

AUTOMNE 2026

Les inscriptions débutent le mardi **1er septembre à 9 h** pour les résidents, le jeudi **3 septembre à 9 h** pour les non-résidents (tarif majoré de 50 %), et se terminent pour tous le lundi **14 septembre à 9 h**. Les taxes s'appliquent exclusivement aux inscriptions des participants âgés de 15 ans et plus.

Les inscriptions se feront uniquement en ligne, sur la plateforme [Qidigo](#). N'oubliez pas de vérifier vos accès à l'avance pour faciliter et accélérer votre inscription.

Veuillez noter qu'aucun courriel de confirmation d'inscription ne vous sera envoyé. Vous serez contacté par courriel en cas d'annulation de cours ou de modification d'horaire.

La Municipalité se réserve le droit d'annuler des cours si le nombre d'inscriptions est insuffisant.

Pour l'ensemble des cours, il est recommandé de porter des vêtements et des souliers adaptés. Veuillez aussi prévoir une bouteille d'eau, une serviette et un tapis de sol. Pour les cours au gymnase, vous devez changer vos souliers avant de vous diriger à l'école du Zénith. Les enfants de 15 ans ou moins doivent être accompagnés d'un adulte à chaque séance et pour toute la durée du cours, sauf en cas d'indication contraire.

Les cours annoncés peuvent être modifiés d'ici la période d'inscription et de nouveaux cours peuvent s'ajouter. Vous pouvez accéder à la programmation sur notre site Internet, sur notre page Facebook et sur la plateforme Qidigo. Notez que les informations de la programmation sur Qidigo priment sur toutes les autres programmations de nos outils de communication.

Lieux des cours, ateliers et événements:

- **Centre multifonctionnel** – 5, rue Laurette-Bellefleur, Shefford
- **École du Zénith** – 1, rue Laurette-Bellefleur, Shefford
- **Parc écologique Jean-Paul-Forand** – 167, chemin Picard, Shefford
- **Parc de la Mairie** – 199, chemin Robinson Ouest, Shefford
- **Mairie** – 245, chemin Picard, Shefford



Pour toute question ou difficulté liée à la plateforme, veuillez contacter le Service des loisirs:

- **Par téléphone:** 450-539-2258 #239 ou #227
- **Par courriel:** loisirs@cantonshefford.qc.ca
- **En personne:** Au Centre multifonctionnel

JEUNESSE & FAMILLE (14 ans et moins)

COURS	ENSEIGNANT	HORAIRE	LIEUX	COÛT
SOCCER (8-11 ans)		Samedi, de 10 h à 10 h 50 Du 26 septembre au 14 novembre (8 séances)	Gymnase - École du Zénith	50,00 \$
DESSIN LUDIQUE (7-12 ans)	JESSICA	Mardi, de 16 h à 17 h Du 22 septembre au 8 décembre (12 séances)	Centre multifonctionnel	90,00 \$
BADMINTON LIBRE FAMILIALE (pour tous)		Lundi, de 18 h 30 à 20 h 30 Du 21 septembre au 7 décembre (11 séances) (Relâche le 5 octobre)	Gymnase - École du Zénith	59,79 \$
MULTI SPORTS (4-7 ans)		Samedi, de 9 h à 9 h 50 Du 26 septembre au 14 novembre (8 séances)	Gymnase - École du Zénith	50,00 \$
YOGA FAMILIAL	JOSÉE	Dimanche, de 10 h 30 à 11 h 30 Du 4 octobre au 8 novembre (6 séances)	Centre multifonctionnel	45,00 \$

PROGRAMMATION LOISIRS

SPORTS ET MISE EN FORME (15 ANS ET PLUS)

COURS	ENSEIGNANT	HORAIRE	LIEUX	COÛT
ABDOMINAUX ET FESSIERS	JANIE	Mardi, de 19 h 30 à 20 h 15 Du 22 septembre au 8 décembre (12 séances)	Centre multifonctionnel	90,00 \$
BADMINTON LIBRE		Mardi, de 19 h à 21 h Du 22 septembre au 8 décembre (12 séances)	Gymnase - École du Zénith	65,23 \$
DANSE COUNTRY POP (débutant et novice)	ÉCOLE DE DANSE JMB	Mercredi, de 18 h 30 à 20 h 30 Du 7 octobre au 9 décembre (10 séances)	Centre multifonctionnel	110,00 \$
ESSEINTRICS	VIRGINIE	Mardi, de 9 h 30 à 10 h 30 Du 22 septembre au 8 décembre (12 séances)	Centre multifonctionnel	95,00 \$
RENFORCEMENT THÉRAPEUTIQUE ET ELDOA	JESSICA	Lundi, de 8 h 30 à 9 h 30 Du 21 septembre au 14 décembre (12 séances) (Relâche le 5 octobre)	Centre multifonctionnel	110,00 \$
ÉTIREMENTS ET ELDOA Niv.2	JESSICA	Lundi, de 9 h 45 à 10 h 45 Du 21 septembre au 14 décembre (12 séances) (Relâche le 5 octobre)	Centre multifonctionnel	110,00 \$
ÉTIREMENTS ET ELDOA Niv.1	JESSICA	Lundi, de 18 h à 19 h Du 21 septembre au 14 décembre (12 séances) (Relâche le 5 octobre)	Centre multifonctionnel	110,00 \$
ÉTIREMENTS ET ELDOA Niv.1	JESSICA	Mercredi, de 10 h 45 à 11 h 45 Du 23 septembre au 9 décembre (12 séances)	Centre multifonctionnel	110,00 \$
HIIT / TABATA	JANIE	Jeudi, de 18 h à 18 h 45 Du 24 septembre au 10 décembre (12 séances)	Centre multifonctionnel	90,00 \$
KICKBOXING	JEAN-PHILIPPE	Lundi, de 19 h 15 à 20 h Du 21 septembre au 11 décembre (10 séances)	Centre multifonctionnel	80,00 \$
PICKLEBALL LIBRE		Dimanche, de 9 h à 12 h Du 27 septembre au 6 décembre (12 séances)	Gymnase - École du Zénith	65,23 \$
PICKLEBALL LIBRE		Mercredi, de 19 h à 21 h Du 23 septembre au 9 décembre (12 séances)	Gymnase - École du Zénith	65,23 \$

SPORTS ET MISE EN FORME (15 ANS ET PLUS)

COURS	ENSEIGNANT	HORAIRE	LIEUX	COÛT
PILATES AU SOL	CAROLE	Lundi, de 11 h à 12 h Du 21 septembre au 11 décembre (10 séances) (Relâche 28 septembre et 5 octobre)	Centre multifonctionnel	90,00 \$
QI GONG	MARISE	Mardi, de 10 h 45 à 11 h 45 Du 22 septembre au 8 décembre (12 séances)	Centre multifonctionnel	90,00 \$
RENFORCEMENT THÉRAPEUTIQUE ET ELDOA	JESSICA	Lundi, de 16 h 45 à 17 h 45 Du 21 septembre au 18 décembre (12 séances) (Relâche le 5 octobre)	Centre multifonctionnel	110,00 \$
RENFORCEMENT THÉRAPEUTIQUE ET ELDOA	JESSICA	Mercredi, de 9 h 30 à 10 h 30 Du 23septembre au 9 décembre (12 séances)	Centre multifonctionnel	110,00 \$
STEP NON CHORÉGRAPHIÉ	JANIE	Mardi, de 18 h 40 à 19 h 25 Du 22 septembre au 8 décembre (12 séances)	Centre multifonctionnel	90,00 \$
YOGA DOUX	ANNE-CLAUDINE	Jeudi, de 10 h à 11 h Du 24 septembre au 10 décembre (12 séances)	Centre multifonctionnel	100,00 \$
YOGA FLOW DOUX	ANNE-CLAUDINE	Jeudi, de 16 h 45 à 17 h 45 Du 24 septembre au 10 décembre (12 séances)	Centre multifonctionnel	100,00 \$
ZUMBA	FANNY	Mardi, de 17 h 30 à 18 h 30 Du 22 septembre au 24 novembre (10 séances)	Centre multifonctionnel	90,00 \$
BADMINTON LIBRE Expert		Lundi, de 19 h 15 à 20 h Du 21 septembre au 7 décembre (11 séances) (Relâche le 5 octobre)	Gymnase - École du Zénith	59,79 \$
COURIR POUR LE PLAISIR	FRANÇOISE	Dimanche, de 9 h à 10 h Du 20 septembre au 13 décembre (10 séances) (Relâche le 11 octobre, 8 et 29 novembre)	Parc écologique Jean-Paul-Forand	100,00 \$
FLEXIBILITÉ ET ÉQUILIBRE	JANIE	Lundi, de 13 h 30 à 14 h 15 Du 21 septembre au 7 décembre (10 séances) (Relâche le 28 septembre et 5 octobre)	Centre multifonctionnel	80,00 \$
MÉDITATION	MARISE	Jeudi, de 19 h à 20 h Du 24 septembre au 29 octobre (6 séances)	Centre multifonctionnel	45,00 \$
STEP ET MISE EN FORME	JEAN-PHILIPPE	Jeudi, de 8 h 30 à 9 h 30 Du 24 septembre au 10 décembre (12 séances)	Centre multifonctionnel	90,00 \$

SPORTS ET MISE EN FORME (15 ANS ET PLUS)

COURS	ENSEIGNANT	HORAIRE	LIEUX	COÛT
PICKLEBALL CNCB		Mardi, de 8 h à 11 h Jeudi, de 8 h à 11 h Du 22 septembre au 17 décembre (26 séances)	Centre national de cyclisme de Bromont	134,81 \$
RENFORCEMENT MUSCULAIRE	FRANÇOISE	Dimanche, de 10 h 30 à 11 h 30 Du 20 septembre au 13 décembre (10 séances)	Parc de la Mairie (20 septembre au 8 novembre) Centre multifonctionnel (15 novembre au 13 décembre)	100,00 \$
YI JIN JING	MARISE	Jeudi, de 19 h à 20 h 30 Du 5 novembre au 10 décembre (6 séances)	Centre multifonctionnel	45,00 \$

ÉVÉNEMENTS ET ATELIERS

Les détails des événements et ateliers sont publiés dans nos différents réseaux de communication

BEACH PARTY

Sans inscription



Samedi 29 août
De 13 h à 16 h



Centre multifonctionnel
(à l'arrière)



Gratuit



JOURNÉE DE LA CULTURE

Ouvert à tous, sans inscription



Samedi 26 septembre
De 9 h à 12 h



Centre multifonctionnel



Gratuit



ATELIER MYCOLOGIE

Sur inscription, places limitées



Samedi 26 septembre
Dès 9 h



Mairie



30 \$



JOURNÉE INTERNATIONALE DES PERSONNES ÂGÉES



Mercredi 30 septembre



Centre multifonctionnel



Gratuit



ATELIER GYMNASTIQUE (5-11 ANS)

Académie Isabelle Giasson



17 octobre, 14 novembre
et 5 décembre
De 13 h à 14 h 30



Gymnase - École du Zénith



90 \$ (les trois séances)



SOIRÉE FILM D'HORREUR

Ouvert à tous, sans inscription



Vendredi 23 octobre
Dès 19 h



Centre multifonctionnel



Gratuit



HALLOWEEN

Sans inscription, venez déguisé



Samedi 31 octobre
Dès 16 h



Centre multifonctionnel



Gratuit



HEURE DU CONTE

Enfants de 4 à 9 ans, sans inscription



Samedi 28 novembre
Dès 10 h 30



Centre multifonctionnel



Gratuit

