

# GUIDE DES LOISIRS PRINTEMPS 2016

Restez branché!  
Abonnez-vous aux  
alertes par courriel

Actualités Loisirs au  
[ville.levis.qc.ca](http://ville.levis.qc.ca)



-  Activités aquatiques
-  Activités artistiques et culturelles
-  Activités physiques et récréatives
-  Activités sportives et de plein air
-  Activités de participation libre



ACTIVITÉS	Jour	Soir	PETITS	JEUNES	ADOS	ADULTES	Pages
Alimentation de bébé	☀					○	13
Allaitement	☀					○	13
<b>Aquatique</b>							
Club de natation	☀	☾	○	○	○	○	10
Cours de formation	☀	☾			○		9
Cours de groupes	☀	☾	○	○	○	○	3
Cours privés	☀	☾	○	○	○	○	4
Horaires bains libres intérieurs	☀	☾	○	○	○	○	24
<b>Art martial</b>							
Aïkido		☾			○	○	17
Autodéfense		☾			○	○	17
Judo	☀	☾	○	○	○	○	17
Taekwondo	☀	☾	○	○	○	○	18
Yoseikan budo	☀	☾	○	○	○	○	18
<b>Atelier Félicitations</b>	☀					○	13
<b>Ateliers Bien-Naître</b>	☀					○	13
<b>Ateliers préscolaires</b>	☀		○				13
Baseball mineur	☀	☾	○	○	○		19
Ballon stretching prénatal	☀					○	13
Bébé s'éveille	☀		○				13
Bédaine et poussette zen	☀					○	13
Boxe	☀	☾			○	○	20
Carte d'accès	☀	☾		○	○	○	2
Cyclisme sur route	☀	☾		○	○	○	20
<b>Danse</b>							
Créative	☀		○				11
Hip-hop	☀	☾		○	○		11
Jazz	☀	☾	○	○	○	○	12
Latino avec bébé	☀					○	13
Prédanse	☀		○				12

**Charte des âges :** Petits : 0 à 5 ans, Jeunes : 6 à 12 ans, Ados 13 à 17 ans, Adultes : 18 ans et plus. (À titre indicatif seulement. Consultez les détails de chaque activité pour connaître la clientèle précise).

\*Consultez les pages X et X pour en savoir plus sur le service d'accompagnement pour personnes handicapées ou ayant des besoins particuliers.

Ligues sportives : nous constituons une liste en ligne des ligues sportives dont celles de badminton et de volleyball (ville.levis.qc.ca, section Sports et loisirs, rubrique Ligues sportives). Si vous désirez participer à une ligue, veuillez vous y référer et si vous voulez afficher votre ligue contactez loisirs@ville.levis.qc.ca ou 418 839-9561.

ACTIVITÉS	Jour	Soir	PETITS	JEUNES	ADOS	ADULTES	Pages
<b>Dessin</b>	☀		○	○	○		12
<b>Entraînement</b>							
Aérobic		☾			○	○	14
Aérobocamp		☾			○	○	14
Cardio intervalles		☾			○	○	15
Conditionnement physique	☀					○	15
Essentrics		☾			○	○	15
Fesses - Abdos - Cuisses		☾			○	○	14
Fesses de fer		☾				○	14
Insanity		☾				○	14
Intervalles -Tabata	☀	☾			○	○	14
Mise en forme	☀					○	15
Pilates		☾			○	○	15
Piloxing		☾			○	○	14
Stretching et tonus	☀					○	15
Tonus et souplesse		☾				○	15
Zumba	☀	☾			○	○	15
<b>Gymnastique artistique et trampoline</b>	☀	☾	○	○	○	○	21
<b>Mamans et bébés actifs</b>	☀					○	13
<b>Massage bébé</b>	☀					○	13
<b>Musique</b>							
École	☀	☾	○	○	○	○	12
Guitare	☀	☾		○	○	○	13
<b>Parcours urbains de marche</b>	☀	☾	○	○	○	○	24
<b>Peinture</b>							
Acrylique ou huile	☀	☾			○	○	13
<b>Préparation à l'accouchement</b>	☀					○	13
<b>RCR Premiers secours</b>	☀					○	13
<b>Soccer mineur</b>	☀	☾	○	○	○		22
<b>Taiji quan et Qi gong</b>		☾			○	○	15
<b>Tir à l'arc</b>	☀	☾		○	○	○	24
<b>Yoga</b>	☀	☾	○	○	○	○	16



## RENSEIGNEMENTS SUR LES INSCRIPTIONS



Direction de la vie communautaire  
959, rue Nolin, Lévis (Québec) G6Z 2N8  
Information : Téléphone : 418 839-9561, courriel : [loisirs@ville.levis.qc.ca](mailto:loisirs@ville.levis.qc.ca)

Vous avez en main le *Guide des loisirs - printemps 2016* de la Ville de Lévis. La grande variété d'activités qui s'y trouve est offerte directement par la Ville de Lévis ou par ses partenaires. Si des renseignements supplémentaires vous sont nécessaires, nous vous invitons à consulter les sites Internet de nos partenaires et celui de la Ville ou encore à communiquer, par téléphone ou par courriel, avec les responsables des activités qui vous intéressent.

### Uniformisation des adresses

Veillez noter que les adresses inscrites dans ce document tiennent compte de la campagne d'uniformisation des adresses de Lévis. Rendez-vous au [ville.levis.qc.ca](http://ville.levis.qc.ca) pour en savoir davantage.

## MODES D'INSCRIPTION

ACTIVITÉS OFFERTES DIRECTEMENT PAR LA VILLE DE LÉVIS	ACTIVITÉS OFFERTES PAR DES ENTREPRISES ET ORGANISMES PARTENAIRES
Inscription en ligne ou par téléphone (voir détails ci-dessous).	Pour ces activités, les inscriptions se prennent sur place, par téléphone, par la poste ou en ligne. Veuillez consulter la rubrique <i>Inscription</i> de chacune des activités offertes afin de connaître la procédure.

## PÉRIODES D'INSCRIPTION

Votre numéro de client/personne est essentiel pour utiliser le mode d'inscription en ligne. Si vous ne l'avez pas, il serait indiqué de l'obtenir à l'avance en composant le 418 839-9561 du lundi au vendredi, aux heures de bureau, ou le 21 mars entre 17 h 30 et 18 h 30. Pour plus de détails, consultez les renseignements généraux à la fin du guide.

### INSCRIPTIONS EN LIGNE ACTIVITÉS OFFERTES PAR LA VILLE DE LÉVIS SEULEMENT VILLE.LEVIS.QC.CA



Saviez-vous que lorsque vous avez besoin d'assistance pendant votre inscription par Internet, des agents sont présents pour vous aider, soit le premier jour d'inscription entre 19 h et 21 h ainsi que les jours de la semaine sur les heures de bureau, au 418 839-9561 ? De plus, le vendredi précédant le début de la période d'inscription, le site est accessible pour consulter les activités et vous familiariser avec celui-ci.

**Période principale :**  
Lundi 21 mars 19 h au 28 mars

**Places restantes :**  
Mardi 29 mars 8 h 30 au 1<sup>er</sup> avril

### INSCRIPTIONS PAR TÉLÉPHONE ACTIVITÉS OFFERTES PAR LA VILLE DE LÉVIS SEULEMENT 418 835-8574

Veillez noter que le nombre de lignes téléphoniques est limité. Il est possible qu'il soit difficile d'obtenir une ligne rapidement en raison de la forte demande. Vous devrez alors recomposer jusqu'à l'obtention d'une ligne. Une fois la communication établie, veuillez prévoir un temps d'attente pouvant aller jusqu'à 15 minutes avant qu'un des préposés puisse vous répondre. Le temps de traitement d'une inscription avec le préposé est en moyenne de 5 minutes. Plusieurs cours dans le domaine aquatique seront complets dès les premières minutes d'inscription.

**Période principale :**  
Le 21 mars de 19 h à 21 h  
Les 22 et 23 mars de 12 h à 16 h 30  
Le 24 mars de 13 h 30 à 16 h 30

**Places restantes :**  
Mardi 29 mars au 1<sup>er</sup> avril, de 8 h 30 à 12 h et de 13 h 30 à 16 h 30

## CARTE D'ACCÈS

Grâce à cette carte, il vous est possible de faire des économies de 15 % et plus sur le tarif pour pratiquer les activités suivantes :

- Badminton libre aux écoles secondaires Les Etchemins de Charny et Polyvalente de Lévis ;
- Bains libres aux piscines de l'Aquaréna Léo-Paul-Bédard et Pierre-Létourneau, du Centre culturel ;
- Ski alpin, planche à neige et glissade sur chambre à air.

La carte est transférable et valide jusqu'à épuisement des points.

Pour vous la procurer, veuillez vous rendre aux endroits suivants :

- Piscines de l'Aquaréna Léo-Paul-Bédard et Pierre-Létourneau, du Centre culturel ;
- Direction de la vie communautaire, 959, rue Nolin ;

Coût : 50 \$ (taxes incluses) pour 50 points.



**Points par séance :**

Badminton libre : 18 ans et plus, 4 points  
 Bains libres : 6 à 17 ans et 55 ans et plus, 1 point | 18 ans à 54 ans, 2 points  
 Glissade : 17 ans et moins, 4 points | 18 ans et plus, 5 points  
 Ski et planche à neige (applicable pour une durée de 1 heure) : 5 ans et moins, 5 points | 6 – 17 ans, 7 points | 18 ans et plus, 8 points

Pour connaître les horaires des bains libres et badminton libres consultez notre site Internet dans la section *Sports et loisirs*, rubrique *Activités libres et horaires*.



ACTIVITÉS AQUATIQUES POUR ENFANTS



**ACTIVITÉS AQUATIQUES PROGRAMME PRÉSCOLAIRE**  
**COURS DE GROUPE**

Secteurs Charny et Lévis

Pour information  
Ville de Lévis : 418 839-9561  
infoleisirs@ville.levis.qc.ca, ville.levis.qc.ca

ACTIVITÉ	CLIENTÈLE	DESCRIPTION	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
 Étoile de mer	6 à 12 mois	Cours 1 enfant – 1 parent. Il arrive qu'en raison de son âge, l'enfant puisse refaire deux fois le même niveau.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Cégep de Lévis-Lauzon Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1, 2 et 3	2016-04-11	30 min. 9 sem.	56 \$
 Canard	12 à 24 mois	Cours 1 enfant – 1 parent. Il arrive qu'en raison de son âge, l'enfant puisse refaire deux fois le même niveau.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Cégep de Lévis-Lauzon Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1, 2 et 3	2016-04-11	30 min. 9 sem.	56 \$
 Tortue de mer	24 à 36 mois	Cours 1 enfant – 1 parent. Il arrive qu'en raison de son âge, l'enfant puisse refaire deux fois le même niveau.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Cégep de Lévis-Lauzon Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1, 2 et 3	2016-04-11	30 min. 9 sem.	56 \$
 Loutre de mer	3 à 4 ans	Cours 1 enfant – 1 parent. L'enfant a encore besoin d'un parent dans l'eau et il porte une ceinture ou un ballon dorsal.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Cégep de Lévis-Lauzon Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1, 2 et 3	2016-04-11	30 min. 9 sem.	56 \$
 Salamandre	3 à 5 ans	Cours sur la plate-forme et sans parent. L'enfant n'est pas encore à l'aise à se déplacer dans l'eau sans objet flottant, mais est assez autonome pour aller sur la plate-forme.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Cégep de Lévis-Lauzon Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1, 2 et 3	2016-04-11	45 min. 9 sem.	68 \$
 Poisson-lune	3 à 5 ans	Cours sur la plate-forme. L'enfant s'inscrit à ce cours s'il a réussi le niveau salamandre et / ou s'il est capable de nager une distance de 2 m sans objet flottant.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Cégep de Lévis-Lauzon Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1, 2 et 3	2016-04-11	45 min. 9 sem.	68 \$
 Crocodile	3 à 5 ans	Ce cours est à l'extérieur de la plate-forme. L'enfant s'inscrit à ce cours s'il a réussi le niveau poisson-lune et / ou s'il est capable de nager une distance de 5 m sans objet flottant.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Cégep de Lévis-Lauzon Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1, 2 et 3	2016-04-11	45 min. 9 sem.	68 \$
 Baleine	3 à 5 ans	Ce cours se déroule dans la partie profonde. L'enfant s'inscrit à ce cours s'il a réussi le niveau crocodile et / ou s'il est capable de nager une distance de 10 m sans objet flottant.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Cégep de Lévis-Lauzon Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1, 2 et 3	2016-04-11	45 min. 9 sem.	68 \$

Inscription : Du 21 mars 19 h au 28 mars. En ligne : [ville.levis.qc.ca](http://ville.levis.qc.ca). Par téléphone : 418 835-8574. Voir horaire en page 2.



## ACTIVITÉS AQUATIQUES PROGRAMME JUNIOR COURS DE GROUPE

Secteurs Charny et Lévis

Pour information  
Ville de Lévis : 418 839-9561  
info Loisirs@ville.levis.qc.ca, ville.levis.qc.ca

ACTIVITÉ	CLIENTÈLE	DESCRIPTION	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Junior 1	6 ans et plus	Cours sur la plate-forme. L'enfant s'inscrit à ce cours s'il est encore craintif et / ou <u>n'a pas réussi</u> le niveau salamandre ou poisson-lune.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Cégep de Lévis-Lauzon Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1, 2 et 3	2016-04-11	45 min. 9 sem.	68 \$
Junior 2	6 ans et plus	L'enfant s'inscrit à ce cours s'il a réussi le niveau poisson-lune ou <u>n'a pas réussi</u> le niveau crocodile et s'il est capable de nager une distance de 5 m sans objet flottant.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Cégep de Lévis-Lauzon Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1, 2 et 3	2016-04-11	45 min. 9 sem.	68 \$
Junior 3	6 ans et plus	L'enfant s'inscrit à ce cours s'il a réussi le niveau crocodile ou <u>n'a pas réussi</u> le niveau baleine et s'il est capable de nager une distance de 10 m sans objet flottant.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Cégep de Lévis-Lauzon Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1, 2 et 3	2016-04-11	45 min. 9 sem.	68 \$
Junior 4	6 ans et plus	L'enfant s'inscrit à ce cours s'il a réussi le niveau baleine ou s'il est capable de se maintenir à la surface en eau profonde pendant 20 secondes et de nager une distance de 15 m.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Cégep de Lévis-Lauzon Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1, 2 et 3	2016-04-11	45 min. 9 sem.	68 \$
Junior 5	6 ans et plus	L'enfant s'inscrit à ce cours s'il a réussi le niveau junior 4 ou s'il est capable de nager une distance de 25 m.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Cégep de Lévis-Lauzon Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1, 2 et 3	2016-04-11	45 min. 9 sem.	68 \$
Junior 6	6 ans et plus	L'enfant s'inscrit à ce cours s'il a réussi le niveau junior 5 ou s'il est capable de nager une distance de 50 m.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1 et 2	2016-04-11	45 min. 9 sem.	68 \$
Junior 7	6 ans et plus	L'enfant s'inscrit à ce cours s'il a réussi le niveau junior 6 ou s'il est capable de nager une distance de 75 m.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1 et 2	2016-04-11	45 min. 9 sem.	68 \$
Junior 8	6 ans et plus	L'enfant s'inscrit à ce cours s'il a réussi le niveau junior 7 ou s'il est capable de nager une distance de 150 m.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1 et 2	2016-04-11	45 min. 9 sem.	68 \$
Junior 9	6 ans et plus	L'enfant s'inscrit à ce cours s'il a réussi le niveau junior 8 ou s'il est capable de nager une distance de 300 m.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1 et 2	2016-04-11	45 min. 9 sem.	68 \$
Junior 10	6 ans et plus	L'enfant s'inscrit à ce cours s'il a réussi le niveau junior 9 ou s'il est capable de nager une distance de 400 m.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 1 et 2	2016-04-11	45 min. 9 sem.	68 \$
A d'Eau	11 à 15 ans	Le jeune s'inscrit à ce cours s'il veut poursuivre sa formation aquatique (Junior 3 à 10) à son rythme et avec des jeunes de son âge.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Cégep de Lévis-Lauzon	Voir tableaux 1 et 3	2016-04-11	45 min. 9 sem.	68 \$

**Inscription :** Du 21 mars 19 h au 28 mars. En ligne : [ville.levis.qc.ca](http://ville.levis.qc.ca). Par téléphone : 418 835-8574. Voir horaire en page 2.



## ACTIVITÉS AQUATIQUES POUR ENFANTS - COURS PRIVÉS ET SEMI-PRIVÉS

Secteurs Charny et Lévis

Pour information  
Ville de Lévis : 418 839-9561  
info Loisirs@ville.levis.qc.ca, ville.levis.qc.ca

ACTIVITÉ	CLIENTÈLE	DESCRIPTIONS	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT	CODE
Privé	3 à 17 ans	Enseignement individualisé.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	Vous serez appelé avant le 10 avril	À déterminer	45 min. 5 cours	164 \$	P01
Semi-privé	3 à 17 ans	Enseignement à deux participants. Vous devez faire le jumelage vous-même. Les enfants doivent être du même niveau.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	Vous serez appelé avant le 10 avril	À déterminer	45 min. 5 cours	176 \$	SP01

**Inscription :** Du 21 mars 19 h au 28 mars. En ligne : [ville.levis.qc.ca](http://ville.levis.qc.ca). Par téléphone : 418 835-8574. Voir horaire en page 2.


**TABLEAU 1**
**HORAIRE PISCINE AQUARÉNA LÉO-PAUL-BÉDARD**

Croix-Rouge Natation préscolaire (5 ans et moins)									Croix-Rouge Natation junior (6 ans et plus)										
	Étoile de mer	Canard	Tortue de mer	Loutre de mer	Salamandre	Poisson-lune	Crocodile	Baleine	Junior 1	Junior 2	Junior 3	Junior 4	Junior 5	Junior 6	Junior 7	Junior 8	Junior 9	Junior 10	A d'Eau
<b>Lundi</b>																			
18 h 30	AETO-01				ASAL-01	APLU-01	ACRO-01	ABAL-01		AJ02-01									
19 h 05			ATME-01																
19 h 20						APLU-02			AJ01-01		AJ03-01	AJ04-01	AJ05-01						
<b>Mardi</b>																			
11 h	AETO-02	ACAN-01																	
18 h 30		ACAN-02			ASAL-02		ACRO-02				AJ03-02								
19 h 05				ALOUT-01															
19 h 20						APLU-03			AJ01-02		AJ04-02	AJ05-02	AJ06-01						
<b>Mercredi</b>																			
15 h	AETO-03	ACAN-03																	
15 h 30					ASAL-18														
16 h 40					ASAL-03						AJ03-03								
17 h 30				ALOUT-02	ASAL-04	APLU-04	ACRO-03		AJ02-02	AJ03-04									
18 h 20					ASAL-05	APLU-05					AJ04-03		AJ06-02	AJ07-01	AJ08-01	AJ09-01	AJ10-01		
<b>Vendredi</b>																			
15 h 15					ASAL-06														
17 h 45																			RADO-01
18 h 35					ASAL-07				AJ01-03										
<b>Samedi</b>																			
10 h			ATME-02		ASAL-08	APLU-06				AJ02-03	AJ03-05	AJ04-04							
10 h 35		ACAN-04																	
10 h 50						APLU-07			AJ01-04	AJ02-04	AJ03-06	AJ04-05							
11 h 10	AETO-04																		
11 h 40					ASAL-09		ACRO-04		AJ01-05		AJ03-07	AJ04-06							
11 h 45			ATME-03																
12 h 30				ALOUT-03	ASAL-10	APLU-08	ACRO-05				AJ03-08		AJ05-03						
13 h 20									AJ01-06					AJ06-03	AJ07-02	AJ08-02	AJ09-02	AJ10-02	
<b>Dimanche</b>																			
8 h 15	AETO-05				ASAL-11	APLU-09				AJ02-05	AJ03-09								
8 h 50		ACAN-05																	
9 h 05					ASAL-12			ABAL-02			AJ03-10	AJ04-07	AJ05-04						
9 h 25			ATME-04																
9 h 55						APLU-10			AJ01-07	AJ02-06	AJ03-11		AJ05-05	AJ06-04					
10 h				ALOUT-04															
10 h 35		ACAN-06																	
10 h 45					ASAL-13	APLU-11		ABAL-03		AJ02-07	AJ03-12	AJ04-08							
11 h 10			ATME-05																
11 h 35					ASAL-14		ACRO-06			AJ02-08		AJ04-09							
11 h 45		ACAN-07																	
12 h 25					ASAL-15	APLU-12				AJ02-09	AJ03-13								
13 h 15					ASAL-16							AJ04-10			AJ07-03	AJ08-03	AJ09-03	AJ10-03	
16 h 10					ASAL-17		ACRO-07		AJ01-08										
17 h															AJ07-04	AJ08-04	AJ09-04		

Inscription : Du 21 mars 19 h au 28 mars. En ligne : [ville.levis.qc.ca](http://ville.levis.qc.ca). Par téléphone : 418 835-8574. Voir horaire en page 2.



## TABLEAU 2

### HORAIRE PISCINE PIERRE-LÉTOURNEAU DU CENTRE CULTUREL

	Croix-Rouge Natation préscolaire (5 ans et moins)								Croix-Rouge Natation junior (6 ans et plus)									
	Étoile de mer	Canard	Tortue de mer	Loutre de mer	Salamandre	Poisson-lune	Crocodile	Baleine	Junior 1	Junior 2	Junior 3	Junior 4	Junior 5	Junior 6	Junior 7	Junior 8	Junior 9	Junior 10
<b>Mardi</b>																		
9 h	LETO-01	LCAN-01																
<b>Jeudi</b>																		
17 h 30				LLOUT-01	LSAL-01		LCRO-01											
18 h 05				LLOUT-02														
18 h 20					LSAL-02			LJ01-01										
18 h 40		LCAN-02																
19 h 10					LSAL-03	LPLU-05			LJ02-01									
19 h 15										LJ03-01								
<b>Vendredi</b>																		
18 h 40		LCAN-03			LSAL-04	LPLU-01	LCRO-03		LJ02-02			LJ05-01	LJ06-01					
19 h 15			LTME-01															
19 h 30					LSAL-13				LJ03-02					LJ07-01	LJ08-01			
19 h 50				LLOUT-03														
<b>Samedi</b>																		
9 h	LETO-02	LCAN-04			LSAL-05	LPLU-02		LBAL-01		LJ03-03							LJ09-01	LJ10-01
9 h 35			LTME-02	LLOUT-04														
9 h 50					LSAL-06	LPLU-03	LCRO-04		LJ02-03	LJ03-04								
10 h 10				LLOUT-05														
10 h 40					LSAL-07			LJ01-02	LJ02-04			LJ05-02		LJ07-02	LJ08-02			
10 h 45	LETO-03																	
11 h 20		LCAN-05																
11 h 25			LTME-03															
11 h 30					LSAL-08			LJ01-03		LJ03-06				LJ06-02				
11 h 55		LCAN-06																
12 h 20					LSAL-09				LJ02-05	LJ03-05	LJ04-01							
12 h 30			LTME-04															
13 h 05				LLOUT-06														
13 h 10					LSAL-10		LCRO-02				LJ04-02							
13 h 40			LTME-05															
<b>Dimanche</b>																		
16 h 10				LLOUT-07	LSAL-14													
16 h 45					LSAL-11	LPLU-04		LJ01-04										
17 h									LJ02-06									
17 h 35					LSAL-12													
17 h 50		LCAN-07																

Inscription : Du 21 mars 19 h au 28 mars. En ligne : [ville.levis.qc.ca](http://ville.levis.qc.ca). Par téléphone : 418 835-8574. Voir horaire en page 2.

## TABLEAU 3

### HORAIRE PISCINE DU CÉGEP DE LÉVIS-LAUZON

	Croix-Rouge Natation préscolaire (5 ans et moins)								Croix-Rouge Natation junior (6 ans et plus)					
	Étoile de mer	Canard	Tortue de mer	Loutre de mer	Salamandre	Poisson-lune	Crocodile	Baleine	Junior 1	Junior 2	Junior 3	Junior 4	Junior 5	A d'Eau
<b>Samedi</b>														
9 h	GETO-01	GCAN-01				GSAL-01		GCRO-01	GBAL-01	GJ01-01				
9 h 40			GTME-01											
9 h 50				GLOUT-01		GPLU-01				GJ02-01	GJ03-01			
10 h 20				GLOUT-02										
10 h 40					GSAL-02				GJ01-02			GJ04-01	GJ05-01	
11 h	GETO-02	GCAN-02												
11 h 30			GTME-02		GSAL-03	GPLU-02								GADO-01
11 h 40				GLOUT-03										

Inscription : Du 21 mars 19 h au 28 mars. En ligne : [ville.levis.qc.ca](http://ville.levis.qc.ca). Par téléphone : 418 835-8574. Voir horaire en page 2.



## ACTIVITÉS AQUATIQUES POUR ADULTES

## ACTIVITÉS AQUATIQUES POUR ADULTES ET 16 À 18 ANS - COURS DE GROUPE

Secteurs Charny et Lévis

Pour information  
Ville de Lévis : 418 839-9561  
info Loisirs@ville.levis.qc.ca, ville.levis.qc.ca

ACTIVITÉ	CLIENTÈLE	DESCRIPTION	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Actiforme	18 ans et plus	Amélioration de la condition physique par des exercices. En eau peu profonde. Intensité faible à modérée. Préalable : aucun.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 4 et 5	2016-04-11	55 min. 9 sem.	85 \$
Aérobic Aérobic +	18 ans et plus	Enchaînement de mouvements rythmés. En eau peu profonde. Intensité faible à modérée. Préalable : aucun. Aérobic + : intensité plus élevée.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 4 et 5	2016-04-11	55 min. 9 sem.	85 \$
AquaPoussette	18 ans et plus	Remise en forme pour maman et initiation à l'eau pour bébé (installé dans un bateau). En eau peu profonde. Intensité faible à modérée. Préalable : enfant 6 à 18 mois.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 4 et 5	2016-04-11	55 min. 9 sem.	85 \$
Entraînement	16 ans et plus	Entraînement supervisé par un moniteur (crawl, dos crawlé, brasse, papillon). Intensité selon le niveau du groupe. Préalable : Nager 6 longueurs.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard	Voir tableau 4	2016-04-11	55 min. 9 sem.	85 \$
Jogging Jogging +	18 ans et plus	Variété d'activités, sur place et en mouvement, nécessitant un effort soutenu. En eau profonde. Intensité modérée à élevée. Préalable : aucun. Jogging + : intensité plus élevée.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 4 et 5	2016-04-11	55 min. 9 sem.	85 \$
Natation adaptée	18 ans et plus	Amélioration de la condition physique par des exercices adaptés. Préalable : pour les personnes aux prises avec des restrictions physiques (fibromyalgie, sclérose en plaques, arthrite, etc.)	Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 5	2016-04-11	55 min. 9 sem.	85 \$
Natation - Essentiel Débutant	18 ans et plus	Apprivoiser l'eau et être plus à l'aise dans le milieu aquatique. Activités en eau peu profonde et en largeur. Préalable : aucun.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 4 et 5	2016-04-11	55 min. 9 sem.	85 \$
Natation - Essentiel Intermédiaire	18 ans et plus	Apprentissage de certains styles de nage et amélioration de l'aisance dans l'eau. Activités en eau peu profonde (1,3 m) et en largeur. Préalable : être à l'aise dans l'eau.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 4 et 5	2016-04-11	55 min. 9 sem.	85 \$
Natation - Style de nage Intermédiaire	18 ans et plus	Améliorer les styles de nage et la condition physique. Préalable : être capable de nager deux longueurs.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard	Voir tableau 4	2016-04-11	55 min. 9 sem.	85 \$
Natation - Style de nage Avancé	18 ans et plus	Perfectionnement des styles de nage et amélioration de la condition physique. Préalable : être capable de nager deux longueurs.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard	Voir tableau 4	2016-04-11	55 min. 9 sem.	85 \$
Prénatal	18 ans et plus	Enchaînement de mouvements rythmés, adaptés aux femmes enceintes. En eau peu profonde et profonde. Intensité faible à modérée. Préalable : présentation de l'accord médical au 1 <sup>er</sup> cours.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	Voir tableaux 4 et 5	2016-04-11	55 min. 9 sem.	85 \$

Inscription : Du 21 mars 19 h au 28 mars. En ligne : [ville.levis.qc.ca](http://ville.levis.qc.ca). Par téléphone : 418 835-8574. Voir horaire en page 2.

## ACTIVITÉS AQUATIQUES POUR ADULTES - COURS PRIVÉS ET SEMI-PRIVÉS

Secteurs Charny et Lévis

Pour information  
Ville de Lévis : 418 839-9561  
info Loisirs@ville.levis.qc.ca, ville.levis.qc.ca

ACTIVITÉ	CLIENTÈLE	DESCRIPTIONS	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT	CODE
Privé	18 ans et plus	Enseignement individualisé.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	Vous serez appelé avant le 10 avril	À déterminer	45 min. 5 cours	189 \$	AP01
Semi-privé	18 ans et plus	Enseignement à deux participants. Vous devez faire le jumelage vous-même.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	Vous serez appelé avant le 10 avril	À déterminer	45 min. 5 cours	199 \$	ASP01

Inscription : Du 21 mars 19 h au 28 mars. En ligne : [ville.levis.qc.ca](http://ville.levis.qc.ca). Par téléphone : 418 835-8574. Voir horaire en page 2.



## TABLEAU 4

### HORAIRE PISCINE DE L'AQUARÉNA LÉO-PAUL-BÉDARD

	ActiForme	Aérobic	Aérobic +	AquaPoussette	Entraînement	Jogging	Jogging +	Natation Essentiel		Natation Style de nage Intermédiaire et avancé	Prénatal
								Débutant	Intermédiaire		
<b>Lundi</b>											
8 h 55		AAER-01									
9 h 55	AACT-01										
10 h 55			AAER-08								
15 h						AJOG-01					
20 h 10						AJOG-02		ANED-01	ANEI-01		
<b>Mardi</b>											
9 h	AACT-02										
10 h				APOU-01							
12 h						AJOG-03					
13 h											APRE-01
14 h			AAER-09								
20 h 10					AENT-01					ANSN-01	
21 h 10										ANSN-02	
<b>Mercredi</b>											
8 h 55		AAER-02									
9 h 55				APOU-02							
10 h 55		AAER-03									
16 h 30						AJOG-04					
20 h 10							AJOG-07				APRE-02
<b>Jeudi</b>											
9 h		AAER-04									
10 h	AACT-03										
11 h							AJOG-08				
12 h		AAER-05									
13 h 30											APRE-03
18 h 30						AJOG-05					APRE-04
19 h 25		AAER-06					AJOG-09				
20 h 20			AAER-10			AJOG-06					
<b>Vendredi</b>											
8 h 55	AACT-05										
9 h 55		AAER-07									
10 h 55	AACT-04										

Inscription : Du 21 mars 19 h au 28 mars. En ligne : [ville.levis.qc.ca](http://ville.levis.qc.ca). Par téléphone : 418 835-8574. Voir horaire en page 2.

## TABLEAU 5

### HORAIRE PISCINE PIERRE-LÉTOURNEAU DU CENTRE CULTUREL

	ActiForme	Aérobic	Aérobic +	AquaPoussette	Jogging	Jogging +	Natation adaptée	Natation essentiel Débutant et intermédiaire	Prénatal
10 h 20	LACT-01								
15 h 30							LFYBRO-01		
16 h 30			LAER-06						
19 h					LJOG-01				LPRE-01
20 h		LAER-01			LJOG-02				
<b>Mardi</b>									
9 h 45			LAER-07						
10 h 45								LNES-01	
11 h 45					LJOG-03				
18 h					LJOG-04				
19 h		LAER-02							
20 h						LJOG-07			



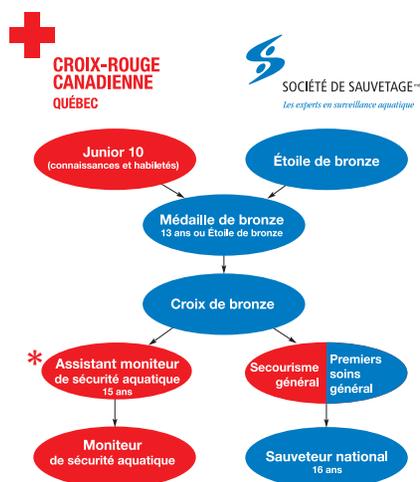
**TABLEAU 5 (SUITE)**

**HORAIRE PISCINE PIERRE-LÉTOURNEAU DU CENTRE CULTUREL**

	ActiForme	Aérobic	Aérobic +	AquaPoussette	Jogging	Jogging +	Natation adaptée	Natation essentiel Débutant et intermédiaire	Prénatal
<b>Mercredi</b>									
9 h 20		LAER-03							
10 h 20	LACT-02								
15h 45		LAER-08							
20 h		LAER-04			LJOG-05				
<b>Jedi</b>									
9 h 45				LPOU-01					
10 h 45		LAER-05							
11 h 45					LJOG-06				

**Inscription :** Du 21 mars 19 h au 28 mars. En ligne : [ville.levis.qc.ca](http://ville.levis.qc.ca). Par téléphone : 418 835-8574. Voir horaire en page 2.

**AQUATIQUE - COURS DE FORMATION**



ESPRIT D'ÉQUIPE  
PASSION



APPARTENANCE  
ACCOMPLISSEMENT

PLAISIR



CRÉATION



ENTRAIDE

Les cours de formation sont offerts à une clientèle qui désire poursuivre son apprentissage dans le domaine aquatique, tant sur le plan de la surveillance de bain public que sur le plan de l'enseignement.

**\*Nouvelle formule :** veuillez noter que le cours *Assistant moniteur* n'est plus offert et que la *Croix de bronze* est maintenant le niveau préalable au cours *Moniteur de sécurité aquatique*.

**ACTIVITÉS AQUATIQUES - COURS DE FORMATION**

Secteurs Charny et Lévis

**Pour information**

Ville de Lévis : 418 839-9561, Lucie Bélanger : 418 835-4813  
[info Loisirs@ville.levis.qc.ca](mailto:info Loisirs@ville.levis.qc.ca), [ville.levis.qc.ca](http://ville.levis.qc.ca)

**Horaires :** il est important de noter que pour démarrer un cours, le nombre de candidates et candidats doit être suffisant. La décision d'offrir un cours repose également sur la disponibilité de notre personnel instructeur qualifié. Vous serez appelé lorsque toutes ces conditions seront respectées.

**Coût :** inclut la certification, les volumes et les taxes lorsqu'applicables. Le coût peut être modifié sans préavis, selon les frais de certification, de volumes ou autre.

<b>Volet Sauvetage</b>							
ACTIVITÉ / NIVEAU	CLIENTÈLE	PRÉALABLE	LIEU	HORAIRE	DURÉE	COÛT	CODE
Médaille de bronze Premier cours obligatoire pour le volet sauvetage et enseignement	12 ans et plus	- Avoir 13 ans au dernier cours. - Démontrer les habiletés du junior 10.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	À déterminer (voir note horaire)	30 heures (piscine et salle)	120 \$	MED-01
Croix de bronze	13 ans et plus	- Détenir le brevet Médaille de bronze.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	À déterminer (voir note horaire)	40 heures (piscine et salle)	135 \$	CROIX-01
Premiers soins général	13 ans et plus	- Aucun.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	À déterminer (voir note horaire)	16 heures (intensif)	90 \$	SOINS-01
Sauveteur national - Option piscine	15 ans et plus	- Avoir 16 ans au dernier cours. - Détenir le brevet premiers soins général.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	À déterminer (voir note horaire)	44 heures (piscine et salle)	170 \$	SAUV-01

<b>Volet Enseignement NOUVELLE FORMULE</b>							
ACTIVITÉ / NIVEAU	CLIENTÈLE	PRÉALABLE	LIEU	HORAIRE	DURÉE	COÛT	CODE
Moniteur de sécurité aquatique - <i>Nouvelle Formule</i>	15 ans et plus	- Avoir 15 ans. - Détenir le brevet Croix de bronze.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard Piscine Pierre-Létourneau	À déterminer (voir note horaire)	À déterminer (en ligne, stage, salle et piscine)	À déterminer	MON-01

**Inscription :** En ligne : [ville.levis.qc.ca](http://ville.levis.qc.ca). En tout temps, les candidates et candidats pourront laisser leur nom sur la liste d'attente. Pour toute information, communiquez avec Lucie Bélanger au 418 835-4813.

**AQUATIQUE – HORAIRE BAINS LIBRES**

Voir section activités de participation libres page 24.



**ÉCOLE DE NATATION**

Secteurs Charny et Lévis

Pour information

Les Riverains de Lévis, Guillaume Mecteau : 418 833-7088

[www.lesriverainslevis.com](http://www.lesriverainslevis.com)

Cours d'initiation à la natation sportive afin de faire progresser votre enfant avec les bonnes techniques et des comportements sécuritaires.

CLIENTÈLE	PRÉALABLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
3 à 4 ans Explorateur	Être à l'aise dans l'eau sans un parent.	Piscine Pierre-Létoile	Ven. 16 h 30 à 17 h 15 ou Ven. 17 h 30 à 18 h 15 ou Dim. 9 h à 9 h 45 ou Dim. 10 h à 10 h 45 ou Dim. 11 h à 11 h 45 ou	2016-04-11	10 sem.	82 \$ 1 fois sem.
		Cégep de Lévis-Lauzon	Jeu. 18 h 30 à 19 h 30			
4 à 6 ans Bronze 1-2-3	Aller dans l'eau sans objet flottant et pouvoir mettre la tête sous l'eau.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard	Sam. 8 h à 9 h ou Sam. 9 h à 10 h ou Dim. 16 h 30 à 17 h 30 ou Dim. 17 h 30 à 18 h 30	2016-04-11	10 sem.	102 \$ 1 fois sem.
		Piscine Pierre-Létoile	Ven. 16 h 30 à 17 h 30 ou Ven. 17 h 30 à 18 h 30 ou Dim. 9 h à 10 h ou Dim. 10 h à 11 h ou Dim. 11 h à 12 h			
		Cégep de Lévis-Lauzon	Jeu. 18 h 30 à 19 h 30			
7 à 8 ans Argent	Nager 25 m sans aide sur le ventre et sur le dos.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard	Sam. 8 h à 9 h ou Sam. 9 h à 10 h ou Dim. 16 h 30 à 17 h 30 ou Dim. 17 h 30 à 18 h 30	2016-04-11	10 sem.	102 \$ 1 fois sem.
		Piscine Pierre-Létoile	Ven. 16 h 30 à 17 h 30 ou Ven. 17 h 30 à 18 h 30 ou Dim. 9 h à 10 h ou Dim. 10 h à 11 h Dim. 11 h à 12 h			
		Cégep de Lévis-Lauzon	Jeu. 18 h 30 à 19 h 30			
8 à 11 ans Or	Nager 100 m sans aide, crawl et dos. Présence deux fois par semaine.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard	Sam. 8 h à 9 h ou Sam. 9 h à 10 h ou Dim. 16 h 30 à 17 h 30	2016-04-11	10 sem.	200 \$ 2 fois sem.
		Piscine Pierre-Létoile	Ven. 17 h 30 à 18 h 30 ou Dim. 9 h à 10 h (Dim. obligatoire)			
		Cégep de Lévis-Lauzon	Jeu. 18 h 30 à 19 h 30			

Inscription : Du 7 au 19 mars. En ligne : [www.lesriverainslevis.com](http://www.lesriverainslevis.com). Par téléphone : 418 833-7088.

**ÉQUIPE DE COMPETITION**

Secteurs Charny et Lévis

Pour information

Les Riverains de Lévis, Guillaume Mecteau : 418 833-7088

[www.lesriverainslevis.com](http://www.lesriverainslevis.com)

Perfectionnement de tous les types de nages (crawl, brasse, dos, papillon) dans le but de participer à des compétitions régionales, provinciales et nationales. Entraînement avec un groupe stimulant permettant d'atteindre une bonne forme physique et de maîtriser les techniques de nage et les standards de la fédération.

CLIENTÈLE	PRÉALABLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT / ANNÉE
10 ans et moins	Nager quatre styles de nage, 400 m.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard	Lun. 17 h 30 à 18 h 30 et Ven. 16 h 45 à 17 h 45 et Sam. 8 h à 10 h	2016-04-11	40 sem.	720 \$
		Cégep de Lévis-Lauzon	Lun. 17 h 15 à 18 h 30 et Mer. 17 h 15 à 18 h 30 et Sam. 7 h 30 à 9 h			
11 à 12 ans	Réussir les standards <i>Régional développement</i> .	Aquaréna Léo-Paul-Bédard	Lun. 17 h à 18 h 30 et Mar. 17 h à 18 h 30 et Jeu. 17 h à 18 h 30 et Sam. 6 h à 8 h	2016-04-11	40 à 46 sem.	990 \$
		Cégep de Lévis-Lauzon	Lun. 17 h à 18 h 30 et Mer. 17 h à 18 h 30 et Jeu. 17 h à 18 h 30 et Sam. 7 h 30 à 9 h			
13 ans et plus	Réussir les standards <i>Provincial développement</i> .	Aquaréna Léo-Paul-Bédard	6 X sem. Voir site Internet	2016-04-11	46 à 48 sem.	1 370 \$
		Cégep de Lévis-Lauzon				

Inscription : Du 7 au 19 mars. En ligne : [www.lesriverainslevis.com](http://www.lesriverainslevis.com). Par téléphone : 418 833-7088.

**MAITRES NAGEURS**

Secteurs Charny et Lévis

Pour information

Les Riverains de Lévis, Guillaume Mecteau : 418 833-7088

[www.lesriverainslevis.com](http://www.lesriverainslevis.com)

Perfectionnement de tous les types de nages (crawl, brasse, dos, papillon). Entraînement avec un groupe stimulant permettant d'atteindre une bonne forme physique et de maîtriser les techniques. Possibilité de participer à des compétitions de façon volontaire.

CLIENTÈLE	PRÉALABLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
18 ans et plus	Maîtriser adéquatement au moins un style de nage.	Aquaréna Léo-Paul-Bédard	Mar. 6 h à 7 h 30 et / ou Jeu. 6 h à 7 h 30	2016-04-11	12 sem.	92 \$ \$ à 216 \$ Consulter site Internet
		Piscine Pierre-Létourneau	Lun. 17 h 30 à 19 h et / ou Mar. 12 h à 13 h et / ou Mer. 17 h 30 à 19 h et / ou Jeu. 12 h à 13 h			
		Cégep de Lévis-Lauzon	Lun. 6 h à 7 h 30 et /ou Jeu. 6 h à 7 h 30			

Inscription : Du 7 au 19 mars. En ligne : [www.lesriverainslevis.com](http://www.lesriverainslevis.com). Par téléphone : 418 833-7088.

**ENTRAÎNEMENT ADOS**

Secteurs Lévis

Pour information

Les Riverains de Lévis, Guillaume Mecteau : 418 833-7088

[www.lesriverainslevis.com](http://www.lesriverainslevis.com)

Perfectionnement des techniques et styles de nages dans le but de garder et d'augmenter sa forme physique.

CLIENTÈLE	PRÉALABLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
12 à 16 ans	Maîtriser adéquatement au moins un style de nage. Nager 300 m consécutifs.	Piscine Pierre-Létourneau	Mar. 17 h 30 à 19 h	2016-04-11	12 sem.	119 \$

Inscription : Du 7 au 19 mars. En ligne : [www.lesriverainslevis.com](http://www.lesriverainslevis.com). Par téléphone : 418 833-7088.

**NATATION ADAPTÉE (Olympique spéciaux Québec)**

Secteur Lévis

Pour information

Les Riverains de Lévis, Guillaume Mecteau : 418 833-7088

[www.lesriverainslevis.com](http://www.lesriverainslevis.com)

Programme destiné aux nageuses et nageurs ayant une déficience intellectuelle.

CLIENTÈLE	PRÉALABLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT / ANNÉE
12 à 16 ans	Nager au moins 100 m.	Cégep de Lévis-Lauzon	Mer. 16 h 30 à 18 h et Ven. 16 h 30 à 18 h	2016-04-11	38 sem.	700 \$

Inscription : Du 7 au 19 mars. En ligne : [www.lesriverainslevis.com](http://www.lesriverainslevis.com). Par téléphone : 418 833-7088.

**ACTIVITÉS ARTISTIQUES ET CULTURELLES****DANSE CRÉATIVE**

Secteur Saint-Jean-Chrysostome

Pour information

Multi-Art Chute Chaudière, Rosalie Giguère : 418 619-0820

[www.multiartchutechaudiere.ca](http://www.multiartchutechaudiere.ca)

Les cours de danse créative sont offerts aux jeunes enfants, l'âge idéal pour apprendre à jouer et à composer avec le mouvement et le rythme en interrelation avec d'autres élèves.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
4 ans	École de l'Alizé	Sam. 9 h à 9 h 45	2016-04-16	6 sem.	43 \$
5 ans	École de l'Alizé	Sam. 9 h 45 à 10 h 30 ou sam. 10 h 30 à 11 h 15	2016-04-16	6 sem.	43 \$

Inscription : Par téléphone : Rosalie Giguère, 418 619-0820.

**DANSE HIP-HOP**

Secteurs Saint-Jean-Chrysostome et Saint-Romuald

Pour information

Multi-Art Chute Chaudière, Rosalie Giguère : 418 619-0820

[www.multiartchutechaudiere.ca](http://www.multiartchutechaudiere.ca)

Influencé par la danse de rue, le hip-hop c'est la danse des vidéos. Ce cours demande une certaine force physique.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
8 à 12 ans - Débutant	Petite école	Sam. 9 h à 10 h	2016-04-16	6 sem.	43 \$
8 à 12 ans - Intermédiaire	Petite école	Sam. 10 h à 11 h	2016-04-16	6 sem.	43 \$
5 à 6 ans	Petite école	Sam. 11 h à 11 h 45	2016-04-16	6 sem.	43 \$
8 à 12 ans - Intermédiaire avancé	École de la Rose-des-Vents	Lun. 18 h 30 à 19 h 30	2016-04-18	6 sem.	43 \$
12 à 17 ans - Intermédiaire avancé	École de la Rose-des-Vents	Lun. 19 h 30 à 20 h 30	2016-04-18	6 sem.	43 \$
8 à 12 ans - Débutant	École de l'Alizé	Mer. 18 h 30 à 19 h 30	2016-04-20	6 sem.	43 \$

Inscription : Par téléphone : Rosalie Giguère, 418 619-0820.



## DANSE JAZZ

Secteur Saint-Jean-Chrysostome

Pour information

Multi-Art Chute Chaudière, Rosalie Giguère : 418 619-0820  
www.multiartchutechaudiere.ca

Ce cours utilise la technique Simonson en jazz. Le jeune aura une formation technique et fera une partie de chorégraphie.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
5 à 7 ans - Intermédiaire 1	École de Taniata	Sam. 9 h à 9 h 45	2016-04-16	6 sem.	43 \$
5 à 7 ans - Intermédiaire 1	École de la Rose-des-Vents	Sam. 10 h 30 à 11 h 15	2016-04-16	6 sem.	43 \$
5 à 7 ans - Intermédiaire 2	École de la Rose-des-Vents	Sam. 9 h 45 à 10 h 30	2016-04-16	6 sem.	43 \$
7 à 9 ans - Intermédiaire 3	École de Taniata	Sam. 9 h 45 à 10 h 45	2016-04-16	6 sem.	43 \$
7 à 9 ans - Intermédiaire 4 et 5	École de la Rose-des-Vents	Sam. 11 h 15 à 12 h 15	2016-04-16	6 sem.	43 \$
7 à 10 ans - Intermédiaire 8	École de la Rose-des-Vents	Mar. 18 h à 19 h	2016-04-19	6 sem.	43 \$
10 à 18 ans - Avancé 1, groupe 1	École de la Rose-des-Vents	Mer. 18 h 15 à 19 h 15	2016-04-20	6 sem.	43 \$
10 à 18 ans - Avancé 2, groupe 2	École de la Rose-des-Vents	Mar. 19 h à 20 h	2016-04-19	6 sem.	48 \$
12 à 18 ans - Avancé 2	École de la Rose-des-Vents	Mer. 19 h 15 à 20 h 15	2016-04-20	6 sem.	48 \$
16 à 18 ans - Avancé 3	École de la Rose-des-Vents	Jeu. 20 h à 21 h	2016-04-21	6 sem.	48 \$
16 à 18 ans - Avancé 4	École de la Rose-des-Vents	Mar. 20 h à 21 h 30	2016-04-19	6 sem.	60 \$
9 à 12 ans - Élite 1	École de Taniata	Mar. 18 h à 19 h	2016-04-19	6 sem.	48 \$
7 à 9 ans - Élite 2	École de Taniata	Mer. 18 h à 19 h	2016-04-20	6 sem.	48 \$

Inscription : Par téléphone : Rosalie Giguère, 418 619-0820.

## DANSE - PRÉDANSE

Secteur Saint-Jean-Chrysostome

Pour information

Multi-Art Chute Chaudière, Rosalie Giguère : 418 619-0820  
www.multiartchutechaudiere.ca

Ce cours permet aux jeunes de 5 et 6 ans de se familiariser avec le ballet classique et la danse jazz. Spectacle en fin de session.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
4 ans	École de l'Alizé	Sam. 11 h 15 à 12 h	2016-04-16	6 sem.	43 \$
5 ans	École de la Rose-des-Vents	Sam. 9 h à 9 h 45	2016-04-16	6 sem.	43 \$

Inscription : Par téléphone : Rosalie Giguère, 418 619-0820.

## DESSIN

Secteur Saint-Jean-Chrysostome

Pour information

Multi-Art Chute Chaudière, Ginette Mayrand : 418 839-1083  
www.multiartchutechaudiere.ca

Apprentissage des notions de dessin tout en favorisant la créativité et la spontanéité. Notions de profondeur, de perspective, de proportions, etc. Matériel inclus.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
5 à 7 ans	Chalet du parc Champigny	Sam. 10 h à 10 h 45	2016-04-09	6 sem.	55 \$
8 à 14 ans	Chalet du parc Champigny	Sam. 10 h 45 à 12 h	2016-04-09	6 sem.	65 \$
8 à 14 ans	Chalet du parc Champigny	Sam. 12 h à 13 h 15	2016-04-09	6 sem.	65 \$

Inscription : Par téléphone : Ginette Mayrand, 418 839-1083.

## MUSIQUE - ÉCOLE

Secteurs Lévis et Saint-Romuald

Pour information

L'Accroche Notes : 418 838-4191, poste 1  
info@accrochenotes.ca, www.accrochenotes.ca

Cours individuels : accordéon-piano, basse électrique, contrebasse, batterie, chant, clarinette, flûte à bec, flûte traversière, guitare classique, guitare acoustique ou électrique, mandoline, piano, saxophone, trombone, trompette, ukulélé, violon, violon alto, violoncelle, etc.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
4 à 5 ans - Cours individuels	Maison de la musique Bernard-Bonnier Juvénat Notre-Dame	Lun. au jeu.	2016-05-02	6 sem.	Variable selon la durée du cours
5 à 6 ans ou 7 à 8 ans - Découverte des instruments Cours de groupe	Maison de la musique Bernard-Bonnier	À déterminer	2016-05-02	6 sem.	93 \$
Cours instrumental ou vocal Cours semi-privé	Maison de la musique Bernard-Bonnier Juvénat Notre-Dame	Lun. au jeu.	2016-05-02	6 sem.	119 \$
18 à 36 mois (avec parent) - Bébés musiciens	Maison de la musique Bernard-Bonnier	Mar. 9 h 30	2016-05-02	6 sem.	60 \$
3 à 5 ans - Éveil à la musique	Maison de la musique Bernard-Bonnier	Mar. 18 h	2016-05-02	6 sem.	60 \$
Cours d'essai	Maison de la musique Bernard-Bonnier Juvénat Notre-Dame	Lun. au jeu.	2016-05-02	1 cours	36 \$
Coaching vocal ou instrumental	Maison de la musique Bernard-Bonnier Juvénat Notre-Dame	Lun. au jeu.	2016-05-02	6 sem.	Variable selon la durée du cours
Composition	Maison de la musique Bernard-Bonnier	Lun. au jeu.	2016-05-02	6 sem.	216 \$ (60 min) 324 \$ (90 min)

Inscription : Par téléphone : 418 838-4191, poste 1, entre 10 h et 15 h 30. Par courriel à info@accrochenotes.ca



**MUSIQUE - GUITARE**

Secteur Saint-Jean-Chrysostome

Pour information

Multi-Art Chute Chaudière, Jacques Lavoie : 418 622-0537  
www.multiartchutechaudiere.ca

Cours individuels ou de groupe de guitare classique, d'accompagnement ou électrique.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
6 ans et plus Cours individuels	Chalet du parc Champigny	Mar. entre 16 h et 22 h ou mer. entre 16 h et 22 h ou Jeu. entre 16 h et 22 h ou sam. entre 9 h et 16 h	2016-03-15	12 sem.	20 \$ / 30 min 25 \$ / 45 min 30 \$ / 60 min

Inscription : Par téléphone : Jacques Lavoie, 418 622-0537.

**PEINTURE - ACRYLIQUE OU HUILE**

Secteur Saint-Jean-Chrysostome

Pour information

Multi-Art Chute Chaudière, Ginette Mayrand : 418 839-1083  
www.multiartchutechaudiere.ca

Cours d'expression et de création : dessin, couleurs, ombre, lumière, perspective, etc. Pour personnes débutantes ou avancées. Chaque personne produit ses propres projets. Prévoir coût du matériel.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
15 ans et plus	Chalet du parc Quatre-Saisons	Mer. 19 h à 22 h ou jeu. 13 h 30 à 16 h 30 ou jeu. 19 h à 22 h	2016-04-13	6 sem.	90 \$

Inscription : Par téléphone : Ginette Mayrand, 418 839-1083.



**ACTIVITÉS POUR JEUNES FAMILLES**

Secteur Saint-Romuald

Pour information

Ressources-Naissances : 418 834-8085  
www.ressources-naissances.com

Divers cours et ateliers offerts pour les femmes enceintes, les futurs parents ou les parents ayant un enfant de 0 à 1 an.

ACTIVITÉS	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
Alimentation bébé	Ressources-Naissances	Voir site Internet	2016-04	Variable Voir site Internet	Voir site Internet
Allaitement					
Atelier Félicitations					
Ateliers Bien-Naître					
Ballon stretching prénatal					
Bedaine et poussette zen					
Bébé s'éveille					
Danse latino avec bébé					
Mamans et bébés actifs					
Massage bébé					
Pilates postnatal					
Préparation à l'accouchement					
RCR premiers secours (bébé-enfant)					
Yoga prénatal et postnatal					

Inscription : En tout temps. En ligne : www.ressources-naissances.com. Par téléphone : 418 834-8085.

**ATELIERS PRÉSCOLAIRES**

Secteur Pintendre

Pour information

Ville de Lévis : 418 839-9561  
loisirs@ville.levis.qc.ca, ville.levis.qc.ca

Ateliers enchantés : viens vivre une pléiade d'activités stimulantes pour te préparer à la maternelle. Tu pourras aussi réaliser de magnifiques bricolages et tu y rencontreras de nouveaux amis. Une ou deux fois par semaine.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT	CODE
3 à 5 ans	Centre des loisirs	Mar. 8 h 45 à 10 h 45	2016-04-12	8 sem.	85 \$	ATENCHAN-01

Inscription : Du 21 mars 19 h au 28 mars. En ligne : ville.levis.qc.ca. Par téléphone : 418 835-8574. Voir horaire en page 2.





## ENTRAÎNEMENT

Secteurs Saint-Nicolas et Charny

Pour information

Cardio danse kami

Karine Marcoux : 418 834-1329, Michelle Tanguay : 418 603-1519  
cardiodansekami@gmail.com, cardiodansekami.wix.com/levis

Les cours sont dynamiques et adaptés à la clientèle, et ce, pour tous les âges et conditions physiques. Pour connaître la description de chacun des types de cours consultez notre site Internet.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE / SESS.	COÛT
15 ans et plus Zumba	École Clair-Soleil	Mar. 18 h 30 à 19 h 25 et / ou Jeu. 19 h 30 à 20 h 25 et / ou Sam. 9 h à 9 h 55	2016-04-12 2016-04-14 2016-04-16	6 sem.	45 \$ / 1 fois sem. 73 \$ / 2 fois sem. 98 \$ / 3 fois sem.
15 ans et plus Fesses de fer	École Clair-Soleil	Mar. 19 h 30 à 20 h 25	2016-04-12	6 sem.	45 \$ / 1 fois sem. 73 \$ / 2 fois sem. 98 \$ / 3 fois sem.
15 ans et plus Intervalle-Tabata	École Clair-Soleil	Jeu. 18 h 30 à 19 h 25 et / ou Sam. 10 h à 10 h 55	2016-04-14 2016-04-16	6 sem.	45 \$ / 1 fois sem. 73 \$ / 2 fois sem. 98 \$ / 3 fois sem.
15 ans et plus Zumba	Centre communautaire La Sorbonne	Lun. 17 h 30 à 18 h 25	2016-04-11	6 sem.	45 \$ / 1 fois sem. 73 \$ / 2 fois sem. 98 \$ / 3 fois sem.
15 ans et plus Aréobootcamp	Centre communautaire La Sorbonne	Lun. 18 h 30 à 19 h 25	2016-04-11	6 sem.	45 \$ / 1 fois sem. 73 \$ / 2 fois sem. 98 \$ / 3 fois sem.
15 ans et plus Tonus-souplesse	École Saint-Louis-de-France	Lun. 19 h à 19 h 55	2016-04-11	6 sem.	45 \$ / 1 fois sem. 73 \$ / 2 fois sem. 98 \$ / 3 fois sem.
15 ans et plus Zumba	École Saint-Louis-de-France	Lun. 20 h à 20 h 55 et / ou Mer. 20 h à 20 h 55	2016-04-11 2016-04-13	6 sem.	45 \$ / 1 fois sem. 73 \$ / 2 fois sem. 98 \$ / 3 fois sem.
15 ans et plus Piloxing	École Saint-Louis-de-France	Mer. 19 h à 19 h 55	2016-04-13	6 sem.	45 \$ / 1 fois sem. 73 \$ / 2 fois sem. 98 \$ / 3 fois sem.

**Inscription :** En tout temps. La priorité est accordée aux participants inscrits avant le premier cours. En ligne : [cardiodansekami.wix.com/levis](http://cardiodansekami.wix.com/levis)

Par téléphone : 418 834-1329 ou 418 603-1519. Par la poste, 952, rue du Granit, Lévis, G6Z 3C7.

## ENTRAÎNEMENT

Secteur Saint-Étienne-de-Lauzon

Pour information

Performance C2 : 418 655-9526

info@performanccec2.com, www.performanccec2.com

Les cours sont dynamiques et adaptés à la clientèle. Pour connaître la description de chacun des types de cours consultez notre site Internet.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE / SESS.	COÛT
15 ans et plus Aérobic	École de la Chanterelle	Lun. 19 h à 19 h 55	2016-04-11	6 sem.	48 \$ / 1 fois sem. 84 \$ / 2 fois sem. 108 \$ / 3 fois sem. 120 \$ / 4 fois sem.
15 ans et plus Aérobic	École de la Chanterelle	Mer. 19 h à 19 h 55	2016-04-13	6 sem.	48 \$ / 1 fois sem. 84 \$ / 2 fois sem. 108 \$ / 3 fois sem. 120 \$ / 4 fois sem.
15 ans et plus Fesses abdos cuisses FAC	École de la Chanterelle	Lun. 20 h à 20 h 55	2016-04-11	6 sem.	48 \$ / 1 fois sem. 84 \$ / 2 fois sem. 108 \$ / 3 fois sem. 120 \$ / 4 fois sem.
15 ans et plus Fesses abdos cuisses FAC	École de la Chanterelle	Mer. 20 h à 20 h 55	2016-04-13	6 sem.	48 \$ / 1 fois sem. 84 \$ / 2 fois sem. 108 \$ / 3 fois sem. 120 \$ / 4 fois sem.
15 ans et plus Zumba	Salle Étienne-Baillargeon	Jeu. 17 h 30 à 18 h 25	2016-04-14	6 sem.	48 \$ / 1 fois sem. 84 \$ / 2 fois sem. 108 \$ / 3 fois sem. 120 \$ / 4 fois sem.
15 ans et plus Insanity	Salle Étienne-Baillargeon	Jeu. 18 h 30 à 19 h 25	2016-04-14	6 sem.	48 \$ / 1 fois sem. 84 \$ / 2 fois sem. 108 \$ / 3 fois sem. 120 \$ / 4 fois sem.

**Inscription :** Avant le 11 avril. La priorité est accordée aux participants inscrits avant le premier cours. En ligne : [www.performanccec2.com](http://www.performanccec2.com)

Par téléphone : 418 655-9526. Sur place à nos locaux de Place Saint-Nicolas, 845, route Marie-Victorin (secteur Saint-Nicolas).



**ENTRAÎNEMENT**

Secteurs Saint-Étienne-de-Lauzon, Saint-Jean-Chrysostome, Saint-Nicolas et Lévis

Pour information

Rest'Actif : 418 834-7312, www.restactif.ca

Conditionnement : mise en forme composée d'échauffement cardio, d'entraînement musculaire et d'étirement. Stretching : étirement et renforcement afin d'améliorer la souplesse, la force et le tonus. Zumba : exercices traditionnels et danse latine.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE / SESS.	COÛT
50 ans et plus Conditionnement physique	Centre civique	Mar. 13 h 30 à 14 h 25 et / ou Jeu. 9 h 30 à 10 h 25	2016-04-12	6 sem.	47 \$ / 1 fois sem. 80 \$ / 2 fois sem. 113 \$ / 3 fois sem.
50 ans et plus Stretching et tonus	Centre civique	Jeu. 10 h 30 à 11 h 25	2016-04-12	6 sem.	47 \$ / 1 fois sem. 80 \$ / 2 fois sem. 113 \$ / 3 fois sem.
50 ans et plus Mise en forme	Centre civique (certains cours auront lieu à l'extérieur)	Mar. 14 h 30 à 15 h 25	2016-04-12	6 sem.	47 \$ / 1 fois sem. 80 \$ / 2 fois sem. 113 \$ / 3 fois sem.
50 ans et plus Conditionnement physique	Centre communautaire La Sorbonne	Lun., mer. et / ou ven. 9 h à 9 h 55	2016-04-11	6 sem.	47 \$ / 1 fois sem. 80 \$ / 2 fois sem. 113 \$ / 3 fois sem.
50 ans et plus Stretching et tonus	Centre communautaire La Sorbonne	Lun., mer. et / ou ven. 10 h à 10 h 55	2016-04-11	6 sem.	47 \$ / 1 fois sem. 80 \$ / 2 fois sem. 113 \$ / 3 fois sem.
50 ans et plus Conditionnement physique	Salle Étienne-Baillargeon	Mar. et / ou jeu. 9 h 30 à 10 h 25	2016-04-12	6 sem.	47 \$ / 1 fois sem. 80 \$ / 2 fois sem. 113 \$ / 3 fois sem.
50 ans et plus Stretching et tonus	Salle Étienne-Baillargeon	Mar. et / ou jeu. 10 h 30 à 11 h 25	2016-04-12	6 sem.	47 \$ / 1 fois sem. 80 \$ / 2 fois sem. 113 \$ / 3 fois sem.
50 ans et plus Zumba Gold	Centre Communautaire Le Carrefour	Jeu. 9 h à 9 h 55	2016-04-14	6 sem.	47 \$ / 1 fois sem. 80 \$ / 2 fois sem. 113 \$ / 3 fois sem.
50 ans et plus Combo Conditionnement physique/stretching	Centre communautaire Le Carrefour	Jeu. 10 h à 10 h 55	2016-04-14	6 sem.	47 \$ / 1 fois sem. 80 \$ / 2 fois sem. 113 \$ / 3 fois sem.
50 ans et plus Stretching et tonus	Centre Raymond- Blais	Mer. 10 h à 10 h 55	2016-04-13	6 sem.	47 \$ / 1 fois sem. 80 \$ / 2 fois sem. 113 \$ / 3 fois sem.
50 ans et plus Mise en forme	Centre Raymond- Blais	Mer. 9 h à 9 h 55	2016-04-13	6 sem.	47 \$ / 1 fois sem. 80 \$ / 2 fois sem. 113 \$ / 3 fois sem.

Inscription : Avant le 1<sup>er</sup> avril. Par téléphone : 418 834-7312. En ligne : www.restactif.ca

**ENTRAÎNEMENT**

Secteur Saint-Jean-Chrysostome

Pour information

Paule Boulanger : 418 839-8767, pbdanse@hotmail.com, www.pbdanse.ca

Zumba : influence de salsa et de merengue sur des musiques ensoleillées. Pilates : permet de rééquilibrer les muscles du corps. Cardio intervalle : exercices musculaires et cardio sur musique. Essentrics : programme d'exercices servant à tonifier et équilibrer le corps.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE / SESS.	COÛT
15 ans et plus - Pilates Intermédiaires	École de l'Alizé	Lun. 18 h 30 à 19 h 25	2016-04-11	6 sem.	50 \$ / 1 fois sem.
15 ans et plus - Cardio intervalles Débutants	École de l'Alizé	Lun.et / ou mer. 19 h 30 à 20 h 25	2016-04-12	6 sem.	40 \$ / 1 fois sem. 65 \$ / 2 fois sem. 80 \$ / 3 fois sem.
15 ans et plus - Zumba Débutants	École de Taniata	Lun., mar. et / ou mer. 19 h à 19 h 55 et / ou Sam. 11 h à 11 h 55	2016-04-11 2016-04-16	6 sem.	40 \$ / 1 fois sem. 65 \$ / 2 fois sem. 80 \$ / 3 fois sem.
15 ans et plus - Zumba Intermédiaires et avancés	École de Taniata	Lun. et / ou mer. 20 h à 20 h 55	2016-04-11 2016-04-13	6 sem.	40 \$ / 1 fois sem. 65 \$ / 2 fois sem. 80 \$ / 3 fois sem.
15 ans et plus - Essentrics	École de Taniata	Mar. 20 h à 20 h 55	2016-04-12	6 sem.	50 \$ / 1 fois sem.

Inscription : Du 21 mars au 11 avril. Par téléphone : 418 839-8767 ou en ligne : www.pbdanse.ca

**TAIJI QUAN ET QI GONG**

Secteur Lévis

Pour information

Ville de Lévis : 418 839-9561, loisirs@ville.levis.qc.ca, ville.levis.qc.ca

Dominique Boilard (Taiji), Robert Boudreault (Qi gong)

Art du mouvement où le corps-esprit est intégré au rythme de la respiration. Développe l'équilibre, la souplesse, l'orientation, l'attention, la mémoire et l'énergie interne. Dans le Qi gong, l'accent est mis sur l'intégration : respiration, mouvement corporel, pensée (intention).

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT	CODE
16 ans et plus - Taiji débutants	Centre Raymond-Blais	Mar. 18 h 25 à 19 h 55	2016-04-12	5 sem.	68 \$	TAIJQUAN-01
16 ans et plus - Qi gong	Centre Raymond-Blais	Lun. 19 h à 20 h 30	2016-04-11	5 sem.	68 \$	QIGONG-01

Inscription : Du 21 mars 19 h au 28 mars. En ligne : ville.levis.qc.ca. Par téléphone : 418 835-8574. Voir horaire en page 2.



## TAIJI QUAN

Secteur Saint-Jean-Chrysostome

Pour information

Multi-Art Chute Chaudière

Jocelyne Marcoux : 418 575-8776, Daniel Rochette : 418 875-4414

[www.multiartchutechaudiere.ca](http://www.multiartchutechaudiere.ca)

Méthode Stévanovitch : art corporel énergétique orienté vers le bien-être, enrichi par la pratique et guidé par l'énergie vitale (le Chi). Le corps est centré, la respiration est calme et l'esprit se libère. Apporter un tapis de style yoga, un coussin et une couverture.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
16 ans et plus - Débutants	Centre communautaire L'Accueil	Mar. 11 h à 12 h	2016-04-05	5 sem.	60 \$
16 ans et plus - Intermédiaires	Centre communautaire L'Accueil	Mar. 9 h à 10 h 30 ou Jeu. 18 h 15 à 19 h 45	2016-04-05 2016-04-07	5 sem.	60 \$
16 ans et plus - Avancés	Centre communautaire L'Accueil	Jeu. 9 h 30 à 11 h	2016-04-07	5 sem.	60 \$

**Inscription :** Par téléphone : [Jocelyne Marcoux, 418 575-8776](tel:4185758776), ou [Daniel Rochette, 418 875-4414](tel:4188754414).

## YOGA

Secteur Charny

Pour information

Coopérative – Lévis Yoga Santé : 418 261-3328, [www.yogalevis.com](http://www.yogalevis.com)

Débutants et intermédiaires : union du corps, du souffle et du mental pour parvenir au silence. Le Viniyoga suppose l'idée de progression à travers des postures, la respiration, la méditation et la philosophie du yoga. Détails, préalables et descriptions des cours en ligne.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
16 ans et plus - Intermédiaires	Carrefour culturel Jean-Gosselin	Mar. 18 h 30 à 20 h	2016-04-12	8 sem.	120 \$
Adultes - Ménopause 3	Carrefour culturel Jean-Gosselin	Jeu. 13 h 30 à 15 h	2016-04-14	8 sem.	120 \$
16 ans et plus - Intermédiaires	Carrefour culturel Jean-Gosselin	Jeu. 18 h 30 à 20 h	2016-04-14	8 sem.	120 \$

**Inscription :** En tout temps. En ligne : [www.yogalevis.com](http://www.yogalevis.com). Par téléphone : 418 261-3328.

## YOGA

Secteur Lévis

Pour information

Coopérative – Lévis Yoga Santé : 418 261-3328, [www.yogalevis.com](http://www.yogalevis.com)

Le viniyoga suppose l'idée de progression à travers des postures, la respiration, la méditation et la philosophie du yoga. Détails, préalables et descriptions des cours en ligne.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
4 à 6 ans - Enfants-parents	Centre Raymond-Blais	Sam. 8 h 30 à 9 h 30	2016-04-16	5 sem.	63 \$ / enfant
7 à 10 ans - Enfants-parents	Centre Raymond-Blais	Sam. 9 h 45 à 11 h	2016-04-16	5 sem.	75 \$ / enfant
16 ans et plus - Débutants	Centre Raymond-Blais	Lun. 20 h 15 à 21 h 45	2016-04-11	8 sem.	120 \$
16 ans et plus - Intermédiaires	Centre Raymond-Blais	Lun. 18 h 30 à 20 h	2016-04-11	8 sem.	120 \$
16 ans et plus - Intermédiaires	Centre Raymond-Blais	Mar. 18 h 30 à 20 h	2016-04-12	8 sem.	120 \$
16 ans et plus - Intermédiaires	Centre Raymond-Blais	Mer. 9 h 30 à 11 h	2016-04-13	8 sem.	120 \$
16 ans et plus - Intermédiaires	Centre Raymond-Blais	Jeu. 18 h 30 à 20 h	2016-04-14	8 sem.	120 \$
16 ans et plus - Avancés	Centre Raymond-Blais	Mar. 10 h à 11 h 30	2016-04-12	8 sem.	120 \$
16 ans et plus - Avancés	Centre Raymond-Blais	Mar. 13 h 30 à 15 h	2016-04-12	8 sem.	120 \$
14 ans et plus - Dynamique	Centre Raymond-Blais	Jeu. 19 h 30 à 21 h	2016-04-14	8 sem.	120 \$
16 ans et plus - Yoga Ayurveda et Méditation	Centre Raymond-Blais	Lun. 18 h 45 à 20 h 15	2016-04-11	8 sem.	120 \$
Yoga pour professeurs	Centre Raymond-Blais	Ven. 9 h à 11 h 30	2016-05-27	1 sem.	34 \$

**Inscription :** En tout temps. En ligne : [www.yogalevis.com](http://www.yogalevis.com). Par téléphone : 418 261-3328.

## YOGA

Secteur Saint-Jean-Chrysostome

Pour information

Multi-Art Chute Chaudière

Suzelle Morin : 581 983-6288 ou [suzellemorin@hotmail.com](mailto:suzellemorin@hotmail.com)

Ginette Laperrière : 418 836-0371 ou [ginlp@hotmail.com](mailto:ginlp@hotmail.com)

[www.multiartchutechaudiere.ca](http://www.multiartchutechaudiere.ca)

Le viniyoga propose l'union du corps, du souffle et du mental. Cette méthode suppose la progression à travers les postures, la respiration, les techniques d'observation et la philosophie du yoga. Apportez un tapis d'exercice, un coussin et une légère couverture.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
50 ans et plus Débutants – Intermédiaires	Centre communautaire L'Accueil	Lun. 14 h à 15 h 15	2016-04-04	6 sem.	84 \$
50 ans et plus Débutants – Intermédiaires	Centre communautaire L'Accueil	Mer. 14 h à 15 h 15	2016-04-06	6 sem.	84 \$
16 ans et plus Débutants – Intermédiaires	Centre communautaire L'Accueil	Mar. 19 h 15 à 20 h 30	2016-04-05	6 sem.	84 \$
16 ans et plus Intermédiaires	Centre communautaire L'Accueil	Lun. 19 h 15 à 20 h 30	2016-04-04	6 sem.	84 \$

**Inscription :** Par courriel de préférence : [suzellemorin@hotmail.com](mailto:suzellemorin@hotmail.com). Par téléphone : Suzelle Morin, 581 983-6288.

Par courriel de préférence : [ginlp@hotmail.com](mailto:ginlp@hotmail.com). Par téléphone : Ginette Laperrière, 418 836-0371.



## ART MARTIAL - AÏKIDO

Secteur Lévis

Pour information

Club d'aïkido de Lévis, Martin Benoit : 418 831-5201  
levis@aikidomochizuki.com, www.aikidolevis.com

L'aïkido combine des techniques d'autodéfense, des projections et des clés articulaires qui visent à préparer le pratiquant mentalement, physiquement et techniquement à répondre à l'éventualité d'une attaque, peu importe sa forme.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
15 ans et plus	Cégep de Lévis-Lauzon	Mer. 19 h 30 à 21 h 30 ou Ven. 19 h 30 à 21 h 30	2016-04-13	6 sem.	50 \$ 2 cours / sem.

**Inscription :** Du 13 au 29 avril, sur place au Cégep. Remplir au préalable le formulaire disponible en ligne : [www.aikidolevis.com](http://www.aikidolevis.com)

## ART MARTIAL - AUTODÉFENSE

Secteur Charny

Pour information

Club de Judo Okano de Charny, Pierre Brochu : 418 835-3644  
pierrebro@videotron.ca

Autodéfense PIJAK (en Judo, Ju-Jitsu, Aïkido et karaté) : torsions des points vitaux, coups frappés, projections, étranglements, clés (poignets, bras, cou). Désarmement de bâton, couteau et revolver. Simulations d'agressions. Analyse des faiblesses de l'agresseur.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
14 à 65 ans	Chalet du parc de la Rivière	Lun. 18 h 15 à 19 h 30 ou Jeu. 18 h 30 à 19 h 45	2016-03-21	12 sem.	95 \$

**Inscription :** En tout temps, 10 mois par année, par téléphone : Pierre Brochu, 418 835-3644.

## ART MARTIAL - JUDO

Secteur Charny

Pour information

Club de judo Okano de Charny, Pierre Brochu : 418 835-3644  
pierrebro@videotron.ca, judo-okano.com

Judo technique et compétitif. Enchaînements et contre-prises : projections, étranglements, clés de bras, immobilisations. Compétitions : katas, ancien judo (jiu-jitsu), dont clés de poignets, de cou et de chevilles.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
3 à 6 ans Jeux éducatifs et judo technique Cours d'enfant et parent-enfant	Chalet du Parc de la Rivière	Dim. 10 h 15 à 11 h 15	2016-03-20	12 sem.	85 \$ 1 cours / sem. enfant 75 \$ 1 cours / sem. parent
7 à 11 ans Judo technique et compétition Cours d'enfant et parent-enfant	Chalet du Parc de la Rivière	Dim. 11 h 15 à 12 h 30	2016-03-20	12 sem.	85 \$ 1 cours / sem. enfant 75 \$ 1 cours / sem. parent
6 à 11 ans Judo technique et compétition	Chalet du Parc de la Rivière	Mer. 18 h 15 à 19 h 30 et / ou Ven. 18 h 45 à 20 h	2016-03-23	12 sem.	85 \$ 1 cours / sem. 150 \$ 2 cours / sem.
Parents inscrits au cours parent-enfant du dimanche	Chalet du Parc de la Rivière	Lun. 19 h 30 h à 21 h et / ou Mer. 19 h 30 h à 21 h	2016-03-21	12 sem.	1 cours / sem. (avec inscription parent-enfant à 85 \$)
Adolescents et adultes Judo technique et compétition	Chalet du Parc de la Rivière	Lun. 19 h 30 h à 21 h et / ou Mer. 19 h 30 h à 21 h et / ou Ven. 20 h à 21 h 30	2016-03-21	12 sem.	85 \$ 1 cours / sem. 150 \$ 2 cours / sem. 200 \$ 3 cours / sem.
Adolescents et adultes Jui-jitsu et autodéfense PIJAK Katas (ceintures bleues à noires)	Chalet du Parc de la Rivière	Lun. 18 h 15 à 19 h 30 et / ou Jeu. 18 h 30 à 19 h 45 et / ou Jeu. 19 h 45 à 22 h	2016-03-21	12 sem.	95 \$ 1 cours / sem. 150 \$ 2 cours / sem.
Adolescents et adultes Gokyo, Katas et compétitions Ceintures marrons et noires	Chalet du Parc de la Rivière	Dim. 13 h à 17 h	2016-03-20	12 sem.	1 cours / sem. (gratuit pour judokas inscrits à 2 cours / sem.)

**Inscription :** En tout temps. Par téléphone : Pierre Brochu, 418 835-3644. Par courriel : [pierrebro@videotron.ca](mailto:pierrebro@videotron.ca)



**ART MARTIAL - TAEKWONDO**

Secteurs Lévis et Pintendre

Pour information

Club de Taekwondo Pointe-Lévy : 418 833-1249, poste 111  
www.taekwondo-pointe-levy.com

Art martial coréen devenu sport olympique de type WTF, qui enseigne le combat principalement avec les pieds. En plus de développer souplesse et agilité, le taekwondo prône des valeurs comme le respect, la persévérance et le sens de l'effort.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
4 ans à adulte Initiation à compétition	Collège de Lévis ou École du Boisé	Voir site Internet	2016-04-04	10 sem.	Voir site Internet

**Inscription :** Le 5 avril de 18 h 30 à 20 h, sur place au Collège de Lévis. Le 7 avril de 18 h à 19 h 30 sur place à l'école du Boisé.

**ART MARTIAL - TAEKWONDO**

Secteurs Charny, Saint-Jean-Chrysostome, Saint-Nicolas et Saint- Rédempteur

Pour information

Club Taekwondo Chutes Chaudière  
Éric Gosselin : 418 802-3227, www.tkdcc.com

Art martial coréen devenu sport olympique de type WTF, qui enseigne le combat principalement avec les pieds. En plus de développer souplesse et agilité, le taekwondo prône des valeurs comme le respect, la persévérance et le sens de l'effort.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
5 ans et plus - Débutants à blanche II	École de Taniata	Sam. 10 h 15 à 11 h 15	2016-04-02	10 sem.	Voir site Internet
5 ans et plus - Débutants à blanche II	École de l'Odyssee	Sam. 9 h à 10 h	2016-04-02	10 sem.	Voir site Internet
5 ans et plus - Débutants à blanche II	École La Ruche	Ven. 18 h 15 à 19 h 15	2016-04-01	10 sem.	Voir site Internet
15 ans et plus	École secondaire Les Etchemins	Mar. 20 h à 21 h 30 et Jeu. 20 h à 21 h 30	2016-03-29	10 sem.	Voir site Internet

**Inscription :** En tout temps. En ligne : [www.tkdcc.com](http://www.tkdcc.com)

**ART MARTIAL – TAEKWONDO ITF**

Secteur Charny

Pour information

Club de Taekwon-Do de Charny, clubtkdcharny@hotmail.com

Art martial coréen de type ITF utilisant des techniques de pieds et de mains comme moyen d'autodéfense. Il permet d'améliorer sa condition physique et mentale tout en développant la courtoisie, l'intégrité, le contrôle de soi, la persévérance et le courage.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
6 ans et plus et adultes Formes et combats	École Saint-Louis- de-France	Mar. 18 h 30 à 20 h ou Jeu. 18 h 30 à 20 h et Sam. 10 h à 11 h 30	2016-04-12	9 sem.	110 \$

**Inscription :** Le 12 avril à 18 h 15, sur place à l'École Saint-Louis-de-France.

**ART MARTIAL - YOSEIKAN BUDO**

Secteur Saint-Étienne-de-Lauzon

Pour information

Club Yoseikan Chaudière-Ouest  
Maxime Beaudoin : 418 417-1037, yoseikan\_chouest@hotmail.com  
yoseikanchaudiereouest.blogspot.com

Développement des habiletés physiques, techniques, tactiques et psychologiques pour des personnes de tout âge. Amélioration de la condition physique et apprentissage de l'autodéfense.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
4 à 13 ans - Junior	École Plein-Soleil	Mar. 18 h à 19 h et / ou jeu. 18 h à 19 h	2016-04-26	6 sem.	40 \$ / 1 fois sem. - 55 \$ / 2 fois sem.
14 ans et plus	École Plein-Soleil	Mar. 19 h à 21 h et / ou jeu. 19 h à 21 h	2016-04-26	6 sem.	50 \$ / 1 fois sem. - 70 \$ / 2 fois sem.

**Inscription :** Du 1<sup>er</sup> au 20 avril. Par téléphone : 418 417-1037. Par courriel : [yoseikan\\_chouest@hotmail.com](mailto:yoseikan_chouest@hotmail.com). Sur Facebook. Inscriptions acceptées en tout temps.




**ART MARTIAL - YOSEIKAN BUDO**

Secteur Charny

**Pour information**

 Centre d'arts martiaux Gasshokan  
 Christian Fortier : 418 997-0602, yoseikan.charny@gmail.com  
 www.yoseikancharny.com

Amélioration de la condition physique et apprentissage de l'autodéfense, développement de l'autodiscipline, de la persévérance, du courage et du respect des autres.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
7 à 12 ans	Chalet du parc de la Rivière	Sam. 9 h à 10 h 20	2016-04-23	8 sem.	55 \$
13 ans et plus	Chalet du parc de la Rivière	Mar. 18 h 45 à 20 h 15 et / ou Sam. 10 h 30 à 12 h	2016-04-19 2016-04-23	8 sem.	60 \$ / 1 fois sem. 85 \$ / 2 fois sem.

**Inscription :** Lors du premier cours. Sur place : chalet du parc de la Rivière. Par téléphone : Christian Fortier, 418 997-0602.

**BASEBALL MINEUR**

Secteurs Charny et Sainte-Hélène-de-Breakeyville

**Pour information**

 Association de baseball mineur Chaudière-Est  
 Martin Maranda : 418 805-7486, www.draveurs.com

Filles et garçons : 4-5 ans (2011-2012) Novice Rallye-Cap Initiation 75 \$ | 6 ans (2010) Novice Rallye-Cap Intermédiaire 75 \$ | 7 ans (2009) Super Rallye-Cap 125 \$ | 8-9 ans (2007-2008) Atome 165 \$ | 10-11 ans (2005-2006) Moustique 175 \$ | 12-13 ans (2003-2004) Pee-wee 185 \$ | 14-15 ans (2001-2002) Bantam 195 \$ | 16-18 ans (1998-2000) Midget 205 \$

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
4 à 18 ans	Parc Maréchal-Joffre Parc Ian-Breakey	Variable	En gym. : 2016-04 Ext. : 2016-05	18 sem.	75 \$ à 205 \$

**Inscription :** À compter du 15 février. Par téléphone : Martin Maranda 418 805-7486. En ligne : www.draveurs.com

**BASEBALL MINEUR**

Secteurs Lévis et Pintendre

**Pour information**

 Association de baseball mineur Desjardins  
 Cathie Guay : 418 833-7776, www.abmd.net, info@abmd.net

Filles et garçons : 5-7 ans (2009-2011) Novice 90 \$ | 8-9 ans (2007-2008) Atome 160 \$ tournoi inclus | 10-11 ans (2005-2006) Moustique 170 \$ tournoi inclus | 12-13 ans (2003-2004) Pee-wee 160 \$ | 14-15 ans (2001-2002) Bantam 170 \$ | 16-18 ans (1998-2000) Midget 180 \$

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
5 à 18 ans	Stade Georges-Maranda Parc Olympique	Variable	En gym. : 2016-04 Ext. : 2016-05	16 sem.	90 \$ à 180 \$

**Inscription :** En tout temps. Fiche d'inscription disponible sur notre site Internet. Par courriel, Martin Girard : info@abmd.net

**BASEBALL MINEUR**

Secteurs Saint-Étienne-de-Lauzon, Saint-Nicolas et Saint-Rédempteur

**Pour information**

 Association de baseball Chaudière-Ouest  
 Christian Gobeil : 581 983-4803, www.baseballabco.ca

Filles et garçons : 4-6 ans (2011-2012) Novice Rallye-Cap 45 \$ | 7-8 ans (2009-2010) Novice 70 \$ | 8-9 ans (2007-2008) Atome 140 \$ | 10-11 ans (2005-2006) Moustique 160 \$ | 12-13 ans (2003-2004) Pee-wee 195 \$ | 14-15 ans (2001-2002) Bantam 200 \$ | 16-18 ans (1998-2000) Midget 210 \$

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
4 à 18 ans	Parcs : des Grandes-Pointes, Ludger-Bastien, Turcotte, l'Envol, Plateau, O'bernois	Variable	En gym. : 2016-04 Ext. : 2016-05	18 sem.	75 \$ à 205 \$

**Inscription :** Le 25 février à l'aréna BSR de 19 h à 21 h ou par la poste à compter du 26 février en utilisant le formulaire sur notre site Internet : www.baseballabco.ca

**BASEBALL MINEUR**

Secteurs Saint-Jean-Chrysostome et Saint-Romuald

**Pour information**

 Corporation de baseball mineur Saint-Jean / Saint-Romuald  
 Mariève Desharnais : 418 575-7577, www.lesbraves.ca

Filles et garçons : 4-5 ans (2009-2011) Novice 65 \$ | 6-7 ans (2009-2010) Novice 85 \$ | 8-9 ans (2007-2008) Atome 170 \$ | 10-11 ans (2005-2006) Moustique 170 \$ | 12-13 ans (2003-2004) Pee-wee 170 \$ | 14-15 ans (2001-2002) Bantam 210 \$ | 16-18 ans (1998-2000) Midget 210 \$

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
4 à 18 ans	Parc Quatre-Saisons	Variable	En gym. : 2016-04 Ext. : 2016-05	18 sem.	65 \$ à 210 \$

**Inscription :** En tout temps. En ligne: www.lesbraves.ca



## BOXE

Secteur Lévis

Pour information

Club de boxe olympique de Lévis  
Marie-Pier Dubé : 418 833-5110, poste 3334

Pour filles et garçons. Technique d'autodéfense et bon entraînement pour se mettre en excellente forme physique et perdre du poids, tout en apprenant les rudiments de la boxe. Prévoir l'achat d'équipement. Consultez le site Internet et la page Facebook pour plus d'information.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
7 à 11 ans Débutants	Cégep Lévis-Lauzon	Sam. 9 h à 12 h	2016-03-28	10 sem.	60 \$
12 à 17 ans Adolescents débutants	Cégep Lévis-Lauzon	Lun. 18 h 30 à 19 h 30 et Mer. 18 h 30 à 19 h 30 et Sam. 9 h à 12 h	2016-03-28	10 sem.	12 ans : 115 \$ 13-14 ans : 125 \$ 15-17 ans : 140 \$
12 à 17 ans Adolescents intermédiaires	Cégep Lévis-Lauzon	Mar. 18 h à 19 h et Jeu. 18 h à 19 h et Sam. 9 h à 12 h	2016-03-28	10 sem.	
18 ans et plus Seniors débutants	Cégep Lévis-Lauzon	Lun. 19 h 45 à 20 h 45 et Mer. 19 h 45 à 20 h 45 et Sam. 9 h à 12 h	2016-03-28	10 sem.	3 fois / sem. Étudiant : 140 \$ Adulte : 155 \$
18 ans et plus Seniors intermédiaires	Cégep Lévis-Lauzon	Mar. 19 h 15 à 20 h 15 et Jeu. 19 h 15 à 20 h 15 et Sam. 9 h à 12 h ou Mar. 20 h 30 à 21 h 30 et Jeu. 20 h 30 à 21 h 30 et Sam. 9 h à 12 h	2016-03-28	10 sem.	
Option Ring Intermédiaires avancés (Préalable : inscrit au cours intermédiaire)	Cégep Lévis-Lauzon	Lun. 18 h à 19 h Mer. 18 h à 19 h	2016-03-28	10 sem.	50 \$

**Inscription :** 16 et 17 mars et 23 et 24 mars de 18 h 30 à 20 h 30. Sur place : local F-028 du Centre sportif du Cégep Lévis-Lauzon.

## CYCLISME SUR ROUTE

Secteur Lévis

Pour information

Club cycliste de Lévis  
aide@clubcyclistelevis.ca

Sorties encadrées par groupes de vitesse. Participation à certaines activités cycloportives, accès à de nombreux conseils. Achat du maillot obligatoire pour les récréatifs (72 \$). Nouveauté : groupe de 20 km et de 33 km et plus. Possibilité de location de vélo pour les jeunes (150 \$).

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
8 à 17 ans Initiation et compétitif	Départs variés (généralement de la Rive-Sud)	Dim. 9 h Mer. 18 h	2016-04-05	12 sem.	200 \$ Initiation 350 \$ Compétition
17 ans et plus Récréatif et cycloportif	Départs variés (généralement de la Rive-Sud)	Dim. 9 h Mer. 18 h	2016-04-26	20 sem.	60 \$

**Inscription :** À compter du 1<sup>er</sup> février. En ligne : [www.clubcyclistelevis.com](http://www.clubcyclistelevis.com)


**GYMNASTIQUE ARTISTIQUE ET TRAMPOLINE**

Secteur Lévis

Pour information

 Club de gymnastique L'Envol de Lévis : 418 838-6051  
 admin@gymenvol.com, www.gymenvol.com

Développement général de la motricité chez les jeunes tels l'équilibre, la coordination, la force, la flexibilité et l'orientation spatiale sur tous les appareils de gymnastique artistique : le saut, les barres, la poutre, le sol et le trampoline.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
18 mois à 3 ans Bébé-gym	École Pointe-Lévy	Dim. 8 h à 8 h 45 ou Lun. 8 h 45 à 9 h 30 ou Ven. 8 h 45 à 9 h 30 ou Sam. 8 h à 8 h 45 ou 9 h 15 à 10 h ou 10 h 30 à 11 h 15	2016-04-03	10 sem.	100 \$
3 à 4 ans Mini-gym	École Pointe-Lévy	Dim. 8 h 45 à 9 h 45 ou 9 h 45 à 10 h 45 ou Lun. 9 h 30 à 10 h 30 ou 17 h à 18 h ou 18 h à 19 h ou Mar. 17 h à 18 h ou Jeu. 17 h à 18 h ou 18 h à 19 h ou Ven. 9 h 30 à 10 h 30 ou Sam. 8 h à 9 h ou 9 h 15 à 10 h 15 ou 10 h 30 à 11 h 30	2016-04-03	10 sem.	120 \$
3 à 6 ans Mini-gym et Bouts de choux Préalable : avoir suivi 2 sessions de Mini-gym	École Pointe-Lévy	Sam. 10 h 30 à 12 h 30	2016-04-09	10 sem.	150 \$
5 à 6 ans Bouts de choux	École Pointe-Lévy	Dim. 10 h 45 à 11 h 45 ou Lun. 9 h 30 à 10 h 30 ou 17 h à 18 h ou 18 h à 19 h ou Mar. 17 h à 18 h ou Jeu. 17 h à 18 h ou 18 h à 19 h ou Ven. 9 h 30 à 10 h 30 ou Sam. 8 h à 9 h ou 9 h 15 à 10 h 15 ou 10 h 30 à 11 h 30	2016-04-03	10 sem.	120 \$
6 ans et plus Écussons gymnastique Débutants et intermédiaires	École Pointe-Lévy	Ven. 17 h à 18 h ou Sam. 13 h 30 à 14 h 30	2016-04-08	10 sem.	120 \$
6 ans et plus Écussons gymnastique Débutants, intermédiaires et avancés	École Pointe-Lévy	Dim. 10 h à 12 h ou Mar. 18 h à 20 h ou Ven. 18 h à 20 h ou Sam. 14 h 30 à 16 h 30	2016-04-03	10 sem.	160 \$
6 ans et plus Écussons gymnastique intermédiaires, avancés et experts Préalable : 5 <sup>e</sup> niveau Mauve	École Pointe-Lévy	Sam. 14 h 30 à 17 h 30	2016-04-09	10 sem.	200 \$
6 ans et plus Écussons trampoline Débutants et intermédiaires	École Pointe-Lévy	Sam. 14 h 30 à 15 h 30 ou 16 h 30 à 17 h 30	2016-04-09	10 sem.	130 \$
6 ans et plus - Écussons trampoline - Avancés	École Pointe-Lévy	Sam. 13 h 30 à 14 h 30	2016-04-09	10 sem.	130 \$
6 ans et plus - Écusson tumbling Débutants, intermédiaires et avancés	École Pointe-Lévy	Sam. 13 h 30 à 14 h 30 ou 14 h 30 à 15 h 30 ou 16 h 30 à 17 h 30	2016-04-09	10 sem.	130 \$
5 à 18 ans - Gym adaptée (personnes ayant une incapacité intellectuelle et physique)	École Pointe-Lévy	Dim. 15 h à 16 h	2016-04-03	10 sem.	130 \$
16 ans et plus - Gym-adulte	École Pointe-Lévy	Jeu. 20 h à 21 h 30	2016-04-07	10 sem.	120 \$

**Inscription :** En ligne : [www.gymenvol.com](http://www.gymenvol.com), du 15 février au 27 mars. Sur place : le 3 mars de 13 h à 20 h et le 4 mars de 13 h à 17 h à l'École Pointe-Lévy, stationnement par la rue Vincent-Chagnon.




## GYMNASTIQUE ARTISTIQUE ET TRAMPOLINE

Secteur Charny

Pour information

Club Gymnastic : 418 832-8322, poste 231  
info@gymnastic.org, www.gymnastic.org

Favoriser son développement moteur, sa force physique, son endurance, sa flexibilité et ses habiletés sur les différents appareils. Consultez notre site Internet pour connaître les préalables de niveau et l'horaire applicable selon les niveaux.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
30 à 47 mois Kaboom (mixte) Accompagnement : un parent par enfant	École secondaire Les Etchemins	Sam. ou dim. 8 h 30 à 9 h 25 ou 9 h 30 à 10 h 25 ou 10 h 30 à 11 h 25 ou 11 h 30 à 12 h 25	2016-04-02	10 sem.	102 \$
36 à 47 mois Kaboom plus (mixte) Préalable : 2 sessions Kaboom min. Accompagnement : un parent par enfant	École secondaire Les Etchemins	Sam. 11 h 30 à 12 h 25 ou Dim. 10 h 30 à 11 h 25	2016-04-02	10 sem.	102 \$
4 et 5 ans (débutants) Cabriole (groupes garçons, groupes filles)	École secondaire Les Etchemins	Sam. ou dim. 8 h 30 à 9 h 25 ou 9 h 30 à 10 h 25 ou 10 h 30 à 11 h 25 ou 11 h 30 à 12 h 25	2016-04-02	10 sem.	105 \$
4 et 5 ans - Courbette (groupes garçons, groupes filles) Préalable : 2 sessions Cabriole ou 2 sessions à l'extérieur	École secondaire Les Etchemins	Sam. ou dim. 9 h à 10 h 25 ou 10 h 30 à 11 h 55	2016-04-02	10 sem.	146 \$
6 à 12 ans - Culbute Niveaux 1 à 5 (groupes garçons, groupes filles)	École secondaire Les Etchemins	Sam. 8 h 30 à 10 h 25 ou 10 h 30 à 12 h 25 ou Dim. 8 h 30 à 10 h 25 ou 10 h 30 à 12 h 25 ou Lun. 18 h à 20 h ou Mar. 18 h à 20 h ou Mer. 18 h à 20 h ou Jeu. 18 h à 20 h	2016-04-02	10 sem.	169 \$
7 ans et plus - Flic-Flac Niveaux 6 et + (Filles) Préalable : Doit avoir passé le niveau 5	École secondaire Les Etchemins	Sam. 13 h à 16 h ou Dim. 13 h à 16 h ou Mer. 17 h 30 à 20 h 30 ou Jeu. 17 h 30 à 20 h 30	2016-04-02	10 sem.	195 \$
7 ans et plus - Streüli - Niveaux 9 et + (Filles) Préalable : Doit avoir passé le niveau 8	École secondaire Les Etchemins	Sam. 13 h à 16 h et Mar. 17 h 30 à 20 h 30	2016-04-02	10 sem.	258 \$
9 à 17 ans - Tumbling Pour jeunes qui pratiquent le cheerleading	École secondaire Les Etchemins	Dim. 16 h à 17 h 30	2016-04-02	10 sem.	146 \$
18 ans et plus - Gym-Adulte encadré (mixte)	École secondaire Les Etchemins	Mar. 19 h 30 à 21 h 30	2016-04-02	10 sem.	169 \$
18 ans et plus - Gym-Adulte libre (mixte)	École secondaire Les Etchemins	Mar. 20 h 30 à 22 h	2016-04-02	10 sem.	12 \$ / cours Payable au début du cours
Dès l'âge de 10 ans (mixte) Gym adaptée (Olympiques spéciaux) (personnes ayant une incapacité intellectuelle)	École secondaire Les Etchemins	Jeu. 17 h à 18 h	2016-04-02	10 sem.	132 \$

**Inscription :** À partir du 20 mars pour les membres à la session d'hiver 2016. À partir du 23 mars en ligne pour les non-membres à la session d'hiver 2016.

Tous les détails au [www.gymnastic.org](http://www.gymnastic.org)

## SOCCER MINEUR

Secteurs Sainte-Hélène-de-Breakeyville, Charny, Saint-Jean-Chrysostome et Saint-Romuald

Pour information

Club de soccer Lévis-Est : 418 832-5060  
club@soccerlevis-est.ca, soccerlevis-est.ca

Groupes d'âge : 4 ans (2012), 5 ans (2011), 6 ans (2010), 7 ans (2009), 8 ans (2008), 9 ans (2007), 10 ans (2006), 11 ans (2005), 12 ans (2004), 13 ans (2003), 14 ans (2002), 15 ans (2001), 16 ans (2000), 17 ans (1999), 18 ans (1998), Senior (1997) et O-35 (plus de 35 ans).

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
U4 à U6	Terrain Shurgain – Secteur Saint-Romuald	U4 : Lun. U5 : Mer. U6 : Mar. et Jeu.	2016-05-21	13 sem.	U4/U5 : 125 \$ U6 : 155 \$
U7 à U8	Parc Centre-Ville – Secteur Saint-Jean-Chrysostome	U7 : Mar. et Jeu. U8M : Lun. et Mer. U8F : Mar. et Jeu.	2016-05-21	13 sem.	195 \$*
U9 à U12 – Récréatif	Lévis	Voir site Internet	2016-05-01	17 sem.	205 \$*
U9 à U12 – Compétitif	Lévis et région de Québec	Voir site Internet	2016-03-14	25 sem.	310 \$*


**SOCCER MINEUR (SUITE)**

Secteurs Sainte-Hélène-de-Breakeyville, Charny, Saint-Jean-Chrysostome et Saint-Romuald

**Pour information**

 Club de soccer Lévis-Est : 418 832-5060  
 club@soccerlevis-est.ca, soccerlevis-est.ca

Groupes d'âge : 4 ans (2012), 5 ans (2011), 6 ans (2010), 7 ans (2009), 8 ans (2008), 9 ans (2007), 10 ans (2006), 11 ans (2005), 12 ans (2004), 13 ans (2003), 14 ans (2002), 15 ans (2001), 16 ans (2000), 17 ans (1999), 18 ans (1998), Senior (1997) et O-35 (plus de 35 ans).

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
U13 à U18 – Compétitif	Lévis et région de Québec	Voir site Internet	2016-03-14	25 sem.	310 \$*
U13 à U18 – Récréatif	Lévis et région de Québec	Voir site Internet	2016-05-01	20 sem.	210 \$*
Senior, ligue de soccer Québec Métro	Lévis et région de Québec	Voir site Internet	2016-05-01	18 sem.	Voir site Internet
O35, ligue de soccer Québec Métro	Lévis et région de Québec	Voir site Internet	2016-05-01	18 sem.	Voir site Internet

**Inscription :** En tout temps selon le nombre de places par niveau. Voir site Internet au [soccerlevis-est.ca](http://soccerlevis-est.ca). Par téléphone : 418 832-5060

\*Les coûts incluent le chandail, les shorts et les bas, pour le récréatif U9 à U18 et les bas et les shorts pour le compétitif.

**SOCCER MINEUR**

Secteurs Lévis et Pintendre

**Pour information**

Club de soccer Lévis-Est : 418 832-5060, club@soccerlevis-est.ca, soccerlevis-est.ca

Groupes d'âge : 4 ans (2012), 5 ans (2011), 6 ans (2010), 7 ans (2009), 8 ans (2008), 9 ans (2007), 10 ans (2006), 11 ans (2005), 12 ans (2004), 13 ans (2003), 14 ans (2002), 15 ans (2001), 16 ans (2000), 17 ans (1999), 18 ans (1998), Senior (1997) et O35 (plus de 35 ans).

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
U4 à U6	CÉGEP – Lévis-Lauzon	U4 : Lun. U5 : Mer. U6 : Mar. et jeu.	2016-05-21	13 sem.	U4/U5 : 125 \$ U6 : 155 \$
U7 à U8	Stage George-Maranda – Lévis	U7 : Mar. et jeu. U8M : Lun. et mer. U8F : Mar. et jeu.	2016-05-21	13 sem.	195 \$*
U9 à U12 – Compétitif	Lévis et région de Québec	Voir site Internet	2016-03-14	25 sem.	310 \$*
U9 à U12 – Récréatif	Lévis	Voir site Internet	2016-05-01	17 sem.	205 \$*
U13 à U18 – Compétitif	Lévis et région de Québec	Voir site Internet	2016-03-14	25 sem.	310 \$*
U13 à U18 – Récréatif	Lévis et région de Québec	Voir site Internet	2016-05-01	20 sem.	210 \$*
Senior, ligue de soccer Québec Métro	Lévis et région de Québec	Voir site Internet	2016-05-01	18 sem.	Voir site Internet
O35, ligue de soccer Québec Métro	Lévis et région de Québec	Voir site Internet	2016-05-01	18 sem.	Voir site Internet

**Inscription :** En tout temps selon le nombre de places par niveau. Voir site Internet au [soccerlevis-est.ca](http://soccerlevis-est.ca). Par téléphone : 418 832-5060.

\*Les coûts incluent le chandail, les shorts et les bas, pour le récréatif U9 à U18 et les bas et les shorts pour le compétitif.

**SOCCER MINEUR**

Secteur Saint-Étienne-de-Lauzon

**Pour information**

 Association de soccer de Saint-Étienne : 418 563-3562  
 coordonnateur\_asse@hotmail.com, www.soccerstetienne.com

Groupes d'âges : 4 ans (2012), 5 ans (2011), 6 ans (2010), 7 ans (2009), 8 ans (2008), 9 ans (2007), 10 ans (2006), 11 ans (2005), 12 ans (2004), 13 ans (2003), 14 ans (2002), 15 ans (2001), 16 ans (2000), 17 ans (1999), 18 ans (1998). Soccer pour adultes aussi disponible.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
U4 – Récréatif	Parc Ludger-Bastien	Voir site Internet	Int. : 2016-05-01 Ext. : 2016-05	12 sem.	80 \$
U5 à U6 – Récréatif	Parc Ludger-Bastien	Voir site Internet	Stade : 2016-05-01 Ext. : 2016-05	12 sem.	95 \$
U7 à U8 – Récréatif	Parc Chanterelle	F : Mar. et jeu. M : Lun. et mer.	Stade : 2016-05-01 Ext. : 2016-05	13 sem.	130 \$
U9 à U10 – Récréatif	Parc Grandes-Pointes	F : Lun. et mer. M : Mar. et jeu.	Ext. : 2016-05	13 sem.	135 \$
U11 à U12 – Récréatif	Parc O' Bernois Parc Grandes-Pointes	F : Mar. et jeu. M : Lun. et mer.	Ext. : 2016-05	13 sem.	145 \$
U13 à U14 – Récréatif	Parc Grandes-Pointes	F : Mar. et jeu. M : Lun. et mer.	Ext. : 2016-05	13 sem.	150 \$
U15 à U16 – Récréatif	Parc Grandes-Pointes	Lun. et mer.	Ext. : 2016-05	13 sem.	155 \$
U17 à U18 – Récréatif	Parc Grandes-Pointes	Dim. et mar.	Ext. : 2016-05	13 sem.	165 \$
U9 à U18 – Compétitif	Parc Grandes-Pointes	Voir site Internet	Int. : 2016-03-19 Ext. : 2016-05	22 sem.	Ajouter 75 \$ au coût du récréatif
Senior : 18 ans et plus	Parc Grandes-Pointes	Voir site Internet	Ext. : 2016-05	18 sem.	210 \$
O-35 M : 1976 et avant	Parc Grandes-Pointes	Voir site Internet	Ext. : 2016-05	18 sem.	210 \$

**Inscription :** En ligne [www.soccerstetienne.com](http://www.soccerstetienne.com) du 10 février au 5 mars. En personne, les 23 et 24 février de 19 h à 21 h et le 5 mars de 9 h à 12 h 30 au chalet des Grandes-Pointes, 44, rue du Bon-Accueil. Par la suite, par téléphone : 418 563-3562, selon disponibilité.



## ACTIVITÉS SPORTIVES ET DE PLEIN AIR

### SOCCER MINEUR

Secteurs Saint-Nicolas et Saint-Rédempteur

Pour information

Association de soccer de Chaudière-Ouest : 418 988-3668  
info@assco.ca, www.assco.ca

U4 (2012), U5 à U7 (2011 à 2009), U8 (2008), U9 à U10 (2007 et 2006), U11 (2005), U11 à U12 (2005 et 2004), U13 à U18 (2003 à 1998)

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
U4 – Récréatif	Voir site Internet	Sam.	Ext. : 2016-05	12 sem.	145 \$
U5 à U7 Soccer à 4 joueurs – Récréatif	Voir site Internet	Lun. et mer. ou Mar. et jeu.	Ext. : 2016-05	12 sem.	160 \$
U8 à U18 – Récréatif	Voir site Internet	Voir site Internet	Ext. : 2016-05	12 sem.	180 \$ (U8 à U12) 190 \$ (U13 à U18)
U9 à U18 – Compétitif	Voir site Internet	Voir site Internet	Int. : 2016-04 Ext. : 2016-05	17 sem.	270 \$ (U9 et U10) 285 \$ (U11 à U18)

Inscription : En tout temps. En ligne : [www.assco.ca](http://www.assco.ca). Par téléphone : 418 988-3668 poste 222.

### TIR À L'ARC

Secteur Lévis

Pour information

Club de tir à l'arc Lévisseurs  
Jean-Yves Plante : 418 831-2750

Activité pratiquée comme sport ou loisir sur cibles concentriques ou animalières. L'activité associe le tir libre, l'initiation et divers autres services contribuant au développement des archers. Distance de tir jusqu'à 30 mètres.

CLIENTÈLE	LIEU	HORAIRE	DÉBUT	DURÉE	COÛT
9 ans et plus	École Pointe-Lévy	Sam. 9 h 30 à 11 h 30 ou Mar. 20 h à 21 h 30	2016-04-05	4 sem.	30 \$

Inscription : En tout temps. Par téléphone : Jean-Yves Plante, 418 831-2750.



## ACTIVITÉS DE PARTICIPATION LIBRE

### AQUATIQUE – HORAIRE DES BAINS LIBRES

#### HORAIRE RÉGULIER

#### PISCINE DE L'AQUARÉNA LÉO-PAUL-BÉDARD – SECTEUR CHARNY

Du 11 avril au 23 juin

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	Couloirs	Tremplins	Glissade
Tous	13 h 30 à 14 h 50		13 h 30 à 14 h 50		13 h 30 à 14 h 50			3	1	-
Familiaux			19 h 10 à 20 h		19 h 30 à 21 h	14 h 15 à 16 h 19 h à 20 h 20	14 h 15 à 16 h 19 h à 20 h 20	-	2	1
Adultes	6 h 15 à 7 h 50 12 h à 13 h 20 21 h 10 à 22 h		6 h 15 à 7 h 50 12 h à 13 h 20 21 h 10 à 22 h		6 h 15 à 7 h 50 12 h à 13 h 20 21 h 10 à 22 h		20 h 30 à 21 h 20	4	-	-

#### PISCINE PIERRE-LÉTOURNEAU DU CENTRE CULTUREL – SECTEUR LÉVIS

Du 11 avril au 23 juin

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	Couloirs	Tremplins	Glissade
Familiaux			19 h à 19 h 50			14 h 15 à 16 h	14 h 15 à 16 h	-	1	1
Adultes	11 h 30 à 12 h 50	16 h à 17 h 20	11 h 30 à 12 h 50	16 h à 17 h 20	11 h 30 à 12 h 50			5	-	-

Accès	5 ans et moins	6 à 17 ans	18 à 54 ans	55 ans et plus
Droits d'entrée	Gratuit	1,25 \$	2,50 \$	1,75 \$
Carte d'accès (voir page 2 pour les détails)	Gratuit	1 point	2 points	1 point

MESSAGE : Veuillez prendre note que lors des journées pédagogiques de la Commission scolaire des Navigateurs, les bains de 13 h 30 à 14 h 50 à l'Aquaréna Léo-Paul-Bédard du secteur Charny, sont modifiés en bains familiaux (tremplins et glissade accessible, aucun couloir installé). Ces modifications s'appliquent aux dates suivantes : 29 avril et 23 mai.

Règlements :

- Les enfants de moins de 8 ans doivent obligatoirement être accompagnés dans l'eau par une personne de 14 ans et plus;
- Aucune chaussure, dite de rue, n'est tolérée sur la promenade;
- Seuls les baigneurs sont admis autour de la piscine.

### PARCOURS URBAINS DE MARCHÉ

Quinze parcours de marche urbains à découvrir. Pour connaître les trajets et les services à proximité, visitez le [ville.levis.qc.ca/loisirs/lieux/marche-velo](http://ville.levis.qc.ca/loisirs/lieux/marche-velo)



Les politiques et procédures présentées dans cette rubrique ne s'appliquent qu'aux activités offertes directement par la Ville de Lévis. Si vous vous inscrivez à une activité relevant d'un organisme ou d'une entreprise partenaire, vous êtes invité à vérifier auprès d'eux les politiques et les procédures en vigueur au sein de leur organisation.

### PÉRIODES D'INSCRIPTION

Voir rubrique *Renseignements inscriptions* page 2.

### MODALITÉS D'INSCRIPTION POUR LES NON RÉSIDENTES ET LES NON RÉSIDENTS

Dans le présent texte sont considérées comme des non résidentes, les personnes n'ayant pas leur domicile sur le territoire de la ville de Lévis. **Les inscriptions de ces personnes se font uniquement à partir du 29 mars.** Les personnes non résidentes devront déboursier **50 % de plus** que le coût indiqué.

### POUR PROCÉDER À L'INSCRIPTION

#### EN LIGNE

##### Obligatoire pour votre inscription :

- Votre numéro de client (voir votre n° de personne sur votre carte loisirs) ;
- Une carte de crédit Visa ou Mastercard ;
- Le numéro de téléphone principal inscrit à votre dossier client ;
- Une adresse courriel, pour pouvoir compléter le paiement et recevoir votre confirmation d'inscription ;  
Pour l'émission d'un relevé 24 pour des frais de garde, il sera important d'avoir en main le numéro de client (no personne) **du parent payeur** (voir votre carte loisirs).

- 1) Consultez votre *Guide des loisirs - printemps 2016* et sélectionnez les activités auxquelles vous désirez vous inscrire ou inscrire un membre de votre famille.
- 2) Rendez-vous sur le [ville.levis.qc.ca](http://ville.levis.qc.ca), section *Sports et loisirs* rubrique *Guide des loisirs et inscription*, cliquez sur le bouton *S'inscrire en ligne* et ensuite sur le bouton *Accéder à l'inscription en ligne*.
- 3) Faites votre recherche en sélectionnant : l'onglet *Activités*, pour ensuite faire votre recherche par session et ensuite selon le type d'activités (cliquez sur l'icône +), sélectionnez ensuite le ou les niveaux puis appuyez sur *Rechercher*. Suivez ensuite les étapes identifiées sur le site Internet.
- 4) La dernière étape consiste à accéder à la page de paiement, ce qui vous ramènera ensuite au site d'inscription et à votre reçu.

#### PAR TÉLÉPHONE

##### Obligatoire pour votre inscription :

- Le numéro de client de chacune des personnes à inscrire (voir votre n° de personne sur votre carte loisirs) ;
- Pour l'émission d'un relevé 24 pour des frais de garde, il faudra avoir en main le numéro de client (n° de personne) **du parent payeur** (voir votre carte loisirs).

- 1) Consultez votre *Guide des loisirs - printemps 2016* et sélectionnez les activités auxquelles vous désirez vous inscrire ou inscrire un membre de votre famille.
- 2) Faites trois choix d'activités dans l'éventualité où votre premier choix serait complet.
- 3) Prenez en note les codes des activités.
- 4) Assurez-vous d'avoir à portée de la main :
  - Le **numéro de client** (n° de personne) de chacune des personnes dont vous désirez faire l'inscription. Si vous ne possédez pas ce numéro ou que vous l'avez égaré, le préposé vous donnera votre numéro de client (n° de personne) en créant votre dossier;
  - **Un chèque et une enveloppe** pour procéder rapidement au paiement qui confirmera officiellement votre inscription.
- 5) Composez le 418 835-8574.
- 6) Si vous avez des questions sur l'activité la plus appropriée à votre situation, appuyez sur le 0 afin que l'agent à l'information ou qu'un spécialiste du domaine puisse vous aider.
- 7) Si vous êtes prêt à faire une inscription à une activité, appuyez sur le 1.

**8) Étapes de la procédure d'appel auprès du préposé :**

- a) Donnez le numéro de client (no de personne) de la personne que vous désirez inscrire. Si vous ne le possédez pas, le préposé procédera à la création du dossier et vous donnera le ou les numéros de client (no de personne) que vous devrez conserver pour la prochaine inscription.
- b) Donnez le code de l'activité à laquelle vous voulez inscrire cette personne.
- c) Le préposé confirmera les places réservées.
- d) Le montant total des inscriptions sera indiqué.
- e) Postez rapidement votre chèque à l'ordre de la Ville de Lévis et daté du jour de l'inscription. Indiquez le numéro de client (no de personne) donné par le préposé et faire parvenir à :

**Confirmation d'inscription téléphonique**  
**Guide des loisirs - printemps 2016**  
**Direction de la vie communautaire**  
**959, rue Nolin**  
**Lévis (Québec) G6Z 2N8**

**Si, après cinq jours de calendrier,**  
**nous n'avons pas reçu votre chèque,**  
**vosre INSCRIPTION SERA ANNULÉE.**

- f) Une fois que nous aurons reçu votre chèque, nous vous posterons votre confirmation d'inscription et votre numéro de client (n°de personne) que vous devrez conserver pour vos prochaines inscriptions par Internet ou par téléphone.

**MODALITÉS DE PAIEMENT****Inscriptions en ligne**

Le paiement doit se faire obligatoirement par carte de crédit Visa ou Mastercard, et ce, en un seul versement.

**Inscriptions par téléphone**

Le paiement doit se faire obligatoirement **par chèque à l'ordre de la Ville de Lévis**. Si le montant de votre inscription est supérieur à 100 \$, il est possible d'effectuer le paiement en deux versements :

- 1<sup>er</sup> chèque : 50 % du montant total, daté du jour de votre inscription téléphonique;
- 2<sup>e</sup> chèque : 50 % du montant total, postdaté au 28 avril 2016.

Les deux chèques doivent être joints à l'envoi. Des frais de 25 \$ seront facturés pour tout chèque sans provision.

**INSCRIPTIONS LIMITÉES**

Le nombre d'inscriptions par activité est limité. Si le nombre maximum est atteint, les inscriptions suivantes seront placées sur une liste d'attente OU vous serez invité à procéder à un autre choix d'activité.

**ANNULATION D'INSCRIPTION ET REMBOURSEMENT**

Dans le cas d'une annulation ou de modification des activités par la Direction de la vie communautaire, les personnes inscrites à cette activité seront remboursées en totalité, sans frais d'administration.

Une personne peut annuler son inscription avant le début des activités. Si la demande est effectuée durant la période principale d'inscription, aucun frais d'administration ne sera facturé. En cas contraire, le remboursement est effectué en retenant des frais d'administration, représentant 15 % du montant de l'inscription.

Après la première journée d'activité, il n'y a aucun remboursement sauf si la personne inscrite n'est pas en mesure de participer aux activités en raison d'une incapacité physique liée à son état de santé, en cas de blessure ou de maladie. Une demande écrite de remboursement doit être transmise à la Direction de la vie communautaire dès le constat d'empêchement et au plus tard avant la dernière journée de l'activité. La demande doit être accompagnée des documents justifiant cette incapacité. Le montant remboursé correspondra à la proportion des activités restantes à suivre. Des frais d'administration représentant 15 % du montant du remboursement seront retenus.

**TAXES**

Les coûts indiqués pour chacune des activités incluent les taxes, soit la TPS et la TVQ. Ces taxes s'appliquent uniquement aux activités à caractère libre ainsi qu'à la clientèle de plus de 14 ans.



## RELEVÉS POUR IMPÔT



Pour les parents ayant inscrit un enfant à une activité de garde enfantine un relevé 24 vous sera transmis avant la fin du mois de février 2017. En ce qui a trait au relevé d'impôt fédéral pour la condition physique et artistique des enfants, vous devez consulter le site [www.cra-arc.gc.ca/conditionphysique](http://www.cra-arc.gc.ca/conditionphysique) ou le [www.cra-arc.gc.ca/creditartistique](http://www.cra-arc.gc.ca/creditartistique) afin de connaître l'admissibilité de votre enfant et de l'activité à laquelle il est inscrit. Le reçu d'inscription que vous recevrez par courriel ou par la poste, quelques jours après votre inscription, constitue votre relevé d'impôt.

## ACCESSIBILITÉ AUX BÂTIMENTS

Soucieuse d'améliorer son offre de service, la Ville de Lévis a identifié les **locaux partiellement accessibles**. Pour les connaître consultez la section *Sites de loisirs* aux pages 28 à 29.



Ce pictogramme signifie que l'établissement où se tient l'activité ne répond pas à un ou à plusieurs des critères d'accessibilité de l'indication adapté. Cependant, il doit au minimum se conformer aux points suivants :

Cependant, il doit au minimum se conformer aux points suivants :

- Un parcours sans obstacle est prévu, de l'aire de stationnement à l'entrée principale de l'établissement ainsi qu'à l'intérieur de celui-ci;
- La largeur libre des portes d'entrée de l'établissement est au minimum de 71 cm (28 po);
- Il peut y avoir deux marches au maximum avec une rampe d'accès amovible disponible.

En cas de questionnement, nous vous invitons à vous renseigner en composant le 418 839-9561.

## INTÉGRATION DES PERSONNES EN SITUATION D'HANDICAP OU AYANT DES BESOINS PARTICULIERS AUX ACTIVITÉS DE LOISIRS



La Ville de Lévis souhaite faciliter l'intégration des personnes en situation d'handicap ou ayant des besoins particuliers aux activités offertes. Ainsi, pour faciliter votre intégration ou celle de vos proches, des arrangements peuvent être établis. Les responsables se réservent le droit de revoir les possibilités de fréquentation des participantes et participants si l'intégration et l'apprentissage s'avèrent difficilement réalisables. Nous vous invitons à suivre les étapes suivantes autant pour une activité offerte par la Ville que par un organisme :

### Programmes d'activités animés (Ville ou organisme) :

1. Ciblez une ou les activités désirées.
2. Activités de la Ville : communiquez, avant de procéder à l'inscription, avec l'agent à l'information de la Direction de la vie communautaire au 418 839-9561 qui vous dirigera vers le bon intervenant.  
Activité des organismes : communiquez avec le responsable de l'organisme avant de procéder à l'inscription. Ces intervenants voudront connaître les mesures utiles pour vous ou votre proche tout en facilitant la pratique des autres participants s'il y a lieu.
3. Procédez à l'inscription.
4. Le professeur (ou le conseiller en loisirs) offrant le cours communiquera avec vous afin d'adapter son enseignement et le matériel s'il y a lieu. Les accompagnateurs ne sont pas fournis par la Ville, mais seront acceptés gratuitement aux cours.

### Activités libres (bain, hockey, tennis, etc.) (vignette d'accompagnement)

Procurez-vous la *Vignette d'accompagnement touristique et de loisir*. Elle permet aux personnes ayant une déficience ou un problème de santé mentale, âgée de plus de 12 ans et ayant un besoin d'accompagnement, de participer pleinement à différentes activités de loisirs en obtenant la gratuité pour son accompagnateur. L'accompagnateur se définit comme une personne dont la présence à l'activité est essentielle à la participation de la personne ayant des besoins particuliers. Elle vous permet d'intégrer gratuitement votre accompagnateur aux activités libres. Pour avoir de l'information concernant cette vignette ou en faire la demande, veuillez communiquer avec l'Association régionale de loisir pour personnes handicapées de la Chaudière-Appalaches au 418 833-4495, ou consultez le site Internet [www.vatl-tlcs.org](http://www.vatl-tlcs.org). Voir section *Activités de participation libre* page 24 pour connaître les horaires.

## RÉSERVATION DE LOCAUX ET DE PLATEAUX

### Location de salles, gymnases, plateaux sportifs

En ligne : [ville.levis.qc.ca](http://ville.levis.qc.ca), rubrique lieux et équipements, section location de salles et de plateaux sportifs

Par téléphones : 418 839-9711 sur les heures de bureaux



## ARRONDISSEMENT DE DESJARDINS

## Secteur Lévis

**Cégep de Lévis-Lauzon**  RC-É-SS  
205, Mgr-Bourget  
Tél. : 418 833-5110 poste 3177

**Centre culturel de Lévis**  RC-SS  
(piscine Pierre-Létourneau)  
36, rue Valère-Plante  
Tél. : 418 838-4154

**Centre Raymond-Blais Lévis**  RC-É  
6, rue Raymond-Blais  
Tél. : 418 838-4128

**Collège de Lévis**  RC  
Rue Mont-Marie

**École Pointe-Lévy (gymnase)**  RC  
55, rue des Commandeurs  
(entrée rue Vincent-Chagnon)

**Maison de la musique Bernard-Bonnier**  RC  
17, rue Notre-Dame  
Tél. : 418 838-4191

**Stade Georges-Maranda**  
50, rue Vincent-Chagnon

## Secteur Pintendre

**Centre des loisirs**  RC  
807, rue Olympique

**École du Boisé (gymnase)**  RC  
400, rue Pamphile-Le May

## ARRONDISSEMENT DES CHUTES-DE-LA-CHAUDIÈRE-EST

## Secteur Charny

**Aquaréna Léo-Paul-Bédard**  RC  
8001, avenue des Églises  
Tél. : 418 832-4611

**Carrefour culturel Jean-Gosselin**  SS  
3315, avenue des Églises

**École Saint-Louis-de-France**  RC  
3165, avenue Joseph-Hudon

**École Secondaire Les Etchemins (ESLE)**  RC-É-SS  
3724, avenue des Églises

**Parc Maréchal-Joffre (chalet)**  
6273, rue des Airelles

**Parc de la Rivière (chalet)**  
3030, rue Louis-Philippe-Robitaille

## Secteur Sainte-Hélène-de-Breakeyville

**Parc Ian-Breakey (chalet)**  
Avenue Brassard

## Secteur Saint-Jean-Chrysostome

**Centre civique**  RC  
955, rue Nolin

**Centre communautaire l'Accueil**  
1009, avenue Taniata

**École de l'Alizé**  RC  
851, rue des Hérons

**École de la Rose-des-Vents**  RC  
50, place Arlette-Fortin

**École de Taniata**  
1026, avenue Taniata

**Parc Centre-Ville**  
Rue Arlette-Fortin

**Parc Champigny (chalet)**  
871, avenue Taniata

**Parc Quatre-Saisons (chalet)**  
1017, rue Alphonse-Ferland

## Secteur Saint-Romuald

**Petite école**  RC  
290, rue Ernest-Bégin

**Ressources-Naissances**  
225, rue Montfort

**Terrasin Shurgain**  
2<sup>e</sup> rue

 Accessibilité : SS = sous-sol, RC = rez-de-chaussée, E = étages



## ARRONDISSEMENT DES CHUTES-DE-LA-CHAUDIÈRE-OUEST

### Secteur Saint-Étienne-de-Lauzon

**École La Chanterelle**  
39, rue Denis-Garon



**Parc des Grandes-Pointes (chalet)**  
44, rue du Bon-Accueil



**Salle Étienne-Baillargeon**  
4119, route des Rivières



**École Plein-Soleil**  
9, rue Genest



**Parc Ludger-Bastien (chalet)**  
9, rue du Pont

### Secteur Saint-Nicolas

**Centre communautaire de Saint-Nicolas**  
550, rue de la Sorbonne



**École de l'Odysée**  
885, rue des Mélèzes



**Parc du Plateau (chalet)**  
Local tennis / patinoire  
550, de la Sorbonne

**École Clair-Soleil**  
150, rue Plante



**Parc l'Envol (chalet)**  
1101, route des Rivières



**Parc O'Berinois (chalet)**  
1398, chemin Filteau

### Secteur Saint-Rédempteur

**Centre communautaire Le Carrefour**  
1325, rue de Saint-Denis



**École La Ruche**  
1000, rue du Bourgeois



**Parc Turcotte**  
Rue du Grand-Tronc



Accessibilité : SS = sous-sol, RC = rez-de-chaussée, E = étages