

# ENTENTE INTERMUNICIPALE

Une entente intermunicipale conclue entre six municipalités soit Saint-Adolphe-d'Howard, Morin-Heights, Piedmont, Sainte-Adèle, Sainte-Anne-des-Lacs, Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson et Saint-Sauveur permet aux citoyens de celles-ci de s'inscrire aux activités offertes dans cette entente et de bénéficier de la tarification résidente.

## MODALITÉS D'INSCRIPTION

Suivre la procédure d'inscription de la municipalité qui offre l'activité de votre choix. Des preuves de résidence demeurent requises pour s'inscrire auprès de chacune des municipalités. Nous vous suggérons de consulter le site Internet ou de communiquer avec la municipalité concernée pour obtenir les procédures d'inscription, les dates, les horaires, les coûts et les places disponibles.

## MODALITÉS DE REMBOURSEMENT

Les modalités de remboursement sont celles qui sont en vigueur dans la municipalité qui offre l'activité.

## LÉGENDE

**SADH** - Municipalité de Saint-Adolphe-d'Howard

**MH** - Municipalité de Morin-Heights

**P** - Municipalité de Piedmont

**SADL** - Municipalité de Sainte-Anne-des-Lacs

**SMLM** - Ville de Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

**VDSA** - Ville de Sainte-Adèle

**VSS** - Ville de Saint-Sauveur

# HIVER 2025

## ADULTES

Abdos-fesses-cuisses		<b>P</b>
Anglais conversation		<b>VDSA</b>
Atelier de création de carte de souhaits et à l'aquarelle		<b>P</b>
Atelier de jeu réaliste		<b>VSS</b>
Ateliers créatifs Dit-Vers-Ti-Arts		<b>MH</b>
Ateliers d'écriture de chanson		<b>SADH</b>
Ateliers d'écriture ludique		<b>MH</b>
Balade		<b>ANNULÉ</b>   <b>VDSA</b>
Cardio-Latino		<b>MH</b>
Cardio-Tonus		<b>MH</b>
Chorale		<b>SADL</b>
Chorales - musiques populaires		<b>VDSA</b>
Cours de français débutant 1		<b>MH</b>
Cours de français débutant 2		<b>MH</b>
Cours de français intermédiaire		<b>MH</b>
Danse contemporaine débutant		<b>ANNULÉ</b>   <b>VDSA</b>
Danse contemporaine intermédiaire/avancé		<b>ANNULÉ</b>   <b>VDSA</b>
Danse en ligne débutant 1		<b>MH</b>
Danse en ligne débutant 2		<b>MH</b>
Danse gitane (pour tous)		<b>P</b>
Danse gitane (intermédiaire)		<b>P</b>
Danse Orientale-baladi (débutant)		<b>P</b>
Danse Orientale-baladi (avancé)		<b>P</b>
Dessin, peinture et modelage		<b>VDSA</b>
Espagnol club de conversation débutant		<b>MH</b>
Espagnol conversation avancé		<b>MH</b>
Espagnol débutant 1		<b>VDSA</b>
Espagnol débutant 2		<b>VDSA</b>
Espagnol niveau 1		<b>MH</b>
Espagnol conversation		<b>VDSA</b>
Essentrics		<b>VDSA</b>
Étirements avec chaise		<b>VDSA</b>
Flexi-Danse		<b>MH</b>
Forfait d'activités physiques		<b>MH</b>
Gym douce avec chaise		<b>VDSA</b>
Hatha yoga		<b>VDSA</b>
Karaté (débutant)		<b>P</b>
Karaté (avancé)		<b>P</b>
Maitrisez votre iPad et iPhone		<b>SADL</b>
Marche nordique		<b>MH</b>
Mise en forme		<b>SADL</b>
Mise en forme 50+		<b>VDSA</b>
Mise en forme 50+		<b>P</b>

Musculation C.A.F. | **SMLM**

Pilates | **MH**

Pilates | **VDSA**

Pilates | **P**

Pilates jour | **SMLM**

Pilates soir | **SMLM**

Préparation à la scène/Baladi (intermédiaire/avancé) | **P**

Préparation à la scène/Danse Gitane (intermédiaire/avancé) | **P**

Solo-Latino | **MH**

Stretching et Tonus | **SADL**

Tai Chi | **VDSA**

Tai chi chuan débutant | **SADL**

Tai chi chuan intermédiaire | **SADL**

Tai-chi-chuan | **VSS**

Théorie musicale | **VSS**

Tonus et souplesse sur chaise 50 ans et + | **P**

Yoga | **SADH**

Yoga 65 + | **MH**

Yoga chaise 75+ | **MH**

Yoga débutant | **MH**

Yoga débutant | **P**

Yoga douceur 50+ | **VDSA**

Yoga doux 65 ans et + | **P**

Yoga intermédiaire | **MH**

Yoga intermédiaire | **P**

Yoga vinyasa | **SMLM**

Zumba | **SADH**

Zumba | **P**

## JEUNES

Arts créatifs (7 à 12 ans) et éveil aux arts (3 à 6 ans) | **SADH**

Ballet 3 à 6 ans | **MH**

Ballet 9 à 12 ans | **VDSA**

Cheerleading Initiation 6 à 9 ans | **VSS**

Cheerleading Initiation 10 à 15 ans | **VSS**

Créativité artistique 6 à 10 ans | **VDSA**

Danse contemporaine 9 à 12 ans | **VDSA**

Danse Mix 6 à 10 ans | **MH**

Éveil musical 3 à 6 ans | **SADH**

Gymnastique 10 ans et + | **VSS**

## PARENT-ENFANT

Ateliers Dit-Vers-Ti-Arts parent/enfant | **MH**

Karaté | **SMLM**

## POUR INFORMATION



450 229-2921, poste 7244  
ville.sainte-adele.qc.ca



450 227-1888, poste 230  
piedmont.ca

Ville de  
Saint-Sauveur



450 227-0000, poste 4000  
vss.ca



**MORIN-HEIGHTS**  
1855

450 226-3232, poste 132  
morinheights.com



Ville de  
Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson

450 228-2543, poste 221  
lacmasson.com



MUNICIPALITÉ DE  
**Sainte-Anne-des-Lacs**

450 224-2675, poste 262  
sadl.qc.ca



**Saint-Adolphe-d'Howard**

819 327-2626  
stadolphedhoward.qc.ca