



PROGRAMMATION DES LOISIRS – AUTOMNE 2026

DANSE EN LIGNE avec les Winslow Dancers

Venez apprendre et pratiquer la danse en ligne country dans une ambiance conviviale et dynamique.

LUNDI du 14 septembre au 21 décembre (15 séances)

18 h 30 : groupe débutant
19 h 30 : groupe intermédiaire
20 h 30 : groupe avancé

Lieu : Centre communautaire Georges-Perron (porte 1)
 14, rue Philippe-Côté, Bedford

Coût : 15\$ à la porte
 ou en ligne au : billetterie.winslowdancers.com

DEK HOCKEY 5-12 ans

Le DEK hockey est un sport rapide et amusant qui se joue à pied, sans patins, dans une ambiance dynamique et sécuritaire. *Aucune expérience n'est requise.*

MERCREDI du 16 septembre au 9 décembre (12 séances)
 28 octobre - séance annulée

17 h 30 à 18 h 30 : 5-7 ans
18 h 30 à 19 h 30 : 8-12 ans

Lieu : Gymnase de l'École primaire Butler
 19, rue Rix, Bedford

Inscription : [plateforme QIDIGO](http://plateforme.QIDIGO)

Coût : 25\$ - résident de Bedford
 50\$ - non résident

Matériel requis :

- bâton de hockey
- gants
- casque
- jambières

ZUMBA

Le Zumba est un entraînement dynamique qui combine des mouvements de danse et des exercices de mise en forme complète sur des rythmes entraînants. *Plaisir garanti.*

JEUDI du 17 septembre au 3 décembre (12 séances)

18 h 30 à 19 h 30

Lieu : Centre communautaire Georges-Perron (porte 1)
 14, rue Philippe-Côté, Bedford

Inscription : zumbagen@yahoo.ca

Coût : 130\$ la session

PICKLEBALL location de terrain intérieur (jour)

LUNDI, MERCREDI, JEUDI du 14 septembre au 17 décembre

Horaire varié (location à l'heure)

Lieu : Centre communautaire Georges-Perron (porte 7)
 14, rue Philippe-Côté, Bedford

Inscription : [plateforme QIDIGO](http://plateforme.QIDIGO)

Coût : 15 \$ / 1 heure - résident de Bedford
 30 \$ / 1 heure - non résident

BADMINTON location de terrain intérieur (soirée)

MERCREDI du 16 septembre au 9 décembre

19 h 30 à 20 h 30

Lieu : Gymnase de l'École primaire Butler
 19, rue Rix, Bedford

Inscription : [plateforme QIDIGO](http://plateforme.QIDIGO)

Coût : 12 \$ - résident de Bedford 24 \$ - non résident

CIRCUIT CALISTHENICS avec Bi-Well

NOUVEAU

Un entraînement en circuit dynamique inspiré du calisthenics, combinant des exercices au poids du corps pour améliorer la force, l'endurance et la mobilité. *Accessible à tous les niveaux.*

MARDI du 15 septembre au 1 décembre (12 séances)

18 h 30 à 19 h 30

Lieu : Centre communautaire Georges-Perron (porte 7)
 14, rue Philippe-Côté, Bedford

Inscription : bianka23remillard@gmail.com

Coût : 240\$ la session ou 25\$ à la carte (selon la dispo.)

↑ Combinez ces deux sessions et payez 430\$ pour les deux ↓

PILATES TONUS avec Bi-Well

NOUVEAU

Le Pilates est une activité complète qui renforce les muscles profonds, améliore la posture et la souplesse. *Adapté à tous les niveaux.*

MERCREDI du 16 septembre au 2 décembre (12 séances)

18 h 30 à 19 h 30

Lieu : Centre communautaire Georges-Perron (porte 7)
 14, rue Philippe-Côté, Bedford

Inscription : bianka23remillard@gmail.com

Coût : 240\$ la session
 ou 25\$ à la carte (selon la dispo.)

Matériel requis :

- tapis de yoga
- bande élastique

COURS DE DANSE EN LIGNE avec Carole St-Jean

Groupe débutant : Un cours idéal pour apprendre les pas de base, améliorer la coordination, stimuler la mémoire et rester actif tout en éprouvant du plaisir.

Groupe avancé : Un cours dynamique qui permet d'apprendre de nouvelles chorégraphies et de progresser à son rythme, du niveau débutant avancé jusqu'au très avancé.

JEUDI du 17 septembre au 3 décembre (12 séances)

13 h 30 à 14 h 30 : Groupe débutant

14 h 45 à 15 h 45 : Groupe avancé

Lieu : Centre communautaire Georges-Perron (porte 1)
 14, rue Philippe-Côté, Bedford

Inscription : [plateforme QIDIGO](http://plateforme.QIDIGO)

Coût : 45\$ pour 12 séances - résident de Bedford
 25\$ pour 6 séances - résident de Bedford
 90\$ pour 12 séances - non résident
 50\$ pour 6 séances - non résident

