

## COURS DE JIU-JITSU

**École d'arts martiaux**  
St-Benoît

Dates d'inscriptions et début des cours

**JIU-JITSU** YOSEIKAN Beauce

SESSION D'AUTOMNE

Samedi 10 septembre 2022  
10 ans et plus : 9 h 00 à 10 h 30  
Lieu des cours : École Notre-Dame-du-Rosaire

**120 \$**  
/10 cours de 1 h 30

**RABAIS**  
sur l'achat du premier kimono

**LES PLACES SONT LIMITÉES!**  
Réservez votre place rapidement!  
Nous respectons les règles de la santé publique.

Instructeur chef : Michaël Lachance  
Assistant : Dany Jacques **418-957-3164**



## COURS DE KARATÉ

**École d'arts martiaux**  
St-Benoît

Dates d'inscriptions et début des cours

YOSEIKAN Beauce

SESSION D'AUTOMNE  
Mardi 13 septembre 2022  
Pour tous : 18 h 15 à 19 h 15  
Lieu des cours : École Notre-Dame-du-Rosaire

**120 \$** /15 cours de 1 heure  
\* Tarif famille aussi disponible

**LES PLACES SONT LIMITÉES!**  
Réservez votre place rapidement!  
Nous respectons les règles de la santé publique.

Jordan Tardif - **418 230-9597**  
- **418 230-6187**



## COURS DE PRÊTS À RESTER SEULS

**DIMANCHE 25 SEPTEMBRE 2022**

de 8 h 30 à 16 h 30

Lieu des cours : Salle municipale

Par Marie Andrée Vachon

**35\$**

L'enfant doit apporter son lunch froid et ses crayons.

Ce programme vise à doter les jeunes de compétences utiles et adaptées à leur âge, tout en renforçant leur capacité à assurer leur propre sécurité. Les participants apprendront à bien réagir à toutes sortes de scénarios, que ce soit dans leur communauté ou à la maison, et seront ainsi Prêts à rester seuls.

Inscrivez-vous via la plateforme Sports-plus ou via Peggy Vignola à [loisir@saintbenoitlabre.com](mailto:loisir@saintbenoitlabre.com)

## COURS DE GARDIENS AVERTIS

**SAMEDI 1ER OCTOBRE 2022**

de 9h à 15h

Lieu des cours : Salle municipale

Par Marie Andrée Vachon

**40\$**

L'enfant doit apporter son lunch froid, une poupée et ses crayons.

Ce programme couvre une vaste gamme de sujets, allant de la gestion des comportements difficiles aux compétences en leadership, en passant par ce que l'on attend de la part des gardiennes et gardiens d'enfants. Le cours approfondira et renforcera le sentiment de responsabilité que les jeunes ressentent lorsqu'il effectuent du gardiennage d'enfants.

Inscrivez-vous via la plateforme Sports-plus ou via Peggy Vignola à [loisir@saintbenoitlabre.com](mailto:loisir@saintbenoitlabre.com)

## COURS DE DANSE COUNTRY

**DÉBUT : MERCREDI 21 SEPTEMBRE 2022**

Mercredi de 18h30 à 20h30

Lieu des cours : Salle municipale

Par DJ Steph-ly

**12 \$/** cours à la fois

**120 \$ /** 12 semaines

Inscrivez-vous via la plateforme Sports-plus ou via Peggy Vignola à [loisir@saintbenoitlabre.com](mailto:loisir@saintbenoitlabre.com)



## COURS DE DANSE ENFANTS

**DÉBUT : LUNDI 26 SEPTEMBRE 2022**

5 à 8 ans : Lundi de 18h à 19h

9 à 12 ans : Lundi de 19h à 20h

Lieu des cours : Salle municipale

Par l'École de dans MOVE

**90 \$ /** 10 semaines de 1h de cours

Inscrivez-vous via la plateforme Quidigo sur le site de l'École de danse Move.



## COURS DE TURBO KICK AND POUND

**DÉBUT : MERCREDI 7 SEPTEMBRE 2022**

Lundi de 18 h 30 à 19 h 30

Mercredi de 18 h 30 à 19 h 30

Lieu des cours : École Notre-Dame-du-Rosaire

Par Marie Lessard

**80 \$ /** 9 cours de 1h de cours

**120 \$ /** 2 cours par semaine donc 18 cours de 1h

Inscrivez-vous via Marie Lessard



**SAMEDI 15 OCTOBRE 2022**

Animation dès 18 h 30

Départ à 19 h 30



## GRANDE MARCHÉ DU DÉFI PIERRE LAVOIE

\*\*\*\*\*

Dans le cadre du Grand défi Pierre Lavoie, la Municipalité de Saint-Benoît-Labre est heureuse de présenter sa deuxième édition. Vous êtes invités à une marche aux flambeaux dans les rues de la municipalité. Une animation vous attend dès 18 h 30. Préparez vos chaussures et vos vêtements chauds et MARCHEZ!