

HORAIRE ACTIVITÉS HIVER/PRINTEMPS 2026
CLUB FADOQ CERCLE D'OR DE MASCOUCHE



Club FADOQ Cercle d'Or de Mascouche Lanaudière

JOUR	HEURE	LIEU	ACTIVITÉ
LUNDI	9h à 11h	118C	Dessin pour débutants
	9h30 à 10h30	118G	Viactive
	9h45	Parc Grand Coteau	Marche (Rassemblement aux Jeux d'Eau)
	12h30 à 16h	Accueil/113	Adhésion/Renouvellement/Achat de billets
	13h à 16h	118G	Bingo
	13h à 16h	118C	Scrabble/Bridge/Canasta
	13h à 16h	118D	Crible
	18h	118G-C-D	Cours de danse en ligne – Débutants
	19h	118G-C-D	Cours de danse en ligne – Intermédiaires
	20h	118G-C-D	Cours de danse en ligne – Avancé
MARDI	9h30 à 11h 11h à 12h30	Aréna	Hockey
	12h30 à 16h	Accueil/113	Adhésion/Renouvellement/Achat de billets
	Groupe 1 9h30 à 11h30	113	Comment prolonger l'efficacité du cerveau des aînés Dr. Emmanuel Tremblay, neuropsychologue
	Groupe 2 13h30 à 15h30		
MERCREDI	9h à 11h30 13h à 16h	118C	Pétanque intérieure et Curling
	9h30 à 10h30	118G	Viactive
	11h à 12h	118G	Techniques au sol
	12h30 à 16h	Accueil/113	Adhésion/Renouvellement/Achat de billets
	13h à 16h	112	Jeux Sociaux
	13h à 16h	118D	Cartes – Le 500 (AHP)
	19h à 21h	113	Groupe de chant (AHP)
JEUDI	9h30 à 11h 11h à 12h30	Aréna	Hockey
	9h30 à 10h30	118D	Qi-Gong (AHP)
	9h45	Parc Grand Coteau	Marche (Rassemblement aux Jeux d'Eau)
	12h30 à 16h00	Accueil/113	Adhésion/Renouvellement/Achat de billets
	12h30 à 16h	118D	Whist Militaire
	12h30 à 16h	Billard Le Sieur, Terr	Billard
	13h à 16h	112	Tricot
VENDREDI	19h à 22h	118G C D	Soirée de danse (AHP)
	9h à 11h	118C	Dessin au crayon et peinture
	10h à 13h	113	DÎNER PARTAGE
	9h30 à 10h30	118G	Viactive
	9h30	Quilles Lachenaie	Quilles
SAMEDI	13h à 16h	112	OKO
	13h30 à 15h30	113	Atelier sur l'Intelligence Émotionnelle Dr. Emmanuel Tremblay Neuropsychologue
	9h45	Parc Grand Coteau	Marche (Rassemblement aux Jeux d'Eau)

Soupers mensuels : 2026 : 10 janvier; 14 février; 14 mars; 18 avril; 23 mai; 13 juin;

Information générale : 438-406-2379