

Inscrivez-
vous!



PROGRAMMATION

Automne 2026

MUNICIPALITÉ DE
Saint-Ferréol
les-Neiges

Descriptions des cours et inscriptions sur la page Qidigo
de la Municipalité de Saint-Ferréol-les-Neiges

Début des inscriptions pour les résidents : le mercredi 9 septembre à midi

Début des inscriptions pour les non-résidents : le vendredi 11 septembre à midi

**Équipe des loisirs disponible par courriel et téléphone
lors de l'ouverture des inscriptions*

Pour informations :

loisirs@sflneiges.com

418 826-2253 poste 114

saintferreollesneiges.qc.ca

X YOGA Adultes



HATHA YOGA AVEC ÉMILIE MATTE

Les mercredis de 17 h 30 à 18 h 30

YOGA MATINAL AVEC CAROLINE GAUTHIER

Les mercredis de 9 h à 10 h

Les vendredis de 9 h à 10 h

YOGA SUR CHAISE AVEC LAURENCE GIRARD

Les jeudis de 8 h 30 à 9 h 30

**** Deux sessions de disponibles lors de
l'inscription.*

X DANSE EN LIGNE 12 ans +

ULTRA DÉBUTANTS - PREMIERS PAS

Les jeudis de 18 h à 19 h

DÉBUTANTS - NIVEAU 2

Les jeudis de 18 h 15 à 19 h 15

NOVICES - NIVEAU 3

Les jeudis de 19 h 15 à 20 h 15



X CARDIO DANSE 12 ANS ET +

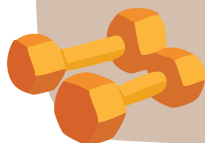
Les mardis de 18 h à 19 h



X ENTRAÎNEMENT EN CIRCUIT

ADULTES & AÎNÉES

Les mardis de 19 h 15 à 20 h 15



X PRÊTS À RESTER SEULS FORMATION PRÊTS À RESTER SEULS (9 ANS ET +)

Vendredi le 18 septembre de 9 h à 15 h.
À Saint-Tite-des-Caps



X GARDIENS AVERTIS

COURS GARDIENS AVERTIS
(11 ANS ET +)

Vendredi le 18 septembre
de 8 h 30 à 16 h 30.
À Saint-Tite-des-Caps

X PILATES

Adultes

Les dimanches de 8 h 30 à 9 h 30

Les jeudis de 18 h à 19 h

Les jeudis de 19 h 30 à 20 h 30

*** Deux sessions disponibles lors de l'inscription.



X COURS DE DESSIN

DESSIN EN APRÈS-MIDI (16 ANS ET +)

Les lundis de 13 h à 15 h

DESSIN EN SOIRÉE (16 ANS ET +)

Les mardis de 19 h à 21 h

DESSIN ENFANTS (6 ANS ET +)

Les lundis de 15 h 30 à 16 h 30
parascolaire

*** Deux sessions disponibles lors de l'inscription.



X PEINTURE

COURS DE PEINTURE
(16 ANS ET +)

Les mercredis de 19 h à 21 h

SOIRÉES D'AQUARELLE
(16 ANS ET +)

Les 17 & 24 novembre
de 19 h à 21 h

*Cours de deux soirées



X VIE ACTIVE

VIE ACTIVE (55 ANS ET PLUS)

Les mercredis de 13 h 30 à 14 h 30



POTERIE
FAÇONNAGE 12 ANS ET +

Deux soirées disponibles :

Le jeudi 15 octobre de 18 h à 21 h

Le jeudi 22 octobre de 18 h à 21 h



X LES HEURES DU CONTE

HISTOIRE & BRICOLAGE - 3 À 11 ANS

Amitié & entraide
Samedi 19 septembre à 10 h

Halloween
Samedi 31 octobre à 10 h

Noël
Samedi 5 décembre à 10 h

* Activités gratuites,
inscription obligatoire.



X FORMATIONS TABLETTES & CELLULAIRES

Tablettes & cellulaires Android

Les mercredis de 10 h à 12 h

Tablettes & cellulaires Apple :

Les mercredis de 13 h à 15 h



X AQUATIQUE

COURS D'AQUAFORME POUR ADULTES 16 ANS ET +

COURS DE NATATION POUR ENFANTS 6 MOIS À 10 ANS

DÉBUT DES COURS : SEMAINE DU 5 OCTOBRE 2026

ENDROIT : PISCINE DES CHALETS MONTMORENCY



COURS DE NATATION ENFANTS

INITIATION À LA NAGE (6 MOIS À 2 ANS)

Les mardis & jeudis de 16 h 30 à 17 h

PRÉSCOLAIRE - INITIATION (3 À 6 ANS)

Les mardis & jeudis de 17 h 05 à 17 h 35

PRÉSCOLAIRE - APPRENTIS (3 À 6 ANS)

Les mardis & jeudis de 17 h 40 à 18 h 10

NAGEURS DÉBUTANTS (7 À 10 ANS)

Les mardis & jeudis de 18 h 15 à 18 h 45

NAGEURS INTERMÉDIAIRES (7 À 10 ANS)

Les mardis de 18 h 50 à 19 h 20

Les mercredis de 17 h 40 à 18 h 10

NAGEURS AVANCÉS (7 À 10 ANS)

Les mercredis de 18 h 15 à 19 h



X AQUAFORME ADULTES

16 ANS ET +

Les mardis de 9 h à 9 h 55

Les mardis de 10 h à 10 h 55

Les mercredis de 19 h 05 à 20 h



Bien lire la description des cours avant d'inscrire votre enfant. Les descriptions se trouvent sur la page Qidigo de la Municipalité de Saint-Ferréol-les-Neiges.

Pour toute demande d'information, contactez l'équipe des loisirs par courriel à l'adresse : loisirs@sflneiges.com ou par téléphone au 418-826-2253, poste 114.

Évènements des loisirs de la Municipalité

DATES IMPORTANTES À RETENIR

Marché Public : tous les dimanches de 12 h 30 à 15 h

La Randoween : vendredi 16 octobre

Marché de Noël : 21 & 22 novembre

