

Loisirs
communautaires

Le
Relais

Journée Portes ouvertes

Mardi
Le 25 août

PREMIÈRE
ÉDITION
2026

100%
gratuit!

Venez découvrir notre programmation et essayer
quelques-unes de nos activités.

55 ans +

Club de marche

10h45

L'Antre-Nous

13h00

Équilibre et

prévention des chutes

11h30 et 14h00

Mise en forme

13h00

Étirement et

mobilité sur chaise

13h00

Jeunesse

Karaté

19h15 et 20h00

Initiation à la danse (12 ans et -)

18h30

Danse fusion Jazz / Hip (6-12 ans)

19h15

Adultes

Sculpture sur bois

13h45 et 14h30

Dessin et pastels

18h30

Peinture acrylique

18h30

Aquarelle

19h15

Peinture à l'huile

19h15

Yoga

18h00

Étirement et mobilité

18h45

Conditionnement physique

19h15

Karaté (Enfants et adultes)

19h15 et 20h00

Rendez-vous le 25 août au
14115 rue Prince-Arthur

Notre équipe vous attend
au 2e étage

Le
Relais du Bout
Loisirs communautaires

