

DESCRIPTIONS COURS DE LOISIR SPORTS

13 ANS & MOINS

BASKETBALL - MINI

Activités de basketball permettant d'initier les jeunes aux techniques de base du sport. Nos cours sont récréatifs et ne comportent pas de volet compétitif.

GYMNASTIQUE

Apprentissage des techniques de base de la gymnastique, comme la poutre, les barres asymétriques, le sol et le mini-trampoline. Nos cours sont récréatifs et ne comportent pas de volet compétitif.

HOCKEY COSOM

Apprentissage des bases du hockey cosom par l'intermédiaire d'activités ludiques. Nos cours sont récréatifs et ne comportent pas de volet compétitif.

KARATÉ

Apprentissage des techniques de base d'un art martial. Le parent peut y participer gratuitement. Le kimono est obligatoire pour tous. Mais, peut être acheté à l'endroit de votre choix. Nouveau : tarif avantageux pour les passagers de ceinture et les jeunes participeront maintenant à des combats.



DESCRIPTIONS COURS DE LOISIR SPORTS

13 ANS & MOINS
(SUITE)

PARENT-ENFANT EN FORME

Jeux et exercices dans le gymnase et/ou à l'extérieur. Parents, soyez prêts à bouger!

SOCCER INTÉRIEUR

Apprentissage des bases et des techniques de soccer intérieur par l'intermédiaire d'exercices et d'activités ludiques. Nos cours sont récréatifs et ne comportent pas de volet compétitif.