

POLITIQUE DE REMBOURSEMENT

Pour tout remboursement, la demande doit être faite **par écrit** au plus tard, après le premier cours et un montant de 10 %, servant à couvrir les frais d'administration, sera retenu.

Si l'organisme annule un cours, en raison d'un minimum d'inscription non atteint, le remboursement total se fera dans un délai de 4 à 6 semaines. **Aucun remboursement sur les activités de 20 \$ et moins.**

MODALITÉS DE PAIEMENTS

Chèque, argent comptant, débit, cartes crédits
Les chèques sont émis à l'ordre de Loisirs U.F.A.



Lieu 1: Centre des loisirs U.F.A.
161 Henri-Bourassa Ouest, Montréal

Lieu 2: École St-André-Apôtre
215 Prieur, Montréal
(entrée de la cour intérieure, côté Ouest)

Lieu 3: École St-Benoit
500 avenue Mont Cassin,
Montréal



CONSEIL D'ADMINISTRATION 2022-2023

Président	Thierry Pitoret
Vice-présidente	Yolande Marceau
Trésorière	Hélène Marceau
Secrétaire	Liette Marien
Administratrice	Véronique Grandmont
Administrateur	Michel Dion

Une aide financière pourrait être accordé par des organismes d'entraide du quartier ou par le programme Accès-loisirs pour les familles à faible revenu

Site web: accesloisirsquebec.com

INSCRIPTIONS

En ligne à compter du 12 décembre à 13h
En personne le 10-11 janvier de 13h à 20h
*Musique: Inscription en personne seulement

Début des cours
semaine du 30 janvier *

ACTIVITÉS HIVER 2023

Inscription du camp de jour
à partir du 13 mars 2023

* exception adulte et musique pour le lundi
seulement, début le 23 janvier



Autobus:
135-164
171



Union des familles d'Ahuntsic
161, Henri-Bourassa ouest
H3L 1N2
514 331-6413
loisirsufu@loisirsufu.ca
www.loisirsufu.ca

NOUVEAUTÉ COURS ADULTES

Vous ne pouvez assister à une session complète ou vous voulez prendre des cours variés. Nous vous offrons maintenant un service à la carte pour les activités physiques et sportives. À compter de janvier, vous pourrez acheter une carte de loisirs. Information en janvier.

ACTIVITÉS	ÂGE	JOUR	HEURE	COÛT	DÉBUT
Centre UFA					
Anglais par le jeu	3-5 ans	Samedi	9h15-10h15	50\$	4 février
Anglais initiation	6-8 ans	Mardi	16h-17h	50\$	31 janvier
Anglais débutant	9-11 ans	Mardi	17h-18h	50\$	31 janvier
Anglais intermédiaire	11-15 ans	Mardi	18h-19h	50\$	31 janvier
Cuisine santé (6 sem)	6-12 ans	Samedi	9h30-11h30	70\$	4 février
Danse ballet	6-12 ans	Mardi	18h15-19h15	45\$	31 janvier
Dessin et couleurs *	7-12 ans	Vendredi	17h à 18h15	45\$	3 février
Guitare –cours privé * (15 sem)	8 ans et +	Merccr. –Vendr.	À partir de 15h30	265\$	1– 3 février
Karaté	5-7ans 8-10 ans	Mercredi	16h30-17h30 17h30-18h30	60\$	1er février
Menuiserie *	7-12 ans	Samedi	9h-10h30/10h30-12h	45\$	4 février
Piano– cours privé * (15 sem)	6 ans et +	Lundi au sam	À partir de 15h et Samedi 9h	265\$	23 janvier
Sculpture *	13 –17 ans	Samedi	13h-15h	70 \$	4 février
Tennis de table *	6-12 ans	Vendredi	17h30-18h30 /18h30-19h30	35\$	3 février
Théâtre	8-15 ans	Lundi	17h15-18h30	50\$	23 janvier
Violon– cours privé* (15 sem)	7 ans et +	Mardi	À partir de 17h	265 \$	31 janvier
Yoga parent-enfant	6-17/18 et +	Samedi	9h15-10h15	45\$+30\$	4 février
École Saint-André-Apôtre					
Badminton initiation *	6-9 ans	Jeudi	18h-18h45	30\$	2 février
Badminton débutant *	10-12 ans	Jeudi	18h45-19h30	30\$	2 février
Badminton parent/enfant *	7 ans et +	Samedi	9h-10h30/ 10h-12h	50\$+30\$	4 février
Flagfootball	8-12 ans	Lundi	19h-20h	30\$	23 janvier
Soccer	6-8 ans/9-12 ans	Mercredi	18h-19h/19h-20h	30\$	1er février
Tennis	6-8 ans/9-12 ans	Vendredi	18h-19h/19h-20h	30\$	3 février
École Saint-Benoit					
Athlétisme	6-12 ans	Samedi	9h –10h	30\$	4 février
Basketball	6-8 ans/9-12 ans/13-17 ans	Mercredi	18h-19h/19h-20h/20h-21h	30\$	1er février
Gymnastique intermédiaire	7-12 ans	Samedi	10h-11h	50\$	4 février
Gymnastique avancée	7-12 ans	Samedi	11h-12h	50\$	4 février
Gymnastique débutant	6-8 /9-12 /13-17 ans	Vendredi	19h-20h/18h-19h/20h –21h	50\$	3 février
Karaté	5 à 7 ans/ 8-10 ans	Vendredi	17h30-18h30/18h30-19h30	60\$	3 février
Karaté	11-13 ans / 14 et +	Samedi	10h-11h/11h-12h	60\$	4 février
Peinture	8-12 ans	Lundi	18h-19h30	45 \$	23 janvier
Soccer	6-8 ans/9-12 ans	Jeudi	18h-19h/19h-20h	30\$	2 février
Zumba parent/enfant	6 ans et +	Mardi	18h15-19h15	45\$+30\$	31 janvier

* Matériel en sus

Semaine de relâche pas de cours



Ahuntsic-Cartierville
Montréal

ACTIVITÉS ENFANTS - ADOS (10 semaines)

ACTIVITÉS PHYSIQUES

ACTIVITÉS	ÂGE	JOUR	HEURE	COÛT	LIEU	DÉBUT
Aérobic souple	18 et +	Lundi	9h –10h/ 11h-12h	115\$	Centre UFA	23 janvier
Badminton *	18 et +	Lundi Mercredi	20h à 21h30	75 \$	St-André-Apôtre	23 janv/1er fév
Badminton *	16 et +	Vendredi	20 h ou 21h30	75 \$	St-André-Apôtre	3 février
Badminton parent/Enf.* (10 sem)	6 –17/ 18 +	Samedi	9h à 10h30 10h30 à 12h	50\$+30\$	St-André-Apôtre	4 février
Baladi	18 et +	Lundi	13h à 14h	100 \$	Centre UFA	23 janvier
Combo cardio-stretch	18 et +	Vendredi	11h-12h30	120 \$	Centre UFA	3 février
Danse ligne débutant	18 et +	Mercredi	11h15 à 12h15	90 \$	Centre UFA	1er février
Danse de ligne int.	18 et +	Mercredi	12h30 à 13h30	90 \$	Centre UFA	1er février
Danse latine	18 et +	Jeudi	19h30 à 20h30	100 \$	Centre UFA	2 février
Danse sociale déb.	18 et +	Jeudi	18h30 à 19h30	100 \$/ pers	Centre UFA	2 février
Danse sociale inter.	18 et +	Jeudi	20h30 à 21h30	100 \$/ pers	Centre UFA	2 février
Étirement	18 et +	Jeudi	12h30 à 13h30	90 \$	Centre UFA	2-3 février
		Jeudi Vendredi	13h30 à 14h30 9h à 10h			
Pilates	18 et +	Lundi	10h à 11h	90 \$	Centre UFA	23 janvier
		Mercredi Samedi	18h30à 19h30 10h30 à 11h30			1er février 4 février
Tai chi détente (1h30)	18 et +	Mardi Mardi	13h30 à 15h 19h30 à 21h	105 \$	Centre UFA	31 janvier 1er février
		Mercredi	9h30 à 11h			
Tennis de table (libre) *	18 et +	Vendredi	19h30 à 21h	70 \$	Centre UFA	4 février
Volley-ball récréatif	18 et +	Mar./jeu.	20h15 à 22h15	90 \$	St-André-Apôtre	31 janv /2 fev.
Yoga	18 et +	Jeudi	14h45 à 16h15	115 \$	Centre UFA	2 février
Yoga	18 et +	Lundi	12h-13h	100\$	Centre UFA	23 janvier
Yoga	18 et+	Lundi Mercredi	19h à 20h15 19h30 à 20h45	115 \$	Centre UFA	23 janvier 1er février
Yoga parent/enfant (10 sem)	6-17 /18 +	Samedi	10h30-11h30	45\$ +30\$	Centre UFA	4 février
Yoga sur chaise	18 et +	Mercredi	9h30 à 10h30	100 \$	Centre UFA	1er février
Zumba parent/enfant	6-17/18 +	Mardi	18h15 à 19h15	45 \$+30 \$	École St-Benoit	31 janvier
Zumba	18 et +	Mardi	19h15 à 20h15	105 \$	École St-Benoit	31 janvier
Zumba Gold	50 et +	Mercredi	13h45 ou 15h	105 \$	Centre UFA	1er février

C'est l'hiver, on apporte ses souliers ou pantoufles



LANGUES

ACTIVITÉ	ÂGE	JOUR	HEURE	COÛT	LIEU	DÉBUT
Anglais débutant*	18 et +	Mardi	12h30 à 14h	110 \$	Centre UFA	31 janvier
Anglais intermédiaire 2	18 et +	Lundi	13h à 15h	120 \$	Centre UFA	23 janvier
Anglais débutant *	18 et +	Lundi	19h à 21h	120 \$	Centre UFA	23 janvier
Anglais interm. 1*	18 et +	Mardi	9h30 à 11h30	120\$	Centre UFA	31 janvier
Anglais avancé *	18 et +	Jeudi	10h-12h	120 \$	Centre UFA	2 février
Espagnol Débutant 1 b*	18 et +	Lundi	15h30 à 17h	115 \$	Centre UFA	23 janvier
Espagnol Débutant 1 *	18 et +	Mardi	19h à 20h30	115 \$	Centre UFA	31 janvier
Espagnol Niveau 2 b*	18 et +	Lundi	14h à 15h30	115 \$	Centre UFA	23 janvier
Espagnol Niveau 3 *	18 et +	Mardi	14h15 à 15h45	115 \$	Centre UFA	31 janvier
Espagnol convers. Déb.*	18 et +	Mercredi	19h à 20h30	115 \$	Centre UFA	1er février
Espagnol-convers. Avancé*	18 et +	Mardi	9h30 à 11h	115 \$	Centre UFA	31 janvier
		Mercredi	19h à 20h30			1er février

ARTS ET PASSE-TEMPS

Aquarelle*	18 et +	Jeudi	13h à 15h	130 \$	Centre UFA	2 février
Broderie japonaise * (12 sem)	18 et +	Mardi	13h à 15h30	105 \$	Centre UFA	31 janvier
Chorale	18 et +	Mardi	10h30 à 12h	115 \$	Centre UFA	31 janvier
Guitare classique (30 min.) *cours privé	8 et +	L-Merc	Dès 15h30	265 \$	Centre UFA	23 janvier/ 1er février
Piano (30 min) cours privé *	16 et +	L-M-M-J-V-Sam.	Dès 15h30 Dès 9h	265 \$	Centre UFA	23 janvier 31 janvier
Peinture*	16 et +	Lundi	13h-16h	130\$	Centre UFA	23 janvier
Scrabble duplicate	40 et +	Mercredi	13h à 16h	55 \$	Centre UFA	1er février
Sculpture sur bois *	16 et +	Mardi	13h à 16h	135 \$	Centre UFA	31 janvier
		Mer /jeu	19h à 22h			1-2 février
Violon (30 min.) cours privé *	16 et +	Mardi	Dès 15h30	265 \$	Centre UFA	31 janvier

* Matériel en sus



Activités adultes - durée 15 semaines *