

# SERVICE DES Loisirs Saint-Antonin

## Info loisirs

Session Hiver 2026



INSCRIPTIONS à partir du 15 décembre 2025

Pour les inscriptions à partir de Qidigo :

[www.qidigo.com/u/Municipalite-de-Saint-Antonin/](http://www.qidigo.com/u/Municipalite-de-Saint-Antonin/)

ou sur [www.ville.saint-antonin.qc.ca/](http://www.ville.saint-antonin.qc.ca/)

dans l'onglet *Culture / Loisirs, section Activités Qidigo*

### DANSE RECREATIVE AVEC ARIEL ET ÉTINCELLE

Axée sur le plaisir sans la pression de la performance technique. L'objectif est de découvrir la danse avec un réchauffement et une chorégraphie de manière amusante avec Étincelle et Ariel. **Du 18 février au 29 avril 2026.**

Lieu: Salle Berger, Centre sportif Desjardins

Coût: 80\$/1 enf. 140\$/2 enf. 200\$/3 enf.

Quand: Les 2 groupes seront les mercredis  
6-8 ans 18h00 à 18h45 9-12 ans 18h45 à 19h30

Inscription: [plateforme Qidigo](#)

P.S.: Il est possible d'avoir un seul groupe selon le nombre d'inscriptions. Un message Qidigo vous sera envoyé s'il y a des changements.

### HOCKEY MINEUR 6-13 ANS

Hockey récréatif extérieur. Le nombre de séances dépend de la température et la qualité de la glace. **Vérifier vos courriels Qidigo avant les séances.**

Lieu: Centre sportif Desjardins

Coût: 40 \$ / enfant ou 60 \$ / famille

Équipements obligatoires: Patins, casque avec protecteur facial complet, protège-cou, support athlétique et bâton de hockey.

Facultatifs: Gants, jambières, culotte, coudes et épaulettes, etc.

6-9 ans: Mardi de 18h15 à 19h15 dès le 6 janvier 2026

10-13 ans: Mercredi de 18h15 à 19h15 dès le 7 janvier 2026

Inscription: [plateforme Qidigo](#)

### VIACTIVE

Une heure d'exercices adaptés en fonction de votre condition et vos limitations avec Maude (les exercices sont aussi adaptés pour faire la séance sur une chaise). L'objectif est de garder une souplesse pour les mouvements de votre quotidien et de partager une heure dans le plaisir avec nous! **Dès le 15 janvier 2026.**

Lieu: Centre Sportif Desjardins, Salle Berger

Coût: GRATUIT **Inscription obligatoire par téléphone**

Quand: Jeudi de 10h45 à 12h00

Remarque: Joignez-vous au groupe en tout temps. Vêtements confortables, souliers sécuritaires et bouteille d'eau obligatoires. *Vous allez recevoir un calendrier des rencontres.*

Information et inscription: **Maude Boucher 418 862-1056 poste #217.**

### KARATÉ ADULTES ET ENFANTS

Apprenez les rudiments de ce sport tout en développant votre condition physique; force, souplesse, coordination et contrôle du stress, etc. **Dès le 7 janvier.**

Lieu: Centre Réjean-Malenfant

Coût: Adulte 45 \$/mois

Jeune entre 6 ans et 17 ans, 40 \$/mois

Quand: Mercredi de 18h30 à 20h00

Information et inscription: En tout temps

**Stéphane Ouellet 418 867-5005**



### INITIATION AU PATIN AVEC CLOCHETTÉ ET ROSE

Séances de 60 minutes pour les enfants de 4 ans et plus qui souhaitent développer leurs habiletés de base pour le plaisir de patiner. Les séances dépendent de la température et de la qualité de la glace.

**Dès le 11 Janvier 2026.** Vérifier vos courriels Qidigo avant les séances.

Lieu: Centre communautaire Michel-Desrosiers

Coût: 40 \$ par enfant ou 60\$ par famille

Quand: Dimanche de 11h00 à 12h00 dès le 11 Janvier

Inscription: [plateforme Qidigo](#)



## FIN DE SEMAINE DES NEIGES LES 7 ET 8 FÉVRIER 2026!

Un bingo familial à l'occasion de la fête des neiges sera organisé par le club des 50 ans et + le 6 février en soirée.

**Pour connaître la programmation, suivez-nous sur la page Facebook "Loisirs Saint-Antonin"!**

## CARDIO FIT AVEC COACH MYRIAM

Entrainement fonctionnel de 12 séances à intensité modérée pour tous les âges (à partir de 10 ans). Elle adapte les exercices selon vos conditions et elle est disponible pour valider vos hésitations. L'objectif est de s'entraîner avec motivation, musique et plaisir, dans un esprit de respect et une dynamique collective.

Dès le 6 Janvier 2026.

Lieu: Salle Berger du Centre sportif Desjardins

Coût: 225\$ pour les 12 séances

Quand: Le Mardi de 19h00 à 20h00

Remarque: Apporte ta bouteille d'eau, tes vêtements confortables, tes espadrilles et ton tapis d'entraînement (ou tapis de yoga).

Information et inscription: [Coach Myriam Dubé sur Messenger, texto ou téléphone au 418-551-9175.](#)

## MON ÉQUILIBRE, MON AUTONOMIE

Série de 12 rencontres comportant des exercices adaptés à la condition des personnes âgées qui favorise le maintien de l'équilibre et la souplesse.

Dès le 13 janvier 2026.

Lieu: Centre Réjean-Malenfant

Coût: GRATUIT [Inscription obligatoire](#)

Quand: Mardi de 13h15 à 14h15

Information et inscription: [Maude Boucher 418 862-1056, poste # 217.](#)

Remarque: Vous allez recevoir un calendrier des rencontres.

## BIBLIOTHÈQUE LE PARADIS DU LVRE

Voici les activités spéciales gratuites prévues cet hiver:

**Exposition sur le « Manga »**

Durant le mois de mars 2026

**L'heure du conte pour les plus petits**

Le samedi matin 9h00 AM de la Fête des Neiges, à ta bibliothèque.

Information: [Page Facebook « Le paradis du livre »](#)

Ou par [téléphone au 418-862-1056 poste 225.](#)

## CRYSTAL DANSE SPORT

Cours de danse latine et ballroom tel que (cha-cha-cha, samba, paso doble, rumba cubaine et africaine, valse lente et rapide, quickstep, tango, etc.). Enseignant depuis 15 ans qui souhaite partager sa passion!

Lieu: Centre Réjean-Malenfant

Quand: Vendredi à partir du 16 janvier 18h00 à 19h15

Coût: 200\$/personne, 360\$/2 personnes et 510\$/3 personnes

Remarque: Un nombre suffisant de participants doit être atteint pour démarquer le groupe.

Intérêt, information et inscription: [Wiliam Tamou Kamwa 418-655-4158 ou par courriel: t5williamk@gmail.com](#)

## RHYTHM'ÉNERGIE

### Une nouvelle offre à l'hiver de 10 cours!

Rythme ta forme, booste ton énergie ! Ce cours s'inspire de l'énergie de la Zumba, mais avec des mouvements d'entraînement variés sur des rythmes différents. Idéal pour bouger et brûler des calories au son de la musique! À la demande, Maude animera une première session pour répondre à vos besoins. Puisqu'elle est toujours en formation, la date de début et la journée de la semaine ne sont pas encore officielles. (Autour de la 3e semaine de janvier 2026.)

Lieu: Salle Berger, Centre sportif Desjardins

Coût: 80\$ adulte, 70\$ pour les 14 à 17 ans

Quand: Le lundi 18h30 (à confirmer)

Inscription: [plateforme Qidigo](#)

## HOCKEY ADULTE AMICAL

Tu aimes le hockey et tu aimerais te joindre à une équipe pour le plaisir? Nous collaborons à trouver des citoyens qui aimeraient s'ajouter au groupe afin de concrétiser le projet!

Lieu: Patinoire Centre sportif Desjardins

Quand: Les mardis de 20h30 à 21h30.

Remarque: Un nombre suffisant de participants doit être atteint. Vous devez fournir votre équipement.

Intérêt, information et inscription: Contacter la personne responsable, [Dany Lapointe 418-551-4963.](#)

## GYMNASTIQUE RECREATIVE AVEC KMI

Session d'hiver d'initiation à la gymnastique pour développer la souplesse et apprendre quelques techniques tout en s'amusant.

Dès le 14 janvier 2026.

Lieu: Gymnase Lanouette

Coût: 80\$/1 enf. 140\$/2 enf. 200\$/3 enf.

Quand: Les 2 groupes seront à des soirs différents:

5-7 ans Mercredi 18h10 à 18h55

8-10 ans Jeudi 18h15 à 19h00

Inscription: [plateforme Qidigo](#)