



CARREFOUR LOISIRS 50⁺ LA PRAIRIE

SESSION HIVER 2026 - 26 JANVIER AU 15 MAI

450.444.6736

<https://cillap.org/>

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
A.M.	<u>MISE EN FORME</u> 9h00 à 10h00 local: Circé & Lanctôt Carole Perrochon GRATUIT	<u>AQUARELLE</u> 9h00 à 12h00 local: 2 Louise Guertin \$265,00	<u>CRÉATIVITÉ</u> 9h00 à 11h30 local: double 3 et 4 Huguette Roy GRATUIT	<u>MISE EN FORME</u> 9h00 à 10h00 local: Circé & Lanctôt Carole Perrochon GRATUIT	<u>AFFAIRES DE GARS</u> 9h30 à 11h30 local: Vie démocratique 2 Réal Haché Gilles Lambert GRATUIT	<u>PICKLEBALL</u> 13h00 à 15h00 École Émilie Gamelin Mireille Baumier-Lescarbeau Yves Carlos \$130,00 Durée 13 semaines
A.M.	<u>INFORMATIQUE</u> <u>INTERMÉDIAIRE</u> 9h00 à 11h00 local: 2 \$45,00	<u>QUILLES</u> 9h30 à 12h00 Salon de Quilles Roussillon Luc Léveillé \$120,00 Durée 12 semaines	<u>CLUB DE MARCHÉ</u> 9h00 à 11h00 local: Phyllis-Lanctôt Lorraine Gauthier Johane Bariteau \$30,00	<u>STIMULER LES</u> <u>FONCTIONS COGNITIVES</u> 9h00 à 10h20 local: 1 GRATUIT	<u>JEUX DE SOCIÉTÉ</u> 9h30 à 11h30 local: studio 1 Josée Mercille Nicole Martin GRATUIT	
A.M.	<u>DANSE COUNTRY</u> <u>DÉBUTANT 1</u> 9h30 à 11h00 local: studio 1 Anne Moriello \$150,00	<u>AFFAIRES DE FILLES</u> 9h30 à 11h30 local: double 3 et 4 GRATUIT	<u>DANSE EN GROUPE</u> <u>INTERMÉDIAIRE</u> 9h30 à 11h00 local: studio 2 et 3 Michel Gingras \$150,00	<u>STIMULER LES</u> <u>FONCTIONS COGNITIVES</u> 10h40 à 12h00 local: 1 GRATUIT	<u>COUTURE / INITIATION +</u> 9h30 à 12h00 local: 2 Ghislaine Pizzardi Monique Olivier \$50,00	
A.M.	<u>COURS DE TRICOT</u> <u>DÉBUTANT</u> 9h30 à 12h00 local: Vie démocratique 2 Diane Rousseau \$45,00 Durée 12 semaines	<u>FORMATION IPHONE</u> 9h30 à 11h30 Local: Phyllis-Lanctôt François Cournoyer Annie Chevalier \$30,00 Début : 17 mars - 10 semaines	<u>COURS SUR L'HISTOIRE</u> <u>DE L'ART</u> 9h30 à 11h30 local: 1 \$45,00	<u>COUTURE / INTERMÉDIAIRE</u> 9h30 à 11h30 local: 2 Ginette Gélinas \$30,00 (7 semaines) 5 fév, 19 fév, 19 mars, 2 av, 16 av, 30 av & 14 mai	<u>DANSE COUNTRY</u> <u>DÉBUTANT 2</u> 10h00 à 11h30 local: studio 2 et 3 Anne Moriello \$150,00 Pré-requis: Avoir fait 1 session	
A.M.	<u>ESPAGNOL</u> <u>DÉBUTANT</u> 10h00 à 12h00 local: 1 M. Wilfred Calvino \$225,00	<u>DANSE COUNTRY</u> <u>DÉBUTANT 1</u> 9h30 à 11h00 local: studio 1 Anne Moriello \$150,00	<u>AQUAFORME</u> 9h40 à 10h40 Complexe Aquatique St-Constant <u>Moniteur du Complexe</u> \$190,00	<u>ANGLAIS</u> <u>DÉBUTANT</u> 10h00 à 12h00 local: Vie démocratique 2 Sharon Vocino \$195,00 Durée 13 semaines		
A.M.	<u>MISE EN FORME</u> 10h15 à 11h15 local: Circé & Lanctôt Robert & Lorraine St-Martin GRATUIT	<u>ESPAGNOL</u> <u>AVANCÉ</u> 10h00 à 12h00 local: 1 M. Wilfred Calvino \$225,00	<u>QI GONG</u> 11h00 à 12h00 local: studio 1 Gisèle Marleau \$45,00 Durée 13 semaines	<u>LIAN GONG - QI GONG</u> 10h15 à 11h15 local: studio 1 Guylaine Poissant Hélène Vanasse \$50,00		
A.M.		<u>LIAN GONG - QI GONG</u> 10h00 à 11h00 local : Rosaire-Circé Guylaine Poissant Hélène Vanasse \$50,00		<u>MISE EN FORME</u> 10h15 à 11h15 local: Circé & Lanctôt Claudia Nadeau GRATUIT		
A.M.		<u>AQUAFORME</u> 11h10 à 12h10 Complexe Aquatique St-Constant Carole Perrochon \$190,00		<u>AQUAFORME</u> 11h10 à 12h10 Complexe Aquatique St-Constant Carole Perrochon \$190,00	ACTIVITÉS PONCTUELLES CALENDRIER À VENIR !	



CARREFOUR LOISIRS 50⁺ LA PRAIRIE

SESSION HIVER 2026 - 26 JANVIER AU 15 MAI

450.444.6736

<https://cillap.org/>

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
P.M.	<u>PEINTURE LIBRE</u> 13h30 à 16h30 local: double 3 et 4 Louise Guertin \$265,00	<u>SCRABBLE</u> 13h30 à 16h30 local: studio 1 Diane Fortin Clément Ducharme GRATUIT	<u>CRIBBLE</u> 13h30 à 17h00 local: Jean Baptiste-Varin Frais de participation: \$5,00/semaine	<u>STIMULER LES FONCTIONS COGNITIVES</u> 13h00 à 14h20 local: 1 GRATUIT		
P.M.	<u>INFORMATIQUE DÉBUTANT</u> 13h00 à 15h00 local: 2 \$45,00	<u>AQUARELLE DÉBUTANT</u> 13h00 à 16h00 local: 2 Louise Guertin \$265,00	<u>JEUX DE SOCIÉTÉ</u> 13h30 à 15h30 local: 1 GRATUIT	<u>CONVERSATION ESPAGNOL AVANCÉ</u> 13h00 à 15h30 local: Vie démocratique 2 Wilfred Calvino \$225,00 Durée 13 semaines		
P.M.	<u>COURS DE TRICOT INTERMÉDIAIRE</u> 13h30 à 15h30 local: Local 1 Diane Rousseau \$45,00	<u>TRICOT LIBRE</u> 13h30 à 15h30 local: Vie démocratique 2 Sylvie Favreau GRATUIT	<u>LES DEUILS ATELIER</u> 13h30 à 15h30 local: Vie démocratique 2 Denise Leblanc \$100,00 Début : 11 mars - 6 semaines	<u>AQUAFORME</u> 13h15 à 14h15 Complexe Aquatique St-Constant Carole Perrochon \$190,00		
P.M.	<u>ÉCRITURE CRÉATIVE</u> 13h30 à 16h00 local: Vie démocratique 2 Nicole Trépanier \$30,00 Durée 12 semaines	<u>ESPAGNOL INTERMÉDIAIRE</u> 13h30 à 15h30 local: 1 M. Wilfred Calvino \$225,00	<u>RENFORCEMENT MUSCULAIRE 50+</u> 14h00 à 15h00 local: studio 2 et 3 Rémy Cano \$120,00	<u>ATELIER DE MOSAÏQUE</u> 13h30 à 16h30 local: 2 Louise Guertin \$260,00 (8 semaines) 29 janv, 12 fév, 26 fév, 12 mars, 26 mars, 9 av, 23 av & 7 mai		
P.M.	<u>WHIST MILITAIRE</u> 13h30 à 15h30 local: studio 1 Line Farley Richard Laurin GRATUIT	<u>AQUAFORME</u> 13h30 à 14h30 Complexe Aquatique St-Constant Carole Perrochon \$190,00	<u>YOGA SUR CHAISE</u> 15h15 à 16h15 local: double 3 et 4 Isabelle Lacombe \$120,00	<u>YOGA SUR CHAISE</u> 15h00 à 16h00 local : studio 1 Isabelle Lacombe \$120,00		
		<u>YOGA SUR CHAISE</u> 14h00 à 15h00 local: studio 2 et 3 Isabelle Lacombe \$120,00		<u>ÉTIREMENT STRETCHING</u> 15h00 à 16h00 local : studio 2 et 3 Carole Perrochon \$120,00		
SOIR	<u>PICKLEBALL</u> 19h00 à 21h00 École "La Petite Gare" Mireille Baumier-Lescarbeau Yves Carlos \$130,00 Durée 13 semaines		<u>PICKLEBALL</u> 19h00 à 21h00 École "La Petite Gare" Mireille Baumier-Lescarbeau Yves Carlos \$130,00 Durée 13 semaines		ACTIVITÉS PONCTUELLES CALENDRIER À VENIR !	