variable selon les besoins de jeunes)								
Jeunesse-2000			12-18 ans	Centre SMC	16h00 à 22h00	Gratuit	108-110	

ADULTES

COURS	DURÉE	*	ÂGE	LIEU	HORAIRE	COUTS	DÉBUT	LOCAL
LUNDI								
Yoga multi-Niveaux	10 cours	P	16 ans et +	Centre SMC	18h30 à 19h45	90 \$	05-10-2020	203
Flamenco intermédiaire et avancé	10 cours	F\$	18 ans et +	Centre SMC	18h45 à 20h15	140 \$	05-10-2020	102
Entraînement à intervalle dynamique avec chaise	20 cours	P	et mercredi	Centre SMC	19h00 à 20h00	85 \$	05-10-2020	GYM
Peinture acrylique/huile	10 cours	F\$	18 ans et +	Centre SMC	19h00 à 22h00	160 \$	05-10-2020	104
Troupe Fusion *	20 cours	F\$	et mercredi	Centre SMC	19h15 à 20h45	180 \$	05-10-2020	200
Yoga multi-Niveaux	10 cours	P	16 ans et +	Centre SMC	20h00 à 21h15	90 \$	05-10-2020	203
Tonus et stretching	20 cours	P	et mercredi	Centre SMC	20h15 à 21h15	85 \$	05-10-2020	GYM
Flamenco élémentaire	10 cours	F\$	16 ans et +	Centre SMC	20h30 à 22h00	140 \$	05-10-2020	102
MARDI								
Étirement pour aînés	10 cours	F\$	Aînés	Centre SMC	9h30 à 10h30	60 \$	06-10-2020	105
Pastel sec	10 cours	E\$	18 ans et +	Centre SMC	12h30 à 15h30	210 \$	06-10-2020	106
Pastel sec	10 cours	E\$	18 ans et +	Centre SMC	13h00 à 16h00	210 \$	06-10-2020	106
Yoga débutant	10 cours	P	16 ans et +	Centre SMC	17h00 à 18h15	90 \$	06-10-2020	203
Baladi débutant	10 cours	F\$	18 ans et +	Centre SMC	18h30 à 19h30	125 \$	06-10-2020	105
Baladi inter./avancé	10 cours	F\$	16 ans et +	Centre SMC	19h45 à 21h15	185 \$	06-10-2020	105
MERCREDI								
Conditionnement physique pour aînés	10 cours	P	Aînés	Centre SMC	9h30 à 10h30	60 \$	07-10-2020	105
Yoga débutant	10 cours	P	18 ans et +	Centre SMC	9h30 à 10h45	90 \$	07-10-2020	203
Aquarelle (créativité et gestuelle)	10 cours	E\$	18 ans et +	Centre SMC	13h00 à 16h00	210 \$	07-10-2020	106
Entraînement à intervalle dynamique avec chaise	20 cours	P	et lundi	Centre SMC	19h00 à 20h00	85 \$	05-10-2020	GYM
Tonus et stretching	20 cours	P	et lundi	Centre SMC	20h15 à 21h15	85 \$	05-10-2020	GYM
Troupe Fusion *	20 cours	F\$	et lundi	Centre SMC	19h15 à 20h45	180 \$	05-10-2020	200



ADULTES								
COURS	DURÉE	*	ÂGE	LIEU	HORAIRE	COUTS	DÉBUT	LOCAL
JEUDI								
Pilates pour aînés	10 cours	F\$	Aînés	Centre SMC	9h30 à 10h30	75 \$	08-10-2020	105
Étirement, relaxation et automassage	10 cours	F\$	18 ans et +	Centre SMC	9h30 à 10h30	50 \$	08-10-2020	200
Atelier Studio d'artistes	10 sems.	\$	sans professeur	Centre SMC	10h00 à 15h00	70 \$	08-10-2020	106
Yoga multi-Niveaux	10 cours	P	16 ans et +	Centre SMC	18h30 à 19h45	90 \$	06-10-2020	203
Troupe Al Helem *	10 cours	F\$	18 ans et +	Centre SMC	19h00 à 21h00	200 \$	08-10-2020	GYM
VENDREDI								
Pilates	10 cours	P	18 ans et +	Centre SMC	13h30 à 14h30	100 \$	09-10-2020	200
SAMEDI								
Zumba/combo abdos fessiers (adapté au covid-distanciation)	10 cours	P	16 ans et +	Centre SMC	10h30 à 12h00	75 \$	10-10-2020	GYM
JEUNESSE 2000								

Guillaume Godard

Animateur J-2000

Nicolas O'Connor

Animateur J-2000



JEUNESSE 2000

Ce sont des activités réalisées par et pour les jeunes. Tu dois avoir entre 12 et 18 ans

(l'inscription est gratuite!!!). C'est un endroit où tu pourras t'exprimer et te faire des ami(es). Il y a une table de billard, de babyfoot, des consoles de jeux

vidéos et un écran GÉANT

Activités régulières: Basket, danse libre, hockey cosom, tournoi de jeux vidéos, aide aux devoirs, soirée de jeux de société, films...

Activités spéciales: Sorties, Ateliers de danse, ateliers de cuisine, défi sportif, sorties (La Ronde, cinéma, Canadiens de Montréal, Alouettes,...)

IMPLIQUE TOI dans le comité jeunesse pour décider de nos activités et projets

Si tu as envie de réaliser des projets, viens vite nous voir! 10125, rue Parthenais (entrée par la rue De Martigny)

514-872-9209 • maisonjeunesse2000@gmail.com • Facebook : jeunesse SMC • Instagram: maisonjeunesse2000