



MUNICIPALITÉ  
DE LAC-BEAUPORT



# C'est le temps de s'inscrire AUX ACTIVITÉS DE LOISIRS !

## PROGRAMMATION DES ACTIVITÉS CULTURELLES ET SPORTIVES ET ÉVÉNEMENTS DE L'ÉTÉ

ÉTÉ 2023



## Inscriptions

ACTIVITÉS CULTURELLES ET SPORTIVES • Été 2023

Service des loisirs, 418 849-7141, poste 244  
loisirs@lacbeauport.net

### PÉRIODE D'INSCRIPTION

Résidents : 23 mai au 4 juin 2023, à compter de 8 h.

Non-résidents : 30 mai au 4 juin 2023, à compter de 8 h.

Les places sont limitées.

### Comment s'inscrire ?

Méthode d'inscription à privilégier : en ligne via la plateforme [Voilà!](#)

Autres méthodes possibles :

Pendant les heures d'ouverture des bureaux : lundi au jeudi, 9 h à 11 h 30 et 13 h 30 à 16 h. Les bureaux municipaux sont fermés le vendredi.

• Au téléphone : 418 849-7141, poste 244.

• En personne : 50, chemin du Village, Lac-Beauport (Québec) G3B 1R2.

### Particularités de la plateforme [Voilà!](#)

- Si ce n'est déjà fait, vous devez créer un compte d'utilisateur.
- L'approbation du compte est effectuée par l'administration pendant les heures de bureau. Un délai est donc à prévoir.
- Date limite pour avoir un compte fonctionnel dès le premier matin des inscriptions : avant le jeudi 18 mai 2023, à 13 h.
- Vous pouvez créer un compte en tout temps.
- Non compatible avec les téléphones intelligents et les tablettes.
- Vous devez utiliser un ordinateur (PC ou Mac).
- Modes de paiement acceptés en ligne : Visa et Mastercard.

### Inscription en ligne via la plateforme [Voilà!](#)

[lac-beauport.appvoila.com](http://lac-beauport.appvoila.com)

## RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

### Tarifs

La TPS et la TVQ sont incluses dans le prix des activités pour adultes.

### Résidents

Tarif préférentiel : en vigueur jusqu'au 4 juin 2023.

Tarif régulier (majoration de 10 %) : en vigueur après la période d'inscription

### Non-résidents de Lac-Beauport

Dates d'inscription : 30 mai au 4 juin 2023.

Tarif : majoration de 50 % des coûts d'inscription.

Exception : majoration de seulement 10 % pour les activités à la carte.

L'inscription à des cours de la programmation des loisirs ne permet pas d'accéder à la plage du Club nautique en dehors des heures prévues de l'activité.

Vous êtes citoyen des cantons unis de Stoneham-et-Tewkesbury? Profitez de l'entente intermunicipale!

Bénéficiez du même prix que les résidents de Lac-Beauport.

Dates d'inscription : 30 mai au 4 juin 2023.

Méthode d'inscription : par téléphone au 418 849-7141, poste 244.

### Annulation et remboursement

#### Annulation par le participant

- Annulation 10 jours avant le début du cours : remboursement complet.
- Annulation 9 jours avant le début du cours et pendant la session : aucun remboursement, sauf exception (preuve justificative obligatoire) :
  - problèmes de santé (blessure ou maladie);
  - déménagement;
  - décès.

Remboursement au prorata des cours donnés. Des frais d'administration de 15 % peuvent s'appliquer.

- Absence du participant : aucun remboursement, aucune reprise de cours.

#### Force majeure

Advenant certaines circonstances particulières (tempête de neige, bris d'équipement, etc.), la Municipalité se réserve le droit d'annuler toute activité et de modifier les horaires. Aucun remboursement ne sera effectué.

#### Changement de programmation

Si le cours proposé est retiré de la grille horaire par manque d'inscriptions, nous communiquerons avec vous par courriel pour un remboursement ou d'autres suggestions d'activités.

**Début de la session régulière :** à partir du 15 avril 2023.

### Adresse des sites :

- Chalet des loisirs : 8, chemin de l'École
- Club nautique : 219, chemin du Tour-du-Lac
- École Montagnac – bâtiment du Lac (ou Montagnac 1) : 570, chemin du Tour-du-Lac
- École Montagnac – bâtiment de la Montagne (ou Montagnac 2) : 39, chemin des Épinettes
- Parc Carrier-Chamberland : 46, chemin du Village
- Parc de l'Éperon : 20, chemin de l'Éperon
- Parc du Brûlé : 78, chemin du Brûlé
- Salle de la Rivière-Jaune : 50, chemin du Village
- Salle Philippe-Laroche : 46, chemin du Village
- Service des loisirs : 50, chemin du Village
- Skate parc : 46, chemin du Village
- Terrains de basketball : 48, chemin du Village
- Terrains de soccer : 550, chemin du Tour-du-Lac
- Terrains de tennis et de pickleball : 550, chemin du Tour-du-Lac

### INFORMATIONS

Contactez la réception du Service des loisirs, de la culture et de la vie communautaire : 418 849-7141, poste 244

[loisirs@lacbeauport.net](mailto:loisirs@lacbeauport.net)

[www.lac-beauport.quebec](http://www.lac-beauport.quebec)

Heures d'ouverture des bureaux : lundi au jeudi, 9 h à 11 h 30 et 13 h 30 à 16 h. Les bureaux municipaux sont fermés le vendredi.

### Programme de gratuité pour personnes à faible revenu : Accès-Loisirs Lac-Beauport

La Municipalité adhère au programme Accès-Loisirs.

- **À qui s'adresse ce programme ?** À toute personne de 0 à 99 ans vivant une situation de faible revenu.
- **Qu'est-ce que ce programme offre ?** La possibilité de participer à des activités de loisir gratuitement, et ce, dans le respect et la confidentialité.
- **Quelles sont les conditions d'admission ?**
  - Être résident de Lac-Beauport.
  - Présenter une preuve de résidence.
  - Le revenu familial, avant impôt, doit être inférieur au seuil indiqué dans le tableau ci-dessous.
  - Présenter une preuve de revenu indiquant votre revenu familial et le nombre d'enfants à charge (carte d'aide sociale, déclaration de revenus ou feuillet de la Régie des rentes du Québec).



• **Comment s'inscrire au programme ?**

• Date : le 5 juin 2023.

• Au téléphone : 418 849-7141, poste 244.

#### Tableau de seuil de revenu selon Statistique Canada 2022

1 personne	29 380 \$
2 personnes	36 576 \$
3 personnes	44 966 \$
4 personnes	54 594 \$
5 personnes	61 920 \$
6 personnes	69 835 \$
7 personnes	77 751 \$

#### Informations

[www.accesloisirsquebec.com](http://www.accesloisirsquebec.com)

# ACTIVITÉS JEUNESSE ET FAMILLES



## BASKETBALL FAMILIAL

Cet été, l'école de mini-basketball de Québec se déplace sur les terrains extérieurs du parc Carrier-Chamberland, l'endroit tout désigné pour apprendre les rudiments du basketball. Les cours sont donnés par de vrais joueurs de basketball qualifiés, pédagogues et, surtout, passionnés par ce sport extraordinaire qu'est le basketball.

En inscrivant un enfant, les parents peuvent venir jouer gratuitement.

En cas de pluie, les cours seront reportés à la semaine suivante.

**INSCRIPTION** avec l'EMBQ par téléphone au 581 741-6658, par courriel au [embq@embq.qc.ca](mailto:embq@embq.qc.ca) ou sur le site Internet [EMBQ.qc.ca](http://EMBQ.qc.ca).

Clientèle	Horaire	Lieu	Début	Durée	Coût
De 6 à 13 ans (mixte et pour tous les niveaux)	Mercredi, de 18 h 30 à 19 h 30	Terrain de basketball du parc Carrier-Chamberland	28 juin	8 semaines	125 \$



## RANDONNÉE MAMAN/BÉBÉ

Joignez-vous à ce groupe de randonnée qui s'adresse aux mamans accompagnées de leur bébé pour une sortie où activité et plaisir seront au rendez-vous.

Sans pression de performance, vous ferez une randonnée de 3 à 5 km, et la vitesse de marche sera ajustée selon le groupe. Personne ne sera laissé derrière, et puisque ce groupe est adapté, les pauses seront possibles en tout temps pour répondre aux besoins des bébés. Les femmes enceintes sont les bienvenues.

Les bébés doivent être en portage puisque la randonnée se fait en sentier.

Ces sorties sont encadrées par Chloé Turgeon, qui est une maman active et nutritionniste en pédiatrie et périnatalité qui désire encourager les mamans de Lac-Beauport ou des environs à sociabiliser et à bouger dans un contexte de plein air.

**Responsable :** Chloé Turgeon, nutritionniste en pédiatrie et périnatalité

Clientèle	Horaire	Lieu	Dates	Coût
Mamans avec bébé	Mercredi, de 13 h 30 à 15 h	Parc du Brûlé	7 juin	25 \$
			14 juin	
			21 juin	
		Parc de l'Éperon	28 juin	
			5 juillet	



## ZUMBA LUMINEUSE SUR LA PLAGE

Pour vivre une expérience haute en couleur et inédite, venez danser la Zumba le soir!

Familles et amis, bougez et déhancez-vous au rythme de la musique avec des bâtons lumineux dans une ambiance festive sur la plage du Club nautique.

Pendant une heure, vibrez dans ce spectacle son et lumière dont vous ferez partie intégrante. Les bâtons lumineux vous seront fournis sur place.

**Responsable :** Cathy Lemieux Danse & Fitness

Clientèle	Horaire	Lieu	Début	Coût
Pour tous	Judi, de 20 h à 21 h	Club nautique	24 août	8 \$

## ATELIER DE SKATEBOARD

Viens t'initier au skate ou perfectionner tes prouesses! Trois instructeurs expérimentés seront présents pour transmettre leur savoir. Peu importe ton niveau d'habileté, tu pourras apprendre les notions dont tu as besoin : éléments de base ainsi que trucs et conseils à la tonne pour améliorer tes performances.



Pendant les trois heures de l'atelier, tu seras entouré de gens passionnés dans une ambiance branchée et haute en couleur. En plus, tu auras la chance de repartir avec de nombreux prix de présence. Même les parents sont invités à embarquer sur leur skate pour l'occasion!

Des planches et des casques en quantité limitée seront prêtés sur place pour ceux qui n'en auraient pas. Le port du casque est obligatoire.

**Responsable :** Qc.SkateboardCamp

Clientèle	Horaire	Lieu	Date	Coût
Pour tous	Mardi, de 18 h à 21 h	Skate parc du parc Carrier-Chamberland	27 juin*	30 \$

\* En cas de pluie, remis au 29 juin



# ACTIVITÉS CULTURELLES



## DANSE EN LIGNE VIENS PRÉPARER TA DANSE COUNTRY!

Intrigué par l'engouement que connaît la danse country? Besoin de rafraîchir tes pas de danse? Tu cherches simplement une excuse pour mettre ton talent à l'épreuve? C'est le moment d'entrer dans la danse et de participer à cette activité qui gagne en popularité!

Avec la saison des fêtes country qui commence, ces deux ateliers de danse en ligne – country t'apprendront les bases des chorégraphies tout en ayant du plaisir, et ce, sur la magnifique terrasse du Club nautique!

**Responsable :** Édith Bourgault, 418 953-0681 (Musedanse EB)

Clientèle	Horaire	Lieu	Date	Coût
Pour tous	Mardi, de 19 h à 20 h 30	Terrasse du Club nautique*	4 juillet	15 \$
Pour tous	Judi, de 19 h à 20 h 30		27 juillet	15 \$

\* En cas de pluie, les ateliers seront donnés à l'intérieur. Vous pouvez vous inscrire à un seul atelier ou aux deux pour un total de 30 \$.



## ATELIERS DE YOGA AU LEVER ET AU COUCHER DU SOLEIL

Profitez du décor enchanteur du Club nautique avec vue sur le lac afin de bien commencer la journée. Quoi de mieux que de venir participer à des ateliers de yoga et de vous ressourcer avec les rayons du soleil? Vous n'êtes pas disponible le matin? Qu'à cela ne tienne, venez profiter du calme de fin de journée pour relaxer et évacuer votre stress!



## YOGA ÉGYPTIEN

Le yoga égyptien est une technique corporelle dont l'être d'aujourd'hui peut retirer les plus grands bienfaits. Les postures pharaoniques permettent une prise de conscience progressive du corps et conduisent à une autocorrection physique et psychique. L'action du yoga égyptien sur l'axe vertébral est spectaculaire.

Prenez plaisir à découvrir cette discipline aux bienfaits thérapeutiques qui agit puissamment sur l'ensemble de l'être, et venez développer des outils pour soulager et renforcer votre condition physique, mentale et énergétique.

Responsable : Géraldine, professeure formée en Inde

Clientèle	Horaire	Lieu	Date	Coût
Pour tous	Mercredi, de 7 h à 8 h 30	Terrasse du Club nautique*	5 juillet	25 \$
	Jeudi, de 18 h à 19 h 30		10 août	25 \$

\* En cas de pluie, les cours auront lieu à l'intérieur.

## YOGA TRADITIONNEL

Le yoga traditionnel peut se définir comme une pratique posturale incluant les asanas. Ces positions spécifiques du corps améliorent l'énergie vitale et développent la maîtrise du corps ainsi que du mental. Grâce au travail respiratoire, il vous ouvre à de plus hauts états de conscience. À travers cet atelier, vous survolerez la détente, les postures ainsi que la méditation.

Responsable : Géraldine, professeure formée en Inde

Clientèle	Horaire	Lieu	Date	Coût
Pour tous	Mercredi, de 7 h à 8 h 30	Terrasse du Club nautique*	9 août	25 \$
	Jeudi, de 18 h à 19 h 30		20 juillet	25 \$



## NATATION POUR ENFANTS

***Il est important de savoir que les cours de natation pour enfants sont donnés juste pour le plaisir de nager et de s'améliorer. Aucune certification officielle ne sera émise à la fin de la session.***

Profite de ces petits cours pour développer tes compétences en milieu aquatique. Les exercices enseignés par un sauveteur qualifié te permettront de t'améliorer à ton rythme. Une évaluation sera faite en début de saison, et les exercices seront adaptés au groupe. Enfile ton maillot de bain et viens t'amuser avec nous!

Clientèle	Horaire*	Lieu	Début	Durée	Coût
6 à 24 mois Avec parents	Samedi, de 9 h à 9 h 25	Club nautique	8 juillet	6 semaines	45 \$
2-3 ans Avec parents	Samedi, de 9 h 30 à 9 h 55				
4-5 ans Avec aide flottante	Samedi, de 10 h à 10 h 25				
5-6 ans Sans aide flottante	Samedi, de 10 h 30 à 11 h 10				
7-8 ans	Samedi, de 11 h 15 à 12 h		6 juillet		50 \$
9 ans	Vendredi, de 17 h à 17 h 55				
10 ans	Vendredi, de 18 h à 18 h 55		55 \$		

\* En cas d'orage entraînant l'annulation du cours, celui-ci sera repris à la fin de la session.



## ÉTOILE DE BRONZE

***Cours officiel menant à la certification de la Société de sauvetage à la fin du cours s'il est réussi.***

L'Étoile de bronze est le premier brevet de niveau Bronze. Il te permet de t'initier au sauvetage en t'apprenant à trouver des solutions à divers problèmes et à prendre des décisions en tant qu'individu et membre d'une équipe. Tu apprendras à effectuer la réanimation d'une victime qui a cessé de respirer et tu développeras les habiletés de sauvetage nécessaires pour devenir ton propre sauveteur.

Préalable : être capable de nager 100 m.

Matériel obligatoire : gants et masque de poche.

Clientèle	Horaire*	Lieu	Début	Durée	Coût
11 ans et +	Vendredi, de 17 h 30 à 19 h 30	Club nautique	6 juillet	6 semaines	45 \$

\* En cas d'orage entraînant l'annulation du cours, celui-ci sera repris à la fin de la session.

## AQUAJOGGING

Joignez l'utile à l'agréable en vous entraînant tout en admirant les beautés du lac. Sous la supervision d'un instructeur compétent, venez travailler votre capacité aérobie et votre tonus musculaire par le biais d'exercices et d'ateliers. Ce cours se déroule en partie profonde, et une aide à la flottaison est fournie sur demande.

Clientèle	Horaire	Lieu	Début	Durée	Coût
16 ans et +	Mercredi, de 9 h à 9 h 55	Club nautique	5 juillet	6 semaines	60 \$
	Jeudi, de 19 h à 19 h 55		6 juillet		

\* En cas d'orage entraînant l'annulation du cours, celui-ci sera repris à la fin de la session.



## CLUB MUNICIPAL DE NAGE EN EAU LIBRE

Profitez du corridor de nage pour vous entraîner dans un cadre enchanteur en compagnie d'une entraîneuse d'expérience certifiée en sauvetage.

À noter : si les cours se complètent et que vous n'avez pas été capable de réserver votre place, nous vous invitons à vous inscrire sur la liste d'attente. Cela nous aidera à connaître le réel besoin pour les cours et nous permettra de nous ajuster dans les années futures.

Le port d'une combinaison isothermique et d'une bouée est fortement recommandé.

### INITIATION

Cours qui s'adresse aux personnes qui désirent s'initier à la nage en eau libre. Voici l'occasion parfaite de découvrir le plaisir de nager dans un cadre sécuritaire et structuré. Il faut pouvoir compléter 100 m de nage en continu et connaître les bases du crawl. Perfectionnement technique et rire seront au rendez-vous!

Clientèle	Horaire*	Lieu	Début	Durée	Coût
14 ans et +	Mardi, de 19 h à 19 h 45	Club nautique	12 juin	10 semaines	50 \$

\* En cas d'orage entraînant l'annulation du cours, celui-ci sera repris à la fin de la session.

### INITIÉ

Entraînement en lac pour les personnes désirant améliorer leur technique. Il est important de pouvoir compléter le 200 m de nage en continu et de bien connaître le crawl. Avoir nagé à plusieurs reprises en lac s'avère aussi nécessaire. Développement technique et entraînement structuré dans une atmosphère récréative... Plaisir garanti!

Clientèle	Horaire*	Lieu	Début	Durée	Coût
18 ans et +	Lundi et mercredi, de 18 h à 18 h 55	Club nautique	11 juin	10 semaines	95 \$
	Lundi et mercredi, de 19 h à 19 h 55				
	Mardi, de 18 h à 18 h 55		12 juin		70 \$

\* En cas d'orage entraînant l'annulation du cours, celui-ci sera repris à la fin de la session.

## BAINS LIBRES EN LAC (CORRIDOR DE NAGE) – CLUB NAUTIQUE DE LAC-BEAUPORT

Les périodes surveillées de bains libres en lac débiteront le **lundi 12 juin**.

L'accès aux bains libres\* est gratuit pour les résidents, et ce, sans inscription.

L'abonnement est offert au coût de 80 \$ pour les non-résidents de Lac-Beauport.

L'horaire des bains libres surveillés (corridor de nage) sera le suivant :

- Lundi : 6 h à 8 h 30
- Mardi : 6 h à 8 h 30
- Jeudi : 6 h à 8 h 30 et 17 h à 19 h 45
- Samedi : 6 h à 8 h 30
- Dimanche : 17 h à 19 h 45

\* L'accès permet d'entrer sur le site seulement durant les périodes de bains libres surveillés. Il n'y aura plus de distribution de jetons. Dorénavant, une preuve d'identité avec photo devra être présentée au préposé à l'accueil lors de chaque visite afin de vous identifier.

## COURS DE PLANCHE À PAGAIE

Les cours de planche à pagaie (SUP) seront de retour cet été !

Inscrivez-vous directement via le site Internet de notre partenaire ([www.laplagequebec.com](http://www.laplagequebec.com)). Aucune inscription ne sera prise par la Municipalité de Lac-Beauport. La date du début, la durée et le coût seront affichés sur leur site.



## ÉVÉNEMENT 1<sup>ER</sup> DÉFI NAGE TON LAC BEAUPORT : 12 AOÛT 2023

Vous désirez nager en eau libre et vous mesurer à vous-même dans un environnement récréatif? Le tout premier Défi nage ton lac Beauport est exactement ce qu'il vous faut!

Pour cette première édition, le Défi nage ton lac Beauport se déroulera au Club nautique, le samedi 12 août 2023. Petits et grands sont invités à s'inscrire pour participer à l'une ou l'autre des épreuves sous la supervision de sauveteurs. Il y en a pour tous les âges et tous les niveaux, et le tout se déroule dans un cadre récréatif, sans compétition ni chronomètre officiel. Un temps maximal est tout de même alloué pour chaque épreuve afin d'assurer la sécurité de tous.

### 5 ÉPREUVES À L'HONNEUR

Les nageurs sont invités à arriver 30 minutes avant le début de leur épreuve pour procéder à leur accueil.

Même les plus jeunes prendront plaisir à participer à l'une des épreuves proposées dans un cadre des plus sécuritaires. Une excellente manière de prendre goût à la nage en eau libre! La présence d'un adulte accompagnateur est requise pour les épreuves destinées aux petits.

#### 50 m traverse la zone de baignade (20 places)

L'épreuve du « 50 m traverse la zone de baignade » permet aux plus jeunes de vivre une belle expérience tout en atteignant un objectif réaliste.

#### 100 m explore la nage en eau libre (20 places)

L'épreuve du « 100 m explore la nage en eau libre » permet au participant de réveiller le nageur qui sommeille en lui.

#### 500 m découvre le lac (30 places)

L'épreuve du « 500 m découvre le lac » est tout indiquée pour les personnes qui savent nager et qui veulent s'initier à la nage en eau libre.

#### 1 km relève le défi (40 places)

L'épreuve du « 1 km relève le défi » s'adresse aux nageurs initiés qui souhaitent se dépasser.

#### 2 km repousse les limites (40 places)

L'épreuve du « 2 km repousse les limites » est destinée aux nageurs aguerris qui désirent tester leurs aptitudes et pousser la machine.

Épreuve	Clientèle	Heure de départ	Temps maximal alloué	Coût
50 m	8 ans et -	12 h		Gratuit
100 m	7 ans et +	11 h 45		Gratuit
500 m	11 ans et +	8 h 30	32 minutes	25 \$
1 km	11 ans et +	9 h 15	48 minutes	30 \$
2 km	12 ans et +	10 h 15	80 minutes	35 \$

L'inscription est obligatoire pour tous les participants et les accompagnateurs (gratuit et au besoin) de l'épreuve du « 500 m découvre le lac ».



# TERRAINS DE TENNIS ET DE PICKLEBALL DE LAC-BEAUPORT

INSCRIPTION pour les cours, les ligues, les camps et les ABONNEMENTS pour les membres via le site Internet de L2 Tennis Solutions : [l2tennis.com](http://l2tennis.com).

## NOUVEAUTÉ POUR LA SAISON DE TENNIS ET DE PICKLEBALL DE L'ÉTÉ 2023

Un nouveau système avec une porte à clés magnétiques sera installé aux Terrains de tennis et de pickleball de Lac-Beauport. Chaque personne possédant un abonnement valide devra récupérer sa clé programmée pour accéder aux terrains.

### Comment récupérer votre clé magnétique une fois que vous êtes abonné ?

Avant de vous déplacer, veuillez attendre le courriel vous mentionnant la date à laquelle votre clé sera prête.

Une fois que vous aurez reçu le courriel, présentez-vous avec votre reçu d'abonnement au Service des loisirs pendant les heures d'ouverture, soit du lundi au jeudi de 9 h à 11 h 30 et de 13 h 30 à 16 h.

Il est également possible de prendre un rendez-vous en dehors de ces heures en téléphonant au 418 849-7141, poste 244.

Un dépôt de 20 \$ en argent comptant est exigé pour l'obtention de la clé; ce dépôt sera remboursé au retour de la clé.

## ABONNEMENT AU TENNIS ET AU PICKLEBALL

La réservation des terrains sera possible entre 7 h et 22 h tous les jours de la semaine, sauf de 12 h à 14 h, moment où les terrains seront disponibles gratuitement et sans réservation pour les résidents de Lac-Beauport.

	Abonnement résidents	
	Saisonnier	Bloc de 4 semaines <sup>(1)</sup>
12 ans et -	Gratuit	Gratuit
13-17 ans	40 \$	10 \$
18-25 ans	50 \$	15 \$
26-64 ans	75 \$	20 \$
65 ans et +	50 \$	15 \$
Famille <sup>(2)</sup>	185 \$	50 \$

(1) Un bloc est constitué de quatre semaines consécutives à partir du lundi. Le premier bloc débute le 22 mai 2023.

(2) Membre de la famille habitant à la même adresse. Les enfants doivent être âgés de moins de 18 ans.

## COURS DE TENNIS ENFANTS ET ADULTES

Offerts en petits groupes, les cours sont adaptés au niveau de jeu des participants. L'ambiance amicale et décontractée permet d'apprendre les techniques de base ainsi que les notions de jeu sans le stress de performance. Profitez des terrains extérieurs pour découvrir les joies du tennis.

Les élèves doivent porter des vêtements confortables et adaptés à la météo.

### HORAIRE D'ÉTÉ

Niveau	Clientèle	Horaire	Lieu	Début	Durée	Coût	
Niveau 1	De 5 à 6 ans	Lundi, de 17 h 30 à 18 h 30	Terrain de tennis	3 juillet	6 semaines	85 \$	
		Mardi, de 16 h à 17 h		4 juillet			
Niveau 2	De 7 à 8 ans	Lundi, de 18 h 30 à 19 h 30		3 juillet			
		Jeudi, de 16 h à 17 h		6 juillet			
Niveau 3	De 9 à 11 ans	Mardi, de 17 h à 18 h		4 juillet			
		Mercredi, de 16 h à 17 h		5 juillet			
		Jeudi, de 17 h à 18 h		6 juillet			
Niveau 4	De 12 à 15 ans	Mardi, de 18 h à 19 h		4 juillet			
Débutant	16 ans et +	Mercredi, de 17 h à 18 h		5 juillet			
		Jeudi, de 18 h à 19 h		6 juillet			
Intermédiaire avancé		Lundi, 19 h 30 à 21 h		3 juillet			125 \$

### HORAIRE D'AUTOMNE

Niveau	Clientèle	Horaire	Lieu	Début	Durée	Coût	
Niveau 1	De 5 à 6 ans	Lundi, de 17 h 30 à 18 h 30	Terrain de tennis	28 août	4 semaines	55 \$	
		Mardi, de 16 h à 17 h		29 août			
Niveau 2	De 7 à 8 ans	Lundi, de 18 h 30 à 19 h 30		28 août			
		Jeudi, de 16 h à 17 h		31 août			
Niveau 3	De 9 à 11 ans	Mardi, de 17 h à 18 h		29 août			
		Mercredi, de 16 h à 17 h		30 août			
		Jeudi, de 17 h à 18 h		31 août			
Niveau 4	De 12 à 15 ans	Mardi, de 18 h à 19 h		29 août			
Débutant	16 ans et +	Mercredi, de 17 h à 18 h		30 août			
		Jeudi, de 18 h à 19 h		31 août			
Intermédiaire avancé		Lundi, 19 h 30 à 21 h		28 août			85 \$



## LIGUES DE TENNIS ET DE PICKLEBALL

### LIGUE DE TENNIS DES PETITS MATINS

La ligue de tennis des petits matins valorise le tennis de participation en permettant aux participants de jouer en duo, dans un contexte sans compétition. Dans une ambiance amicale, venez disputer des parties en double.

### LIGUE DE TENNIS DE SIMPLE

Offerte à tous les niveaux de joueurs, cette ligue prévoit une partie organisée par semaine. Elle permet de favoriser une expérience de tennis excitante. Les joueurs seront jumelés avec un partenaire de même niveau, selon leur disponibilité. Les parties peuvent avoir lieu le lundi, le mardi ou le mercredi.

### LIGUES DE PICKLEBALL

Dans une ambiance conviviale, ces ligues permettent aux joueurs d'échanger avec différents partenaires. À l'occasion, des spécialistes pourraient être présents pour donner des conseils aux joueurs.

Ligue	Clientèle	Horaire	Lieu	Début	Coût
Ligue de tennis des petits matins*	Adultes, tous les niveaux	Mardi et jeudi, de 9 h à 11 h	Terrain de tennis	23 mai	45 \$
Ligue de tennis de simple*		Lundi, mardi et mercredi, de 19 h à 22 h		22 mai	30 <sup>(3)</sup> \$
Ligues de pickleball*	30 ans et +, niveau intermédiaire	Mardi, de 9 h à 12 h	Terrain de pickleball	23 mai	45 \$
		Jeudi, de 19 h à 21 h		25 mai	30 \$
	16 ans et +, tous les niveaux	Lundi, de 19 h à 21 h		22 mai	30 \$
		Samedi, de 9 h à 11 h	27 mai	30 \$	

\* Abonnement saisonnier obligatoire pour s'inscrire aux ligues.

(3) Inclut un match par semaine.



## CAMP DE TENNIS NOUVEAU!

Ce camp dynamique est offert en formule d'une demi-journée. Tous les jeunes de 10 à 15 ans, peu importe leur niveau technique, sont les bienvenus. Viens profiter de l'expertise d'entraîneurs certifiés pour apprendre les rudiments du tennis tout en disputant des parties dans un contexte amical.

Les participants doivent porter des vêtements confortables et adaptés à la météo.

Niveau	Clientèle	Horaire	Lieu	Dates	Coût
Tous	De 10 à 15 ans	Du lundi au vendredi, de 13 h à 16 h	Terrain de tennis	26 juin 17 juillet 14 août	200 \$

## CLINIQUE DE PICKLEBALL NOUVEAU!

Tu es curieux face à ce sport en émergence ? Tu aimerais découvrir comment y jouer ? Cet atelier est fait pour toi ! Les règles de base ainsi que le maintien de la raquette y seront enseignés afin que tout le monde puisse participer à des parties toutes simples. Les balles et les raquettes seront fournies.

Niveau	Clientèle	Horaire	Lieu	Date	Coût
Débutant	16 ans et +	Mardi, de 18 h à 20 h	Terrain de pickleball	23 mai	35 \$

# Événements de l'été 2023

Ça va bouger cet été à Lac-Beauport; voici un aperçu des événements municipaux à venir !

2 juin



Visite de l'aquarium et de son Aquavan au Club nautique pour une corvée de nettoyage et de la sensibilisation auprès des citoyens.

24 juin



Animations familiales et embarcations nautiques gratuites au Club nautique pour la Fête nationale (résidents seulement).

3 juin



Grande Fête des voisins au Club nautique (résidents seulement)

- Apportez votre pique-nique, votre BBQ portatif et vos consommations!
- On invite également les citoyens à se rassembler et à organiser une fête dans leur voisinage pour festoyer et fraterniser.

10 juin



Journée portes ouvertes des organismes de loisirs et fête d'ouverture des terrains de tennis et de pickleball.

- Venez découvrir ce que les organismes ont à offrir!

15 juin



Compétition amicale de skateboard avec des juges de Qc Skateboard Camp et plusieurs prix à gagner.

23 juin



Festivités de la Fête nationale au parc Carrier-Chamberland. Atelier de corde à danser, chorégraphies de type « Just dance » sur écran géant, Cirque Kikasse, groupe de musique hommage aux Colocs *Juste une p'tite nuit*, feux d'artifice, camion de cuisine de rue et bien plus!



3 août



Diffusion de courts métrages en plein air au parc Carrier-Chamberland. Au programme, 8 films coups de cœur d'ici et d'ailleurs, pour la famille, présentés par l'équipe du Festival REGARD.



11 août



Jeu Mario Kart à la Nintendo Switch et cinéma en plein air Super Mario Bros. Le film au parc Carrier-Chamberland.

12 août



Défi nage ton lac Beauport au Club nautique (inscription requise).

19 août



Grande fête familiale à la thématique country au parc Carrier-Chamberland (zone communautaire) avec groupe de musique, danse en ligne, fermette, taureau mécanique et bien plus!

26 août



Fête familiale de fin de saison avec présence du groupe hoRISEon (résidents seulement)



Ces activités sont sous réserve de modification. Pour plus d'informations, suivez [la page Facebook des événements](#) de la Municipalité de Lac-Beauport ainsi que le nouveau site web municipal : <https://lac-beauport.quebec/>.

Bonne saison estivale à tous, profitez-en pleinement et activement!