

Programmation des activités pour l'été 2017.

***Vous pouvez arriver 5 à 10 minutes avant l'heure de départ prévue de l'activité.**

Date	Activités	Descriptions	Heures prévues et point de rencontre	Coût des membres	Transport et places disponibles	Matériel à apporter par les participants.
Lundi 26 juin	Dîner hot-dogs et lancement de la programmation 2017	Hot-dogs pour tous, présentation des activités estivales par les 2 animatrices d'été	Point de rencontre à SMQ-BSL : 11h30 Fin de l'activité : 15h00	Gratuit	Aucun, activité sur place	Votre appétit et votre bonne humeur !
Mardi 27 juin	Yoga au Parc Lepage	Activité hebdomadaire de yoga, ouvert à tous!	Point de rencontre à SMQ-BSL: 11h45 Fin de l'activité : 13h00 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 13h15	Gratuit	Aucun, nous marcherons	Crème solaire, chasse-moustique, vêtements et souliers confortables, bouteille d'eau et tapis de yoga (tapis fournis à SMQ-BSL)
Jeudi 29 juin	Mini-golf au Golf des Saules	Parcours de 18 trous, 2 parties seront jouées.	Point de rencontre à SMQ-BSL : 13h15 Fin de l'activité : 15h45 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 16h00	Membre : 2,00\$ Non-membre : 4,00\$	2 véhicules, 9 places disponibles.	Crème solaire, chasse-moustiques, souliers confortables, collations et bouteille d'eau.

Date	Activités	Descriptions	Heures prévues et point de rencontre	Coût des membres	Transport et places disponibles	Matériel à apporter par les participants.
Lundi 3 juillet	Fondue et dégustation de chocolats	Venez préparer une fondue en plus de déguster plusieurs types de chocolat!	Point de rencontre à SMQ-BSL : 13h30 Fin de l'activité : 15h30	Gratuit	Aucun, activité sur place	Votre appétit !
Mardi 4 juillet	Yoga au Parc Lepage	Activité hebdomadaire de yoga, ouvert à tous!	Point de rencontre à SMQ-BSL: 11h45 Fin de l'activité : 13h00 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 13h15	Gratuit	Aucun, nous marcherons	Crème solaire, chasse-moustique, vêtements et souliers confortables, bouteille d'eau et tapis de yoga (tapis fournis à SMQ-BSL)
Jeudi 6 juillet	Ferme « C'est la faute des Biquettes! »	Visite guidée de la ferme, pique-nique et visite des animaux	Point de rencontre à SMQ-BSL : 9h30 Fin de l'activité : 14h30 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 15h00	Membre : 4,00\$ Non-membre : 8,00\$	2 véhicules, 9 places disponibles	Crème-solaire, chapeau (au besoin), chasse-moustiques, bouteille d'eau, dîner froid , collations, souliers et vêtements confortables
Lundi 10 juillet	Auto-cueillette de fraises à la fraisière de chez nous à Saint-Anaclet	Auto-cueillette de fraises. Vous devez prévoir vos sous (payable sur place)	Point de rencontre à SMQ-BSL : 13h15 Fin de l'activité : 15h00 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 15h00	3,00\$ par panier de fraises ramassé	2 véhicules, 9 places disponibles	Crème solaire, chasse-moustique, vêtements et souliers confortables, bouteille d'eau et de l'argent pour acheter le nombre de paniers de fraises que vous désirez.
Mardi 11 juillet	Yoga au Parc Lepage	Activité hebdomadaire de yoga, ouvert à tous!	Point de rencontre à SMQ-BSL: 11h45 Fin de l'activité : 13h00 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 13h15	Gratuit	Aucun, nous marcherons	Crème solaire, chasse-moustique, vêtements et souliers confortables, bouteille d'eau et tapis de yoga (tapis fournis à SMQ-BSL)

Date	Activités	Descriptions	Heures prévues et point de rencontre	Coût des membres	Transport et places disponibles	Matériel à apporter par les participants.
Jeudi 13 juillet	Une minute pour gagner et pique-nique au Parc Beauséjour	Une sortie au parc durant laquelle des activités seront proposées, il y en aura pour tous les goûts!	Point de rencontre à SMQ-BSL : 10h00 Fin de l'activité : 14h45 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 15h00	Gratuit	2 véhicules, 9 places disponibles	Crème solaire, chasse-moustique, vêtements et souliers confortables, bouteille d'eau, repas froid et des sous si vous désirez vous acheter une collation
Lundi 17 juillet	Crème molle à la Crème Folle et fêtes urbaines	Venez manger une crème molle tout en profitant de la rue Saint-Germain piétonnière avec nous	Point de rencontre à SMQ-BSL : 13h15 Fin de l'activité : 15h00 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 15h30	Gratuit	Nous marcherons	Crème solaire, souliers confortables et quelques sous si vous désirez vous acheter des collations
Mardi 18 juillet	Yoga au Parc Lepage	Activité hebdomadaire de yoga, ouvert à tous!	Point de rencontre à SMQ-BSL: 11h45 Fin de l'activité : 13h00 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 13h15	Gratuit	Aucun, nous marcherons	Crème solaire, chasse-moustique, vêtements et souliers confortables, bouteille d'eau et tapis de yoga (tapis fournis à SMQ-BSL)
Jeudi 20 juillet	Sortie au site historique maritime de la Pointe-au-Père	Groupe 1 : Comprend une visite de l'Onondaga en avant midi et du musée et du phare en après-midi Groupe 2 : Comprend une visite du musée et du phare en après-midi	Groupe 1 Point de rencontre à SMQ-BSL: 9h30 Fin de l'activité : 15h00 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 15h15 Groupe 2 Point de rencontre à SMQ-BSL: 13h Fin de l'activité : 15h00 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 15h15	Groupe 1 Membre : 15\$ Non-membre : 22\$ Groupe 2 Membre : 5\$ Non-membre: 7\$	2 véhicules, 9 places disponibles * * Sera ajusté selon le nombre d'inscription	Groupe 1 Souliers confortables, bouteille d'eau, repas froid et collations si vous désirez Groupe 2 Souliers confortables, bouteille d'eau et collations si vous désirez

Date	Activités	Descriptions	Heures prévues et point de rencontre	Coût des membres	Transport et places disponibles	Matériel à apporter par les participants.
Lundi 24 juillet	Sortie aux Chutes Neigettes	Venez découvrir les sentiers et admirer la chute !	Point de rencontre à SMQ-BSL: 13h Fin de l'activité : 15h00 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 15h30	Gratuit	2 véhicules, 9 places disponibles	Crème solaire, chasse-moustique, souliers et vêtements confortables, bouteille d'eau et collations au besoin
Mardi 25 juillet	Yoga au Parc Lepage	Activité hebdomadaire de yoga, ouvert à tous!	Point de rencontre à SMQ-BSL: 11h45 Fin de l'activité : 13h00 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 13h15	Gratuit	Aucun, nous marcherons	Crème solaire, chasse-moustique, vêtements et souliers confortables, bouteille d'eau et tapis de yoga (tapis fournis à SMQ-BSL)
Jeudi 27 juillet	Canyon des Portes de l'Enfer : La légende du boat maléfique et du coffre maudit	Légende racontée par un personnage, sentier de lumières et de sons en plus de voir les chutes illuminées. Cette activité est digne d'un monde irréel. C'est une soirée à ne pas manquer !	Point de rencontre à SMQ-BSL: 19h30 Fin de l'activité : 22h30 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 23h00	Membre : 15\$ Non-membre : 23\$	10 places disponibles	Souliers confortable, bouteille d'eau, vêtements adaptés à la température
Lundi 31 juillet	Confection des décorations pour le Beach Party	Bricolage en vue de la préparation du party	Point de rencontre à SMQ-BSL: 13h30 Fin de l'activité : 15h30	Gratuit	Aucun, activité sur place	Votre bonne humeur et votre imagination !

Date	Activités	Descriptions	Heures prévues et point de rencontre	Coût des membres	Transport et places disponibles	Matériel à apporter par les participants.
Mardi 1^e août	Yoga au Parc Lepage	Activité hebdomadaire de yoga, ouvert à tous!	Point de rencontre à SMQ-BSL: 11h45 Fin de l'activité : 13h00 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 13h15	Gratuit	Aucun, nous marcherons	Crème solaire, chasse-moustique, vêtements et souliers confortables, bouteille d'eau et tapis de yoga (tapis fournis à SMQ-BSL)
Jeudi 3 août	Île Saint-Barnabé	Nous partirons en zodiac vers l'île pour ensuite s'y promener et découvrir Rimouski sous un nouvel angle	Point de rencontre à SMQ-BSL: 9h00 Fin de l'activité : 14h45 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 15h30	Membre : 10,00\$ Non-membre : 19,00\$	Possibilité de 4 voitures, donc environ 20 places	Crème-solaire, chapeau (au besoin), chasse-moustiques, bouteille d'eau (très important d'apporter la vôtre), souliers et vêtements confortables et adaptés à la température, un dîner froid et des collations
Lundi 7 août	Brunch et Pointe-aux-Anglais	Brunch au Bistro des Îles (Club de Golf du Bic) et promenade sur les berges de la Pointe-aux-Anglais	Point de rencontre à SMQ-BSL: 9h30 Fin de l'activité : 15h00 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 15h20	Membre : 5\$ Non-membre : 10\$	2 véhicules, 9 places disponibles	Crème solaire, chapeau au besoin, huile à mouche, bouteilles d'eau, souliers et vêtements confortables
Mardi 8 août	Yoga au Parc Lepage	Activité hebdomadaire de yoga, ouvert à tous!	Point de rencontre à SMQ-BSL: 11h45 Fin de l'activité : 13h00 Heure d'arrivée à SMQ-BSL : 13h15	Gratuit	Aucun, nous marcherons	Crème solaire, chasse-moustique, vêtements et souliers confortables, bouteille d'eau et tapis de yoga (tapis fournis à SMQ-BSL)
Jeudi 10 août	Beach Party !	Barbecue spécial sous le thème de la plage pour souligner la fin de l'été, hot-dogs, collations et jeux sont au menu !	Point de rencontre à SMQ-BSL: 11h00 Fin de l'activité : 15h00	2,00\$	Aucun, activité sur place	Votre joie de vivre et votre appétit !

Et s'il pleut ... Nous avons prévus plusieurs activités de remplacement dont :

- ❖ De la danse au sous-sol (disco, musique diversifiée...)
- ❖ Film/pop-corn
- ❖ 1 minute pour gagner
- ❖ Tournois de Skipbo
- ❖ Billard
- ❖ Recettes
- ❖ Yoga au sous-sol
- ❖ Et plus encore !

***Les coûts de participation sont payables auprès de Sophie et Anne-Sophie**

***N'oubliez pas d'inscrire vos prénoms sur la liste d'inscription des activités à la SMQ-BSL.**