

LES PARASCOLAIRES 2025-2026

Inscriptions

- Du 10 au 22 septembre
- Premier arrivé, premier servi!
- Portail - COBA Pédagogie / Section Activités
- **Aucun remboursement ne sera effectué**

ESCRIME

Tu aimerais essayer un **sport méconnu, hors du commun**, qui te permettrait de développer ton **agilité** et ta **précision**? **Viens découvrir l'escrime!**

Responsable : Sherlames

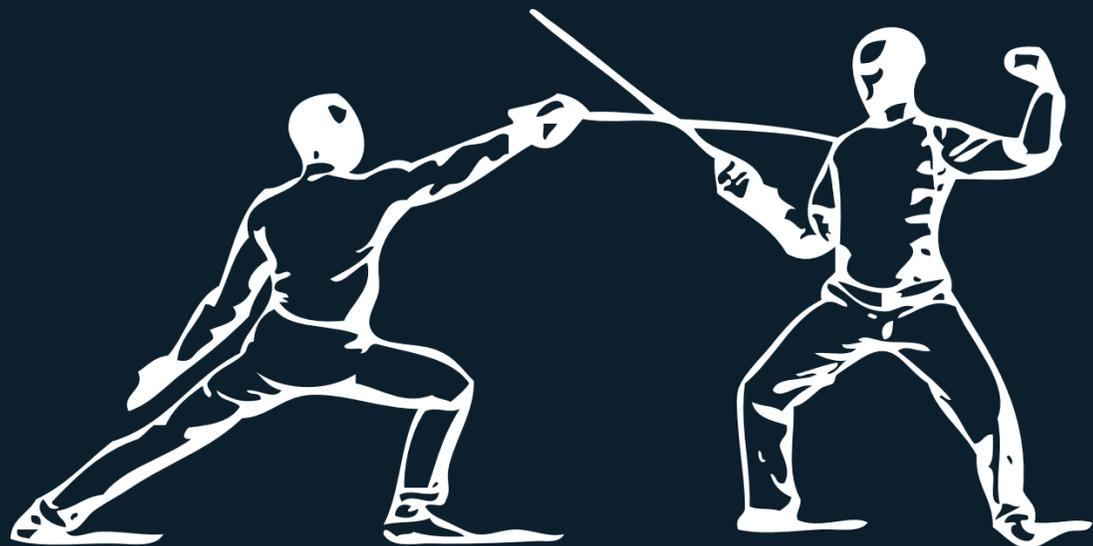
Quand : Les jours 1 et 2 à partir du 3 octobre, de 13h30 à 16h

Où : 1150, rue Deschailons, Sherbrooke

Prix : Pour 10 séances, le prix est de 300 \$ et pour 26 séances, le prix est de 780 \$

Participants : Minimum de 6 participants et maximum de 20 participants

Transport : Le Séminaire prend en charge le transport pour l'allée et les parents sont responsables du retour.



DÉBUT LE 3 OCTOBRE

GÉNIE EN HERBE

Génie en Herbe, c'est le choc des cerveaux : deux équipes, des questions de culture générale et un seul objectif - réagir plus vite que l'adversaire. Les joueurs, appelés **herbogénistes**, allient savoir et réflexes pour décrocher la victoire.

Responsables : Anne-Marie Savard et Philippe Vézina

Pour qui : Élèves de secondaire 1 et 2

Quand : Les mercredis à partir du 24 septembre, durant le dîner et la PAA

Où : Local à déterminer

Prix : Premier mois gratuit - Pour continuer les pratiques et les tournois par la suite, le coût est de 55 \$

Participants : Minimum de 3 participants



DÉBUT LE 24 SEPTEMBRE

IMPROVISATION

Tu fais rire sans forcer? Le public, c'est ton terrain de jeu? Alors ne reste pas dans les coulisses - **l'impro t'attend!** Viens libérer ta spontanéité, ton humour et ton talent sur scène. Une activité où chaque seconde est une surprise et chaque réplique peut devenir légendaire.

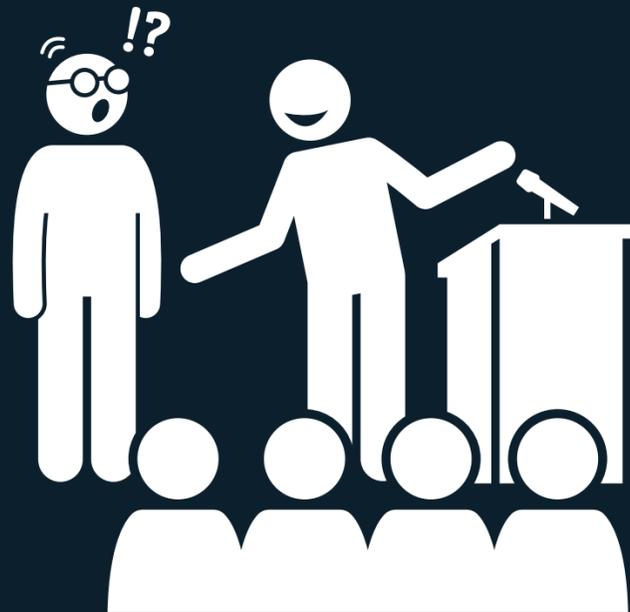
Responsables : Éloïse Perron et Vincent Robitaille

Quand : Juvénile - Les lundis à partir du 29 septembre, de 16h30 à 18h30 / Cadet - Les mercredis à partir du 1er octobre, de 16h30 à 18h30

Où : Local 577 (local de théâtre)

Prix : 250 \$ - Prix pour l'année complète

Participants : Minimum de 10 participants et maximum de 40 participants



DÉBUT LE 29 SEPTEMBRE

DANSE COUNTRY

Envie de bouger au rythme des bottes et des sourires? La danse country c'est l'énergie, la convivialité et le plaisir de danser en groupe - **sans besoin d'expérience**, juste l'envie de s'éclater dans une ambiance festive!

Responsable : Club de danse country de l'Etrie

Quand : Les vendredis, de 13h à 14h, aux deux semaines, soit les dates suivantes :

- . 10 et 24 octobre
- . 7 et 21 novembre
- . 5 et 19 décembre

Où : Salle des secondaires 3

Prix : 105 \$

Participants : Minimum de 15 participants et maximum de 40 participants



DÉBUT LE 10 OCTOBRE

EXPO-SCIENCES

Expo-sciences 2026 : Lancez-vous dans l'aventure scientifique! Tu veux représenter le Séminaire aux finales régionales ou provinciales? Prépare un projet captivant, présente-le lors de l'événement local et bénéficie du soutien d'enseignants et de mentors scientifiques. C'est ta chance de briller en science!

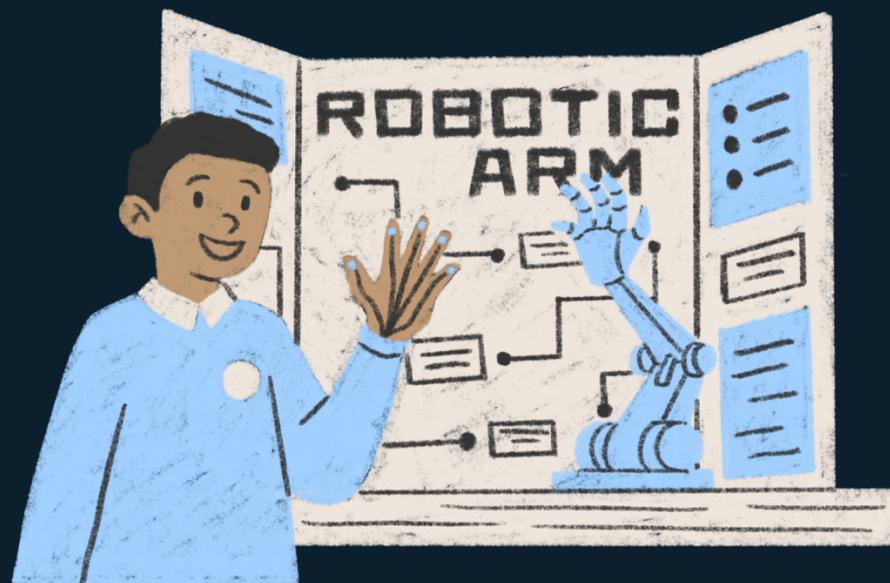
Responsable : Karine Tardif

Quand : Les jours 7 à partir du 1er octobre, sur l'heure du dîner avec la possibilité d'être libéré de certaines PAA pour travailler sur votre projet

Où : Local L'espace

Prix : 120 \$

Participants : Maximum de 10 projets



DÉBUT LE 1ER OCTOBRE

JEUX STRATÉGIQUES

Envie de t'amuser sans prise de tête? Rejoins notre club de jeux et plonge dans l'univers de 75 jeux de cartes et de plateau. Simple, amusant et 100 % convivial - le plaisir est garanti!

Responsables : Alec Grenier et Martin Lauzon

Quand : 10 vendredi après-midi ciblés, de 13h à 16h et quelques 16h à 18h en semaine, à partir du 26 septembre

Où : Local 416

Prix : 25 \$ - Prix pour l'année complète

Participants : Minimum de 15 participants et maximum de 45 participants

Code Classroom : 5r3sfd



DÉBUT LE 26 SEPTEMBRE

FIRST LEGO LEAGUE

First Lego League 2026 - Thème : Archéologie. Tu es en secondaire 1 et tu veux créer, innover et t'amuser en équipe? FLL, c'est bien plus qu'un robot! Conçois un logo, un kiosque, un projet techno et une maquette en plus de travailler en équipe, de développer ta créativité et d'avoir un impact concret dans ton milieu.

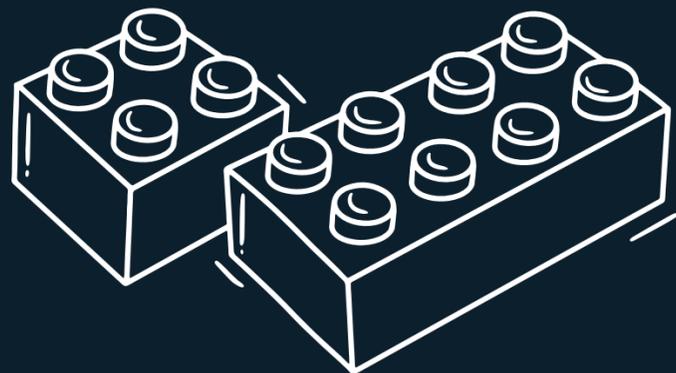
Responsable : Corinne Philippon

Quand : Les vendredis après-midi à partir du 26 septembre, de 13h à 16h

Prix : 325 \$ - Inclus le t-shirt d'équipe et la participation à la saison

Participants : Minimum de 6 participants et maximum de 30 participants - Encore cette année, 10 places sont réservées pour les filles! Viens faire la différence.

Tu as des questions ? Communique directement avec l'enseignante responsable :
cphilippon@seminaire-sherbrooke.qc.ca

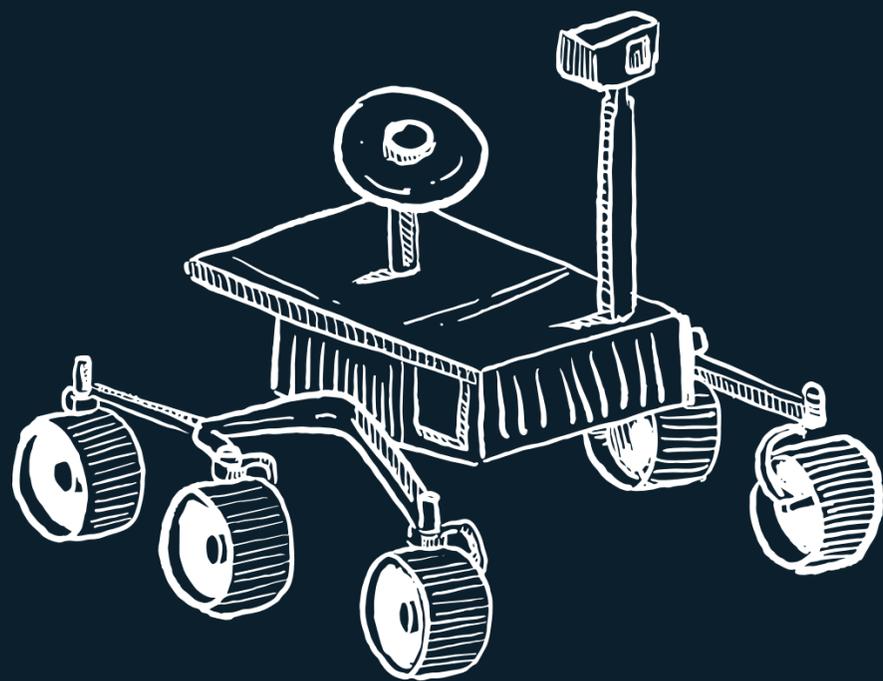


DÉBUT LE 26 SEPTEMBRE

FIRST TECH CHALLENGE

Contactez directement Corinne Philippon pour avoir toutes les informations en lien avec First Tech Challenge à l'adresse suivante :

cphilippon@seminaire-sherbrooke.qc.ca



EN SCÈNE - THÉÂTRE

Crée ton propre spectacle, de la scène aux coulisses. Tu veux jouer, inventer, imaginer? Ce projet multidisciplinaire est fait pour toi. Théâtre, musique, arts visuels : tout s'entrelace pour donner vie à une performance originale, audacieuse et entièrement conçue par les élèves. Quand les talents se rassemblent, l'histoire prend feu.

Responsable : Sara-Lou Chenay

Quand : Les mardis à partir du 24 septembre, de 16h15 à 17h30

Où : Local 577

Prix : 150 \$ - À payer après les auditions

Auditions : Date des auditions à venir

Participants : Minimum de 16 participants et maximum de 20 participants



DÉBUT LE 24 SEPTEMBRE

EN SCÈNE - MUSIQUE

En Scène musique – Fais vibrer le théâtre en direct. Tu maîtrises ton instrument et tu sais lire la musique? Ce projet est pour toi. Crée et joue en direct pendant une pièce de théâtre, et donne vie à une ambiance sonore unique. Pas d'audition, juste du talent... et une scène qui t'attend.

Responsable : Corinne Philippon

Quand : Les mercredis à partir du 23 septembre, de 16h15 à 17h30

Où : Local C-63 (Local de musique)

Prix : 150 \$ - À payer après les auditions de théâtre

Participants : Pas de nombre maximum



DÉBUT LE 23 SEPTEMBRE

POTERIE AU TOUR

Envie de découvrir une nouvelle forme d'expression artistique? Viens t'initier à la **poterie au tour** : façonne la terre, joue avec les formes, et repars avec ta propre création en céramique. Une expérience sensorielle et créative, accessible à tous.

Responsable : Ginette Plante

Quand : Les jours 1 et 2 à partir du 3 octobre, de 13h30 à 15h30 - Pour une durée de 8 semaines

Où : Local C-75

Prix : 195 \$ - Matériel inclus

Participants : Minimum de 8 participants et maximum de 16 participants



DÉBUT LE 3 OCTOBRE

ÉQUITATION

Maîtrise les bases, perfectionne ton style, décroche tes brevets. Que tu sois novice ou cavalier, ce programme t'offre une formation en équitation classique, de la pratique encadrée à l'obtention des brevets Cavalier 1 et 2. Un parcours complet pour progresser en selle, avec rigueur et passion.

Responsable : Écurie Royale

Quand : Les jours 1 et 2 à partir du 3 octobre, de 12h45 à 15h30

Où : Écurie Royale

Prix : Pour 10 séances, le prix est de 765 \$ et pour 26 séances, le prix est de 1 990 \$

Participants : Minimum de 4 participants et maximum de 12 participants

Transport : Le Séminaire prend en charge le transport pour l'allée et les parents sont responsables du retour.



DÉBUT LE 3 OCTOBRE

BOXE

Découvre la boxe autrement. Envie d'essayer un sport intense dans un cadre accueillant et sécuritaire? Ce programme te propose une initiation à la boxe, accessible à tous, où dépassement de soi rime avec respect et camaraderie.

Responsable : Three Headed Beast

Quand : Les jours 1 et 2 à partir du 3 octobre, de 13h15 (départ de l'école) à 16h

Où : 1271, rue King Est, Sherbrooke

Prix : Pour 10 séances, le prix est de 210 \$ et pour 26 séances, le prix est de 546 \$

Participants : Minimum de 6 participants et maximum de 32 participants

Transport : Le Séminaire prend en charge le transport pour l'allée et les parents sont responsables du retour.



DÉBUT LE 3 OCTOBRE

JUDO

Un sport qui forge le corps et l'esprit. Envie de te dépasser physiquement et mentalement? Ce programme t'amène à développer ta confiance, ta concentration et ta maîtrise de soi. Apprends à te défendre avec intelligence, dans un cadre où force, respect et discipline sont au cœur de l'action.

Responsable : Justin Morneau, ceinture noire

Quand : Les jours 1 et 2 à partir du 3 octobre, de 13h30 à 15h30

Où : Local 390 (Dojo)

Prix : Pour 10 séances, le prix est de 140 \$ et pour 26 séances, le prix est de 310 \$ -
Affiliation à Judo Québec incluse

Participants : Minimum de 6 participants et maximum de 34 participants



DÉBUT LE 3 OCTOBRE

COURSE

Courir pour se découvrir – 8 semaines pour te dépasser. Rejoins nos entraîneurs passionnés et cours pour le plaisir. Explore des parcours variés, développe ton endurance et reste motivé, peu importe la météo. Une aventure sportive accessible, dynamique et inspirante.

Responsable : En partenariat avec Le coureur et Courir pour se découvrir

Quand : Les jours 1 et 2 à partir du 3 octobre, à 13h30 – Pour une durée de 8 semaines

Où : Extérieur

Prix : 100 \$ – Inclus le coaching et le chandail – Grandeur du chandail à fournir lors de l'inscription

Participants : Minimum de 10 participants et maximum de 40 participants



DÉBUT LE 3 OCTOBRE

AUTODÉFENSE AU FÉMININ

Et si tu devenais actrice de ta propre sécurité? Apprends à réagir face aux agressions, qu'elles soient physiques ou verbales, développe ta vigilance et découvre des outils concrets pour renforcer ton bien-être et ton autonomie au quotidien.

Responsable : Mikhael Kaprielian (apparaiteur sportif) - Professeur d'arts martiaux depuis 34 ans. Thérapeute spécialisé en gestion du stress, violence verbale et physique, résolutions de conflits, relation d'aide (23 années d'expériences).

Quand : Les lundis à partir du 29 septembre de 16h30 à 18h

Où : Local cardio

Prix : 165 \$

Participants : Minimum de 8 participants et maximum de 36 participants

*Tenue sportive nécessaire : Aucun cuissard - Vêtements amples suggérés



DÉBUT LE 29 SEPTEMBRE

JAM-SESSION

Envie de jouer de la musique, d'improviser et de te divertir avec tes amis?

Viens participer à notre Jam Session en parascolaire, un moment libre en créativité pour tous les passionnés de musique!

Responsable : Carl Trudeau

Quand : Les lundis à partir du 29 septembre, de 16h30 à 18h30 - Pour une durée de 9 semaines

Où : Local C-67 (local de musique)

Prix : 55 \$

Participants : Minimum de 8 participants et maximum de 16 participants

*Apportez vos instruments



DÉBUT LE 29 SEPTEMBRE

PRÉPARATION PHYSIQUE AU SKI ET À LA PLANCHE À NEIGE

Prêt à dominer les pentes cet hiver? Pendant Dès novembre, entraîne-toi avec Charles-Antoine Dion, préparateur physique diplômé de l'Université Bishop's et passionné de sports de glisse. Force, endurance, agilité... tout pour être au top sur tes skis ou ta planche!

Responsable : Charles-Antoine Dion

Quand : Les mardis à partir de novembre, de 16h30 à 17h30 - Pour une durée de 7 semaines
- D'autres plages peuvent être ajoutées s'il y a beaucoup d'inscriptions.

Où : Local de musculation

Prix : 90 \$

Participants : Minimum de 4 participants



INSCRIPTIONS À VENIR EN OCTOBRE