



Loisirs – Automne 2020

Tous les cours offerts par la Municipalité ont lieu à partir du **28 septembre jusqu'au 4 décembre inclusivement** pour un total de 10 semaines. Un minimum de 8 inscriptions est requis pour l'ouverture d'un cours.

Les inscriptions se déroulent le **21 septembre dès 9h pour les résidents** et le **mercredi 23 septembre à 9h pour les non-résidents** de Shefford. Une surcharge de 50 % est appliquée pour les non-résidents. Inscription en ligne au cantonshefford.qc.ca/evenements/loisirs-et-inscription/ ou en communiquant au **450 539-2258, poste 239**.

Les mesures sanitaires et de distanciation physique seront respectées dans tous les cours offerts. Le port du masque est obligatoire à votre arrivée et à votre départ.

*Tous les cours ont lieu au Club de Golf Waterloo, situé au 360 chemin Leclerc, à Shefford.

Yoga doux avec Andréane Leblanc

Lundi : 9 h à 10 h
Clientèle : adulte
Coût : 78 \$
Équipements : tapis, serviette et eau

Essentrics avec Virginie Roy

Lundi : 18 h à 19 h
Clientèle : 15 ans et plus
Coût : 84 \$
Équipements : tapis, bande élastique, serviette et eau

Yin Yoga avec Maria Christina Frédéric

Mardi : 10 h 30 à 11 h 30
Jeudi : 10 h à 11 h
Clientèle : adulte
Coût : 78 \$
Équipements : tapis, serviette et eau

Entraînement postural avec Maria Christina Frédéric

Mardi : 9 h à 10 h
Clientèle : adulte
Coût : 78 \$
Équipements : tapis, serviette et eau