



PROGRAMMATION DES LOISIRS AUTOMNE 2023

DATE LIMITE POUR S'INSCRIRE
MERCREDI 20 SEPTEMBRE 2023



COMMENT VOUS INSCRIRE?

**POUR VOUS INSCRIRE AUX COURS DE CARDIO LATINO, DE
YOGA ET AUX ATELIERS «TU AS LE DROIT D'ÊTRE BIEN» :**



CONTACTEZ DIRECTEMENT LES RESPONSABLES

**POUR VOUS INSCRIRE AUX AUTRES ACTIVITÉS
DE LA PROGRAMMATION*:**

**1- RENDEZ-VOUS AU WWW.ADSTOCK.CA,
SECTION LOISIRS, CULTURE ET VIE COMMUNAUTAIRE,
ONGLET PROGRAMMATION ET INSCRIPTION**

**2- CLIQUEZ SUR INSCRIPTION EN LIGNE - AMILIA
DANS LA SECTION**

PROGRAMMATION DES LOISIRS - AUTOMNE 2023



3- INSCRIVEZ-VOUS À VOTRE ACTIVITÉ!

***DES FRAIS SUPPLÉMENTAIRES PEUVENT S'APPLIQUER POUR
L'INSCRIPTION D'UN NON-RÉSIDENT D'ADSTOCK.**

RABAIS MULTI-ACTIVITÉS

**LE RABAIS MULTI-ACTIVITÉS ACCORDE UN RABAIS
LORSQUE PLUSIEURS PERSONNES FAISANT PARTIE DE LA
MÊME FAMILLE ET HABITANT À LA MÊME ADRESSE
EFFECTUENT DES ACHATS ADMISSIBLES À CE RABAIS.
POUR QUE LE RABAIS S'APPLIQUE, LES INSCRIPTIONS
DOIVENT ÊTRE FAITES DANS LA MÊME TRANSACTION.**

2 PERSONNES : RABAIS DE 10%

3 PERSONNES : RABAIS DE 15%

4 PERSONNES ET PLUS : RABAIS DE 20%

**REPÉREZ CE LOGO  . IL INDIQUE QUE L'ACTIVITÉ EST
ADMISSIBLE AU RABAIS MULTI-ACTIVITÉS.**

OUVERTURE DU COMPLEXE SPORTIF

**RETOUR À L'HORAIRE RÉGULIER
DES ACTIVITÉS DÈS**

LUNDI LE 25 SEPTEMBRE 2023

OUVERTURE PRÉVUE DE L'ARÉNA

LUNDI LE 16 OCTOBRE 2023

COÛT

GYMNASE LIBRE

HOCKEY ET PATINAGE LIBRE



- 3\$ / FOIS

- GRATUIT POUR LES DÉTENTEURS

**DE LA CARTE
VANTAGE**

ABONNEMENTS ANNUELS



LA CARTE AVANTAGE:

-  **DONNE ACCÈS GRATUITEMENT AUX ACTIVITÉS LIBRES (PATINAGE, HOCKEY ET GYMNASSE LIBRE) LORS DES HEURES D'OUVERTURE DU COMPLEXE SPORTIF:**
-  **DONNE 10% DE RABAIS SUR TOUTES LES ACTIVITÉS DE LOISIRS ADMISSIBLES ORGANISÉES PAR LE SERVICE DES LOISIRS. REPÉREZ CE LOGO  IL INDIQUE QUE L'ACTIVITÉ EST ADMISSIBLE À CE RABAIS:**
-  **DONNE 50% DE RABAIS SUR UN ACCÈS JOURNALIER INDIVIDUEL OU FAMILIAL POUR LE SKI DU MONT ADSTOCK.**

TARIFS (VALIDE DU 15 AOÛT 2023 AU 14 AOÛT 2024)

	CARTE AVANTAGE	GYMNASE SEULEMENT*	ARÉNA SEULEMENT*
INDIVIDUEL : ENFANT (23 ANS ET MOINS) ET AÎNÉ	80\$	45\$	60\$
INDIVIDUEL : ADULTE	90\$	50\$	70\$
FAMILIAL	140\$	80\$	80\$

***IMPORTANT** : LES CARTES GYMNASSE ET ARÉNA SEULEMENT NE SONT PAS ADMISSIBLES AUX RABAIS MENTIONNÉS CI-HAUT.



INSCRIPTIONS HOCKEY

SAISON 2023-2024

**LIGUE DE HOCKEY SPORTIVE
DES MUNICIPALITÉS DE LA BEAUCE (LHSMB)
AUSSI APPELÉE HOCKEY PLAISIR**



COÛT D'INSCRIPTION:

● **RÉSIDENT D'ADSTOCK: 150\$ / NON-RÉSIDENT: 200\$**

INSCRIPTION APRÈS LE 4 SEPTEMBRE 2023: +25\$

DÉPÔT POUR LE CHANDAIL: 50\$ / BAS DE HOCKEY NON-INCLUS: +25\$

CATÉGORIE 5-8 ANS / CATÉGORIE 9-11 ANS / CATÉGORIE 12-15 ANS

● **DU 23 OCTOBRE 2023 AU 6 AVRIL 2024**

● **1 PRATIQUE / SEMAINE / CATÉGORIE**

● **PRATIQUE DONNÉE PAR L'ENTRAÎNEUR-MAÎTRE DANIEL BRETON**

● **MINIMUM 10 PARTIES + 2 TOURNOIS**

COURS MULTISPORTS

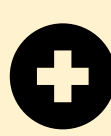
ACTIVITÉ POUR ENFANTS

SOCER, HOCKEY COSOM,
BASKETBALL, KIN-BALL, BREF
PLEINS D'ACTIVITÉS POUR LES
MORDUS DE SPORTS.



COURS OFFERT À ST-MÉTHODE

- **COÛT : 50\$**
- **PLACES LIMITÉES À 12 ENFANTS/GROUPE**
- **HORAIRE : MARDI DE 15H00 À 16H00**
5 À 8 ANS
MARDI DE 16H00 À 17H00
9 À 12 ANS
- **DÉBUT DU COURS : 26 SEPTEMBRE 2023**
- **DURÉE DE LA SESSION : 8 SEMAINES**
- **OÙ : GYMNASSE DU COMPLEXE SPORTIF**
- **ANIMÉ PAR ÉMIE CAMERON**

RABAIS ADMISSIBLES :  



COURS DE DANSE

ACTIVITÉ POUR ENFANTS

DANSE POUR FAIRE BOUGER VOS ENFANTS!

APPRENTISSAGE DE CHORÉGRAPHIES.

VOTRE ENFANT PARTICIPERA À UN SPECTACLE DE FIN D'ANNÉE. IL FAUDRA PRÉVOIR UN MONTANT D'ENVIRON 60\$ POUR L'ACHAT DE 2 COSTUMES POUR LE SPECTACLE.



COÛT : 110\$



HORAIRE : MERCREDI DE 17H30 À 18H30

5 À 8 ANS

MERCREDI DE 18H30 À 19H30

9 À 12 ANS



DÉBUT DU COURS : 27 SEPTEMBRE 2023



DURÉE DE LA SESSION : 12 SEMAINES



OÙ : SALLE DES JARDINS DU COMPLEXE SPORTIF



SPECTACLE : DIMANCHE 17 DÉCEMBRE 2023 À THETFORD



ANIMÉ PAR



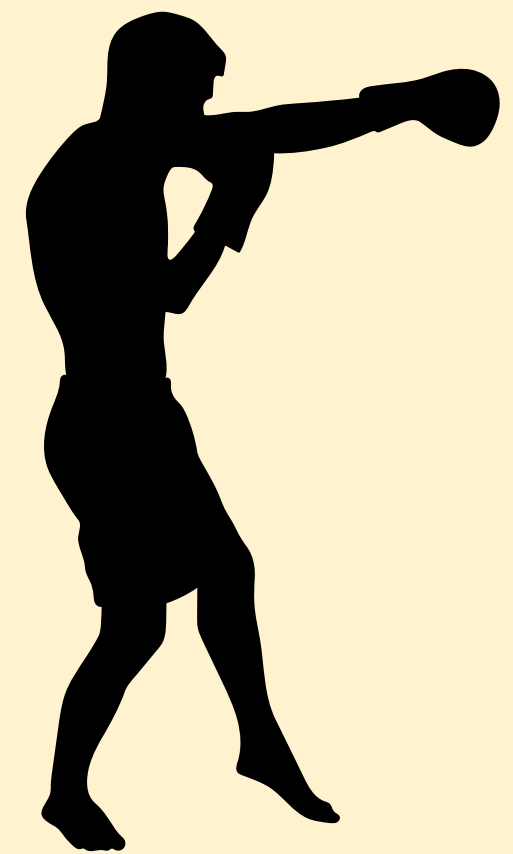
RABAIS ADMISSIBLES :



COURS INITIATION À LA BOXE

ACTIVITÉ POUR ENFANTS

CE COURS VISE À INITIER LES JEUNES AUX TECHNIQUES DE LA BOXE. CE COURS EST TRÈS STRUCTURÉ ET ENCADRÉ PAR UN ENTRAÎNEUR QUALIFIÉ. AUCUN CONTACT AU CORPS NI AU VISAGE NE SONT ACCEPTÉS.



-  **COÛT : 60\$**
-  **PLACES LIMITÉES À 10 ENFANTS**
-  **ÂGE REQUIS : 7 À 12 ANS**
-  **HORAIRE : JEUDI DE 18H00 À 19H00**
-  **DÉBUT DU COURS : 28 SEPTEMBRE 2023**
-  **DURÉE DE LA SESSION : 8 SEMAINES**
-  **OÙ : GYMNASSE DU COMPLEXE SPORTIF**
-  **ANIMÉ PAR SÉBASTIEN ROY**

RABAIS ADMISSIBLES :

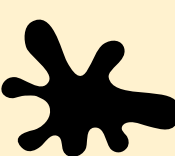


COURS **L'ART, ÇA ME BRANCHE**

ACTIVITÉ POUR ENFANTS

AU PROGRAMME :
PEINTURE, DESSIN, BRICOLAGE.
PLEINS D'ACTIVITÉS ARTISTIQUES
POUR T'AMUSER!



-  **COÛT : 80\$ (MATÉRIEL INCLUS)**
-  **PLACES LIMITÉES À 12 ENFANTS**
-  **ÂGE REQUIS : 5 À 12 ANS**
-  **HORAIRE : JEUDI DE 18H15 À 19H15**
-  **DÉBUT DU COURS : 28 SEPTEMBRE 2023**
-  **DURÉE DE LA SESSION : 10 SEMAINES**
-  **OÙ : SALLE DES JARDINS DU COMPLEXE SPORTIF**
-  **ANIMÉ PAR MAÉ BOLDUC**

RABAIS ADMISSIBLES :



COURS DE PATIN POUR DÉBUTANT

ACTIVITÉ POUR ENFANTS

VOTRE ENFANT AIMERAIT APPRENDRE À PATINER? CE COURS EST IDÉAL ALORS QU'IL APPRENDRA LA BASE DU PATINAGE.

IMPORTANT : DURANT LE COURS, IL N'Y AURA PAS DE HOCKEY, NI DE PATINAGE ARTISTIQUE.



COÛT : 80\$



PLACES LIMITÉES À 10 ENFANTS



ÂGE REQUIS : 4 À 8 ANS



HORAIRE : MARDI À 17H30 ET SAMEDI À 9H00 (1H/COURS)



DÉBUT DU COURS : 17 OCTOBRE 2023



DURÉE DE LA SESSION : 4 SEMAINES



OÙ : ARÉNA BERCOMAC



ANIMÉ PAR ANDRÉ PERRON

IMPORTANT: VOTRE ENFANT DOIT OBLIGATOIREMENT PORTER UN CASQUE PROTECTEUR AINSI QU'UN PROTECTEUR FACIAL COMPLET.

COURS INITIATION À LA FORÊT

ACTIVITÉ POUR ENFANTS

VOTRE ENFANT APPRENDRA LES 4 RÈGLES DE BASES
DU PROGRAMME **POUR SURVIVRE, RESTE PRÈS D'UN
ARBRE**. IL APPRENDRA À SE PRÉPARER AVANT DE
PARTIR POUR UN VOYAGE EN CAMPING ET RECEVRA UNE
BASE EN SECOURISME ET EN TECHNIQUE DE NŒUDS.



COÛT : 60\$



ÂGE REQUIS : 6 À 8 ANS



PLACES LIMITÉES À 12 ENFANTS



DATE DU COURS : SAMEDI 21 OCTOBRE 2023



HEURE DU COURS : 9H00 À 16H00



OÙ : SUR LE TERRITOIRE D'ADSTOCK (À CONFIRMER)



ANIMÉ PAR NANCY PICARD ET SON ÉQUIPE



**IMPORTANT : APPORTE UN LUNCH FROID, DES COLLATIONS
ET DES VÊTEMENTS ADAPTÉS POUR L'ACTIVITÉ**

RABAIS ADMISSIBLE :



COURS INITIATION À LA FORÊT

ACTIVITÉ POUR ENFANTS

VOTRE ENFANT APPRENDRA LES 4 RÈGLES DE BASES
DU PROGRAMME: **POUR SURVIVRE, RESTE PRÈS D'UN
ARBRE.** IL APPRENDRA À SE PRÉPARER AVANT DE
PARTIR POUR UN VOYAGE EN CAMPING ET RECEVRA UNE
BASE EN SECOURISME ET EN TECHNIQUE DE NŒUDS.



COÛT : 60\$



ÂGE REQUIS : 9 À 11 ANS



PLACES LIMITÉES À 12 ENFANTS



DATE DU COURS : DIMANCHE 22 OCTOBRE 2023



HEURE DU COURS : 9H00 À 16H00



OÙ : SUR LE TERRITOIRE D'ADSTOCK (À CONFIRMER)



ANIMÉ PAR NANCY PICARD ET SON ÉQUIPE



**IMPORTANT : APPORTE UN LUNCH FROID, DES COLLATIONS
ET DES VÊTEMENTS ADAPTÉS POUR L'ACTIVITÉ**

RABAIS ADMISSIBLE : 

COURS SURVIE EN FORÊT

ACTIVITÉ POUR ADOLESCENTS

VOTRE ENFANT APPRENDRA LES 4 RÈGLES DE BASES DU PROGRAMME

POUR SURVIVRE, RESTE PRÈS D'UN ARBRE. IL APPRENDRA:

- À SE PRÉPARER AVANT DE PARTIR POUR VOYAGE EN CAMPING:
- DES TECHNIQUES EN SECOURISME ET EN PREMIERS SOINS:
- DES TECHNIQUES DE NOEUDS ET DE FEU SÉCURITAIRE:
- DES TECHNIQUES POUR MONTER UN ABRI ET POUR S'ORIENTER EN FORÊT.



COÛT : 120\$



ÂGE REQUIS : 12 À 16 ANS



PLACES LIMITÉES À 12 ENFANTS



DATE DU COURS : 4 ET 5 NOVEMBRE 2023



HEURE DU COURS : 9H00 À 16H00



OÙ : SUR LE TERRITOIRE D'ADSTOCK (À CONFIRMER)



ANIMÉ PAR NANCY PICARD ET SON ÉQUIPE



**IMPORTANT : APPORTE UN LUNCH FROID, DES COLLATIONS,
UN SAC À DOS ET DES VÊTEMENTS ADAPTÉS POUR L'ACTIVITÉ**



RABAIS ADMISSIBLE :



COURS PRÊTS À RESTER SEUL

ACTIVITÉ POUR ENFANTS

**CE COURS PERMETTRA AUX JEUNES
D'APPRENDRE DES TECHNIQUES DE
BASE EN SECOURISME ET D'ACQUÉRIR
LES COMPÉTENCES POUR ASSURER
LEUR PROPRE SÉCURITÉ EN
L'ABSENCE D'UN PARENT.**



**EN COLLABORATION AVEC MÉDIC,
PARTENAIRE DE FORMATION DE LA CROIX-ROUGE**

+ COÛT : 45\$

+ ÂGE REQUIS : 9 À 13 ANS

+ DATE DU COURS : 8 JANVIER 2024

+ HEURE : 9H00 À 15H00

+ OÙ : SALLE BERNARDIN-HAMANN

**(i) IMPORTANT : APPORTE UN LUNCH FROID, TES CRAYONS,
TES CISEAUX ET DE LA COLLE**

+ ANIMÉ PAR MARIE-ANDRÉE VACHON

**RABAIS ADMISSIBLE :  CARTE
AVANTAGE**

COURS GARDIENS AVERTIS

ACTIVITÉ POUR ADOLESCENTS

CE COURS PERMET AUX JEUNES
D'ACQUÉRIR LES CONNAISSANCES AFIN
DE DEVENIR DES GARDIENS D'ENFANTS
COMPÉTENTS. ILS APPRENDRONT LES
TECHNIQUES DE BASE EN SECOURISME.



EN COLLABORATION AVEC MÉDIC,
PARTENAIRE DE FORMATION DE LA CROIX-ROUGE

- + COÛT : 50\$**
- + ÂGE REQUIS : MINIMUM 11 ANS**
- + DATE DU COURS : 29 JANVIER 2024**
- + HEURE : 8H30 À 16H30**
- + OÙ : SALLE DES JARDINS DU COMPLEXE SPORTIF**
- ⓘ IMPORTANT : APPORTE UN LUNCH FROID, TES CRAYONS,
UNE POUPÉE OU UN TOUTOU DE LA GROSSEUR D'UN BÉBÉ**
- + ANIMÉ PAR MARIE-ANDRÉE VACHON**

RABAIS ADMISSIBLE : 

PATINAGE ARTISTIQUE

ACTIVITÉ POUR TOUS

GRÂCE À UNE ENTENTE INTERMUNICIPALE, IL EST POSSIBLE POUR LES RÉSIDENTS D'ADSTOCK DE S'INSCRIRE AU CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE (CPA) DE COLERAINE EN PROFITANT DU **COÛT RÉSIDENT**. LE CPA COLERAINE OFFRE DES COURS DE GROUPES POUR LES JEUNES ET LES ADULTES DE TOUS ÂGES.



COÛT : VARIE SELON LE GROUPE

OÙ : COMPLEXE SPORTIF ODILON-GRENIER

INFORMATIONS :



CPA COLERAINE



CPA.COLERAINE@HOTMAIL.COM



418-334-9353

ÉCOLE DE GLISSE DU MONT ADSTOCK

ACTIVITÉ POUR TOUS

APPRENEZ ADÉQUATEMENT À SKIER OU À FAIRE
DE LA PLANCHE À NEIGE GRÂCE AUX PRÉCIEUX
CONSEILS DE NOS MONITEURS QUALIFIÉS.



COURS	COÛT	DURÉE	HORAIRE
OPTION 1 COURS DE SKI EN GROUPE	5 ANS ET MOINS : 430\$ + TAXES 6 ANS ET PLUS : 510\$ + TAXES	8 SEMAINES DÉBUT : 13 JANVIER 2024	SAMEDI 10H15 À 12H15
OPTION 2 COURS DE PLANCHE À NEIGE EN GROUPE	5 ANS ET MOINS : 430\$ + TAXES 6 ANS ET PLUS : 510\$ + TAXES	8 SEMAINES DÉBUT : 13 JANVIER 2024	SAMEDI 13H15 À 15H15
OPTION 3 COURS ÉLITE OU PRÉ-COMPÉTITION	6 ANS ET PLUS : PRIX SUR DEMANDE	8 SEMAINES DÉBUT : 13 JANVIER 2024	SAMEDI 13H00 À 16H00
OPTION 4 COURS POUR JEUNES ADOS	10 ANS ET PLUS : 510\$ + TAXES	8 SEMAINES DÉBUT : 13 JANVIER 2024	SAMEDI 13H15 À 15H15
OPTION 5 COURS DE SKI EN GROUPE	5 ANS ET MOINS : 430\$ + TAXES 6 ANS ET PLUS : 510\$ + TAXES	8 SEMAINES DÉBUT : 14 JANVIER 2024	DIMANCHE 10H15 À 12H15
OPTION 6 COURS DE SKI EN GROUPE	5 ANS ET MOINS : 430\$ + TAXES 6 ANS ET PLUS : 510\$ + TAXES	1 FIN DE SEMAINE SUR 2 DÉBUT : 13 JANVIER 2024 OU 20 JANVIER 2024	SAMEDI 13H15 À 15H15 ET DIMANCHE 10H15 À 12H15
OPTION 7 COURS DE SKI POUR ADULTE	SANS BILLET DE REMONTÉE : 220\$ + TAXES AVEC BILLET DE REMONTÉE : 345\$ + TAXES	1 FIN DE SEMAINE SUR 2 DÉBUT : 13 JANVIER 2024 OU 20 JANVIER 2024	SAMEDI OU DIMANCHE DE 10H15 À 12H15
OPTION 8 COURS DE SKI SEMI-PRIVÉ	3 ET 4 ANS : 455\$ + TAXES	COURS DE 90 MINUTES 8 SEMAINES DÉBUT : 13 OU 14 JANVIER 2024	SAMEDI AM OU SAMEDI PM OU DIMANCHE AM



C.SYLVAIN @ MONTADSTOCK.CA



418-422-2242

COURS CARDIO HIIT

ACTIVITÉ POUR ADULTES

**EN PASSANT PAR DIVERSES MÉTHODES
D'ENTRAÎNEMENT DONT DES CIRCUITS, DES TABATA
ET BIEN D'AUTRES, VOUS AUREZ LA CHANCE DE
TRAVAILLER VOTRE CAPACITÉ CARDIOVASCULAIRE
ET MUSCULAIRE. D'AILLEURS, CE COURS UTILISE LE
POIDS DU CORPS, DES MOUVEMENTS
FONCTIONNELS ET DES POIDS LIBRES.**

 **ANDRÉANNE
RABY** | Kinésiologue

 **COÛT : 125\$**

 **HORAIRE : LUNDI DE 18H30 À 19H30**

 **DÉBUT DU COURS : 25 SEPTEMBRE 2023**

 **DURÉE : 10 SEMAINES**

 **OÙ : GYMNASSE DU COMPLEXE SPORTIF**

 **ANIMÉ PAR ÉLIZABETH FAUCHER**

RABAIS ADMISSIBLES : 



COURS DE YOGA

ACTIVITÉ POUR ADULTES

LE YOGA, TYPE PRANA FLOW, CONSISTE À FAIRE UN ENCHAÎNEMENT DE POSTURES EN RELIANT LE MOUVEMENT ET LA RESPIRATION... UN COURS DE YOGA POUR AMÉLIORER VOTRE RYHTME DE VIE!



OPTION A

**DÉBUT DE LA SESSION: 19 SEPTEMBRE 2023
HORAIRE : MARDI DE 16H30 À 17H30
OÙ : SALLE DES JARDINS DU COMPLEXE SPORTIF**

OPTION B

**DÉBUT DE LA SESSION: 21 SEPTEMBRE 2023
HORAIRE : JEUDI DE 9H30 À 10H30
OÙ : SOUS-SOL DE L'ÉGLISE ST-DANIEL**

-  **COÛT : 100\$**
-  **DURÉE : 8 SEMAINES**
-  **ANIMÉ PAR CHANTAL FERLAND**
-  **POUR VOUS INSCRIRE,**

- CONTACTEZ CHANTAL: 418-449-1400 / 819-314-4452
OU MC_FERLAND@HOTMAIL.COM**
- RENDEZ-VOUS DIRECTEMENT SUR AMILIA**

COURS CARDIO LATINO

ACTIVITÉ POUR ADULTES

**BACHATA, CHACHA, MAMBO,
MERENGUE, SALSA, REGGEATON.
VENEZ BRÛLER DES CALORIES
SUR LES DANSES DU SUD!**



🏠 **COÛT : 120\$**

🏠 **HORAIRE : MARDI DE 18H15 À 19H15**

🏠 **DÉBUT DU COURS : 10 OCTOBRE 2023**

🏠 **DURÉE DE LA SESSION : 8 SEMAINES**

🏠 **OÙ : GYMNASSE DU COMPLEXE SPORTIF**

🏠 **UN MINIMUM DE 15 PARTICIPANTS EST EXIGÉ**

🏠 **ANIMÉ PAR ANNIE CARON**

🏠 **POUR VOUS INSCRIRE, CONTACTEZ ANNIE:**

- **PAR FACEBOOK : ANNIE CARON**
- **PAR TÉLÉPHONE : 418-573-0341**
- **RENDEZ-VOUS DIRECTEMENT SUR AMILIA**

ATELIERS

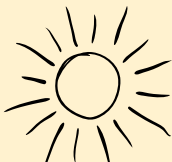
«TU AS LE DROIT D'ÊTRE BIEN»

ACTIVITÉ POUR ADULTES

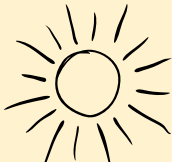
CES ATELIERS VOUS PERMETTRONT DE DÉCOUVRIR
ET D'EXPÉRIMENTER DE NOUVEAUX OUTILS AFIN
D'OPTIMISER VOTRE BIEN-ÊTRE. LES APPROCHES,
QUI SERONT PRÉSENTÉES, SONT SIMPLES ET
FACILES À APPLIQUER. EN PEU DE TEMPS, IL EST
FACILE D'EN RESENTIR LES BIENFAITS.

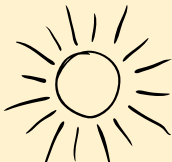


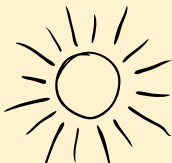
**5 ATELIERS : CHOISIR AU LIEU DE SUBIR / FAIRE DES ENTENTES, FINI LES ATTENTES /
FAIRE CIRCULER L'ÉMOTION POUR RETROUVER SON CALME / ARRÊTER LE HAMSTER /
METTRE NOS LIMITES AU-DELÀ DE DIRE "NON"**

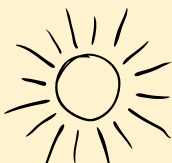
 **COÛT : 100\$ POUR 5 ATELIERS OU 25\$/ATELIER**

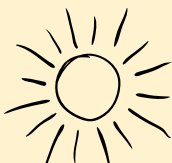
 **HORAIRE : MARDI DE 19H00 À 20H00**

 **DÉBUT DU COURS : 26 SEPTEMBRE 2023**

 **DURÉE DE LA SESSION : 5 SEMAINES**

 **OÙ : SALLE DES JARDINS DU COMPLEXE SPORTIF**

 **ANIMÉS PAR JULIE POMERLEAU**

 **POUR VOUS INSCRIRE,**

- **CONTACTEZ JULIE : 418-281-3757 OU JULIEPOM3@HOTMAIL.COM**
- **RENDEZ-VOUS DIRECTEMENT SUR AMILIA**

LIGUE DE VOLLEYBALL AMICALE

ACTIVITÉ POUR ADULTES

INSCRIS TON ÉQUIPE
PARTIES À 5 VS 5
LIGUE POUR ADULTES
MINIMUM UNE FILLE
PARTIE AUTO-ARBITRÉE



- 🏐 **COÛT : 40\$ / JOUEUR**
- 🏐 **HORAIRE : MERCREDI DÈS 19H00**
- 🏐 **DÉBUT DE LA LIGUE : 4 OCTOBRE 2023**
- 🏐 **DURÉE DE LA LIGUE : 12 SEMAINES**
- 🏐 **OÙ : GYMNASSE DU COMPLEXE SPORTIF**
- 🏐 **POUR VOUS INSCRIRE, CONTACTEZ LE SERVICE DES LOISIRS**
 - **MESSANGER : LOISIRS - MUNICIPALITÉ D'ADSTOCK**
 - **COURRIEL : LOISIRS@ADSTOCK.CA**

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

1
SEPTEMBRE

FIESTA DE L'OTJ

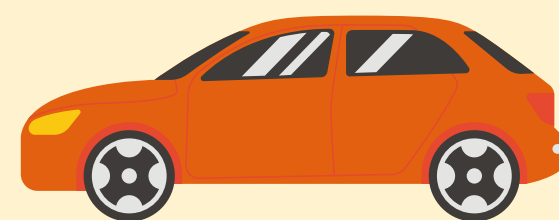
STATIONNEMENT DU COMPLEXE SPORTIF



10
SEPTEMBRE

BRUNCH ET EXPOSITION DE VOITURES ANCIENNES

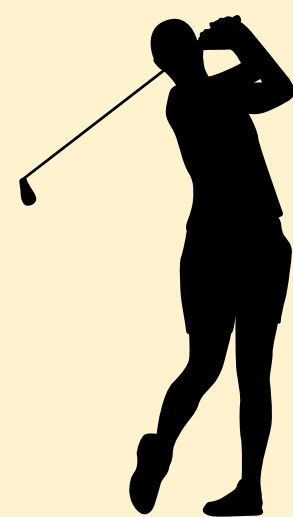
COMPLEXE SPORTIF MARIETTE ET JOSEPH FAUCHER



16
SEPTEMBRE

ADSTOCK OPEN

CLUB DE GOLF DU MONT ADSTOCK



29
SEPTEMBRE

COLLECTE DE SANG

COMPLEXE SPORTIF MARIETTE ET JOSEPH FAUCHER



CALENDRIER DES ACTIVITÉS

30
SEPTEMBRE

1-7-8-14-15
OCTOBRE

ADSTOCK EN COULEURS

MONT ADSTOCK



31
OCTOBRE

HALLOWEEN

MUNICIPALITÉ D'ADSTOCK



19
NOVEMBRE

**JOURNÉE INTERNATIONALE
DES ENFANTS**

MUNICIPALITÉ D'ADSTOCK



**DÉCEMBRE
2023**

ACTIVITÉS DE NOËL

MUNICIPALITÉ D'ADSTOCK



BIBLIOTHÈQUE JEAN-GUY-MAROIS

HEURES D'OUVERTURE

MERCREDI : 18H30 À 19H30

JEUDI : 13H00 À 14H00

INFORMATIONS : 418-422-2131



BIBLIOTHÈQUE JEAN-GUY-MAROIS



SALLE D'ENTRAÎNEMENT SACRÉ-COEUR-DE-MARIE

ACCÈS 24H/24, 7 JOURS/7

KINÉSIOLOGUE SUR PLACE

INFORMATIONS : 581-680-0880



GYM SCDM



HORAIRE **COMPLEXE SPORTIF MARIETTE ET** **JOSEPH FAUCHER**

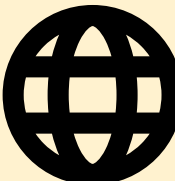
**L'HORAIRE DES ACTIVITÉS DU
COMPLEXE SPORTIF EST PUBLIÉ
À TOUTES LES SEMAINES SUR LA
PAGE FACEBOOK AINSI QUE
SUR LE SITE INTERNET DE LA
MUNICIPALITÉ D'ADSTOCK.**

INFORMATIONS

 **LOISIRS - MUNICIPALITÉ D'ADSTOCK**

 **LOISIRS@ADSTOCK.CA**

 **418-422-2135 POSTE 236**

 **WWW.ADSTOCK.CA**