



AUTOMNE 2012
HIVER 2013



Répertoire des activités

CULTURE • SPORTS • LOISIRS
• DÉVELOPPEMENT SOCIAL •



Pour tout savoir sur
les activités et les services
de votre arrondissement



Ahuntsic-Cartierville

Montréal 



Je salue de nouveau l'arrivée du Répertoire d'Ahuntsic-Cartierville. L'automne 2012 et l'hiver 2013 seront des saisons très actives sur le plan de l'animation sportive et des loisirs. La volonté des élus de l'arrondissement est de soutenir des pratiques qui contribuent à développer un lien social plus que jamais indispensable.

Au fil des pages du Répertoire d'Ahuntsic-Cartierville, vous découvrirez une offre d'activités importante où chacun peut s'adonner à sa discipline favorite, que ce soit suivre des cours de groupe ou encore participer à des activités communautaires.

Nos organismes partenaires contribuent avec dynamisme au rayonnement des sports et des loisirs. La programmation proposée est également rendue possible grâce à l'implication du personnel de la direction de la culture, des sports, des loisirs et du développement social de l'arrondissement.

Au nom des élus-es municipaux d'Ahuntsic-Cartierville, je souhaite à tous et à toutes une saison active et sereine.

A handwritten signature in black ink that reads "Pierre Gagnier". The signature is written in a cursive, flowing style.

Pierre Gagnier
Maire de l'arrondissement

Répertoire des activités

AUTOMNE 2012
HIVER 2013

Pour information

Direction de la culture, des sports, des loisirs et du développement social



555, rue Chabanel Ouest, bureau 600
Montréal (Québec)
H2N 2H8
Tél. : 514 872-1763
Télééc. : 514 872-4601

Renseignements
Tél. : 3 1 1

Horaire

Lundi au vendredi : de 8 h 30 à 16 h 30
Samedi et dimanche : fermé

Production

Division des relations avec les citoyens et communication

Dépôt légal

Bibliothèque et Archives nationales du Canada
Août 2012-08-26
ISSN 1923-7170

Si vous désirez faire part de vos commentaires ou de vos suggestions à la Direction de la culture, des sports, des loisirs et du développement social, nous vous invitons à nous les faire parvenir par courriel à l'adresse :
cslds_ahuntsic_cartierville@ville.montreal.qc.ca

Table des matières

1 Parcs et installations de l'arrondissement

- 8 AHUNTSIC-CARTIERVILLE
- 10 DISTRICT DE BORDEAUX-CARTIERVILLE
- 12 DISTRICT D'AHUNTSIC
- 14 DISTRICT DE SAINT-SULPICE
- 16 DISTRICT DU SAULT-AU-RÉCOLLET
- 18 COORDONNÉES DES LIEUX D'ACTIVITÉS

2 Organismes

- 22 ORGANISMES PARTENAIRES
- 28 ORGANISMES (PANAM) OFFRANT DES SERVICES AUX PERSONNES DE L'ÎLE DE MONTRÉAL VIVANT AVEC UNE DÉFICIENCE
- 29 SERVICES ET ORGANISMES MEMBRES DE L'ASSOCIATION RÉGIONALE POUR LE LOISIR DES PERSONNES HANDICAPÉES DE L'ÎLE DE MONTRÉAL (ALTERGO)

3 Sports et Loisirs

- 34 MODALITÉS D'INSCRIPTION
- 36 ACTIVITÉS DE A À Z
 - 36 Familiales (parent/enfant)
 - 36 Tout-petits
 - 38 Jeunes et adolescents
 - 54 Adultes
 - 68 Aînés
- 71 SPORTS DE GLACE
- 73 SPORTS AQUATIQUES

4 Le YMCA Cartierville

- 80 COORDONNÉES ET HEURES D'OUVERTURE DU CENTRE
- 80 INSTALLATIONS
- 81 ACTIVITÉS
- 82 DES À-CÔTÉS BIEN APPRÉCIÉS
- 83 FORMULES D'ABONNEMENT
- 83 VOLET COMMUNAUTAIRE

5 Complexe sportif Claude-Robillard

- 86 DESCRIPTION ET COORDONNÉES DU COMPLEXE SPORTIF
- 87 MODALITÉS D'INSCRIPTION
- 88 LISTE DES ORGANISMES SPORTIFS
- 90 ACTIVITÉS OFFERTES

- 8 AHUNTSIC-CARTIERVILLE
- 10 DISTRICT DE BORDEAUX-CARTIERVILLE
- 12 DISTRICT D'AHUNTSIC
- 14 DISTRICT DE SAINT-SULPICE
- 16 DISTRICT DU SAULT-AU-RÉCOLLET
- 18 COORDONNÉES DES INSTALLATIONS



ville.montreal.qc.ca/ahuntsic-cartierville

1 Parcs et installations de l'arrondissement

AHUNTSIC-CARTIERVILLE

District de Bordeaux-Cartierville



Harout Chitilian
Conseiller de la ville,
district de Bordeaux-Cartierville
harout.chitilian@ville.montreal.qc.ca
514 872-2246

District d'Ahuntsic



Émilie Thuillier
Conseillère de la ville,
district d'Ahuntsic
emilie.thuillier@ville.montreal.qc.ca
514 872-2246

District du Sault-au-Récollet



Étienne Brunet
Conseiller de la ville,
district du Sault-au-Récollet
etienne.brunet@ville.montreal.qc.ca
514 872-2246



Services et installations

- 1 Aréna Ahuntsic : 10560 rue Saint-Hubert
 - 2 Aréna Marcelin-Wilson : 11301, boulevard de l'Acadie
 - 3 Bibliothèque d'Ahuntsic : 10300, rue Lajeunesse
 - 4 Bibliothèque de Cartierville : 5900, rue De Salaberry
 - 5 Bibliothèque de Salaberry : 4170, rue De Salaberry
 - 6 Café de Da (Internet) : 545, rue Fleury Est
 - 7 YMCA Cartierville : 11885, boulevard Laurentien
 - 8 Complexe sportif Claude-Robillard : 1000, avenue Émile-Journault
- Écoquartier Ahuntsic-Cartierville :**
- 9 Boutique Lajeunesse : 10416, rue Lajeunesse
 - 10 Boutique De Salaberry : 5090, rue De Salaberry, bureau 102
 - 11 Boutique Fleury Est : 2331, rue Fleury Est
 - 12 Maison de la culture Ahuntsic-Cartierville : 10300, rue Lajeunesse
 - 13 Maison du Meunier : 10897, rue du pont
 - 14 Maison du Pressoir : 10865, rue du Pressoir
 - 15 Piscine intérieure Sophie-Barat : 10851, rue Saint-Charles

District de Saint-Sulpice



Jocelyn Ann Campbell
Conseillère de la ville,
district de Saint-Sulpice
jocampbell@ville.montreal.qc.ca
514 872-2246

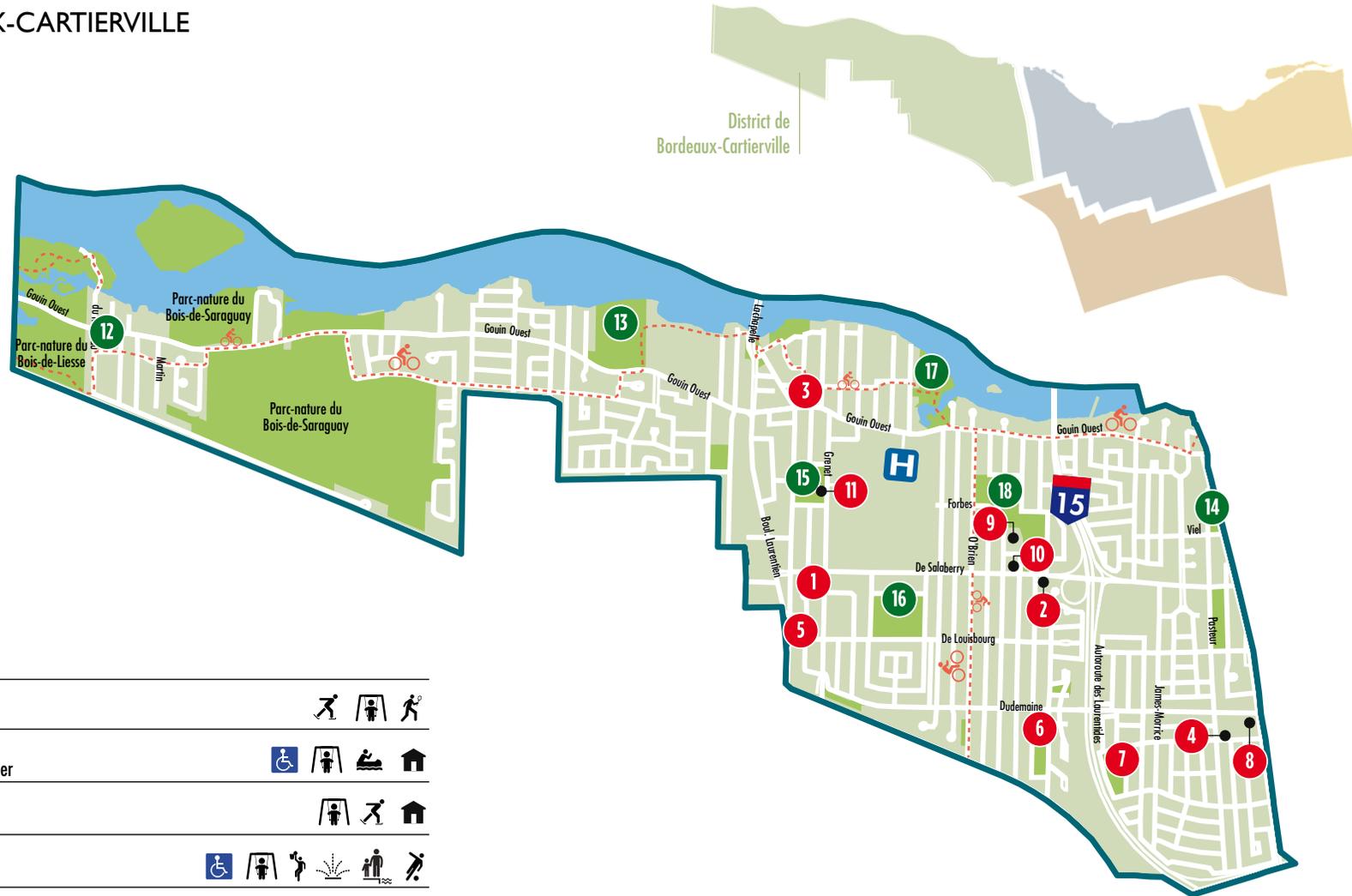
BUREAU D'ARRONDISSEMENT

555, rue Chabanel Ouest, bureau 600

- Bureau des conseillers municipaux
- Directions administratives
- Bureau Accès Montréal
- Bureau des permis
- Salle du conseil

1 Parcs et installations de l'arrondissement

DISTRICT DE BORDEAUX-CARTIERVILLE



Parcs et activités

12	Parc Camille : 9350, boulevard Gouin Ouest	
13	Parc de Beauséjour : boulevard Gouin Ouest / rue Olivier	
14	Parc de Bordeaux : boulevard de l'Acadie / rue Viel	
15	Parc de Mésy : 12120, rue Grenet	
16	Parc de Louisbourg : rue de Louisbourg / rue De Tracy	
17	Parc Raimbault : 12377, rue Notre-Dame-Des-Anges	
18	Parc Sainte-Odile : 12055, rue Dépatie	

	Aire de jeux		Basketball		Patinage		Raquette		Voie cyclable
	Aire de loisirs (adultes)		Canotage		Pavillon (chalet de parc)		Ski de randonnée		Volleyball
	Aire d'exercice canin		Football		Piscine extérieure		Soccer		
	Athlétisme		Jeux d'eau		Planche à roulettes		Tennis		
	Baseball		Pataugeoire		Randonnée pédestre		Toboggan		

Installations et points d'intérêt

1	Bibliothèque de Cartierville : 5900, rue de Salaberry	
2	Bibliothèque de Salaberry : 4170, rue de Salaberry	
3	Centre culturel de Cartierville : 5945, boulevard Gouin Ouest	
4	Centre l'Acadie : 2005, rue Victor-Doré	
5	YMCA Cartierville : 11885, boulevard Laurentien	
6	École Alice-Parizeau : 11715, rue Filion	
7	École Gilles-Vigneault : 11400, avenue de Poutrincourt	
8	École La Dauversière : 11600, boulevard de l'Acadie	
9	École Sainte-Odile : 12055, rue Dépatie	
10	Église Sainte-Odile : 4545, rue De Salaberry	
11	Maison des jeunes Bordeaux-Cartierville : 12120, rue Grenet	

1 Parcs et installations de l'arrondissement

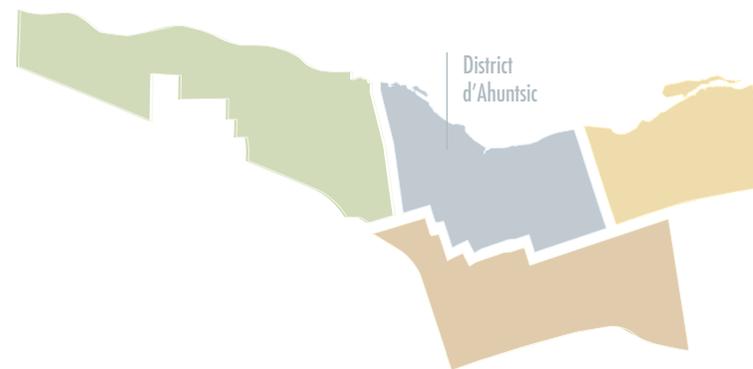
DISTRICT D'AHUNTSIC



Installations et points d'intérêt

- | | | |
|----|--|--|
| 1 | Aréna Ahuntsic* : 10560, rue Saint-Hubert | |
| 2 | Aréna Marcelin-Wilson : 11301, boulevard de l'Acadie | |
| 3 | Bibliothèque d'Ahuntsic : 10300, rue Lajeunesse | |
| 4 | Café de Da (Internet) : 545, rue Fleury Est | |
| 5 | Centre de loisir U.F.A. : 161, boulevard Henri-Bourassa Ouest | |
| 6 | École Ahuntsic : 10615, boulevard Saint-Laurent | |
| 7 | École Évangéline : 11845, boulevard de l'Acadie | |
| 8 | École François-de-Laval : 12050, avenue du Bois-de-Boulogne | |
| 9 | École Saint-André-Apôtre : 215, rue Prieur Ouest | |
| 10 | École Saint-Benoît : 500, avenue du Mont-Cassin | |
| 11 | Église Sainte-Rita (C. Scalabrini) : 655, Allée Sauriol Est | |
| 12 | Église Saint-Judes : 10120, avenue D'Auteuil | |
| 13 | Maison de la culture d'Ahuntsic-Cartierville : 10300, rue Lajeunesse | |

*L'aréna Ahuntsic sera fermé à compter du 31 décembre 2012 en raison de sa mise aux normes



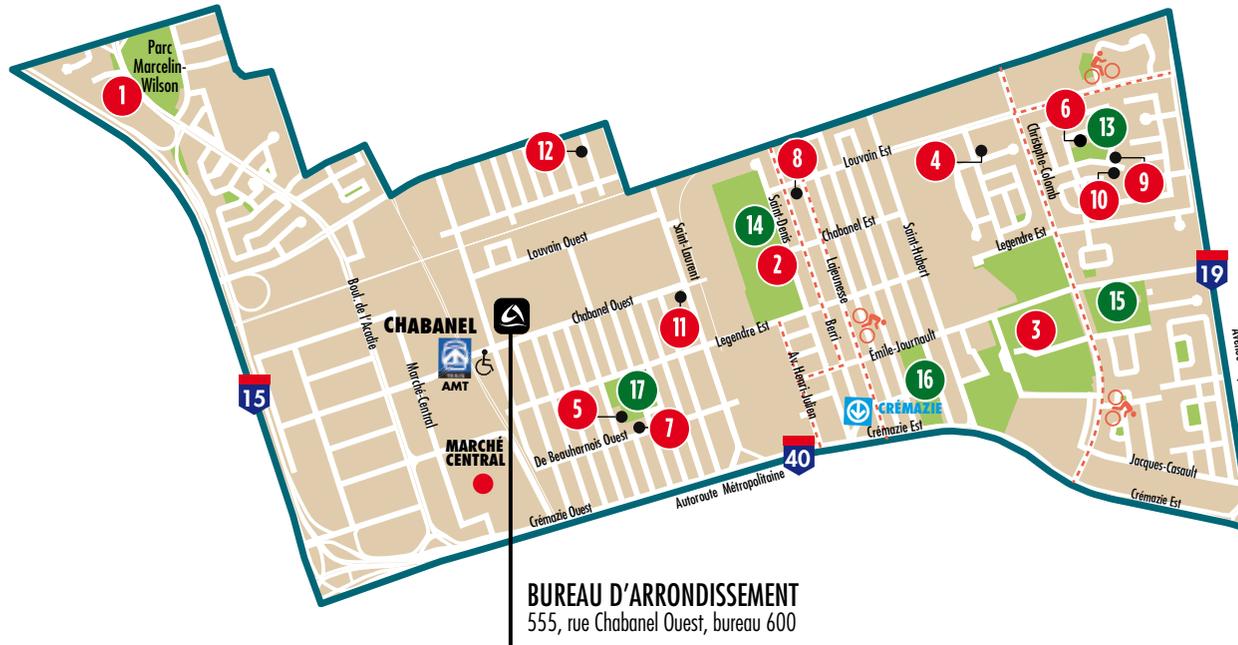
Parcs et activités

- | | | |
|----|--|--|
| 14 | Parc Ahuntsic :
10555, rue Lajeunesse | |
| 15 | Parc D'Auteuil :
350, rue Sauvé Est | |
| 16 | Parc de la Merci :
boulevard Gouin Ouest / rue Poincaré | |
| 17 | Parc Marcelin-Wilson :
350, rue Sauvé Est | |
| 18 | Parc Nicolas-Viel :
95, boulevard Gouin Ouest | |
| 19 | Parc Saint-André-Apôtre :
215, rue Prieur Ouest | |
| 20 | Parc Saint-Benoît :
rue Sauvé Ouest / rue Meilleur | |

- | | | | | |
|---------------------------|-------------|---------------------------|------------------|---------------|
| Aire de jeux | Basketball | Patinage | Raquette | Voie cyclable |
| Aire de loisirs (adultes) | Canotage | Pavillon (chalet de parc) | Ski de randonnée | Volleyball |
| Aire d'exercice canin | Football | Piscine extérieure | Soccer | |
| Athlétisme | Jeux d'eau | Planche à roulettes | Tennis | |
| Baseball | Pataugeoire | Randonnée pédestre | Toboggan | |

1 Parcs et installations de l'arrondissement

DISTRICT DE SAINT-SULPICE



BUREAU D'ARRONDISSEMENT
555, rue Chabanel Ouest, bureau 600

Installations et points d'intérêt

- 1 Centre de Bocce l'Acadie : 10526, boulevard de l'Acadie
- 2 Centre Henri-Julien : 9300, rue Saint-Denis
- 3 Complexe sportif Claude-Robillard : 1000, avenue Émile-Journault
- 4 Centre des Jeunes Saint-Sulpice : 9455, avenue Olivier-Maurault
- 5 École John Caboto : 8955, rue Meunier
- 6 École Saint-Isaac-Jogues : 9355, avenue De Galinée
- 7 École Saint-Simon-Apôtre : 195, rue de Beauharnois Ouest
- 8 Église Christ-Roi : 9485, rue Berri
- 9 Église Saint-Isaac-Jogues : 1335, rue Chabanel Est
- 10 Maison Berthe-Louard : 1322, rue Chabanel Est
- 11 Maison du monde : 20, rue Chabanel Ouest
- 12 Ring 83 : 9310, rue Saint-Urbain

Parcs et activités

- 13 Parc Berthe-Louard
9355, avenue De Galinée
- 14 Parc Henri-Julien :
9300, rue Saint-Denis
- 15 Parc Jean-Martucci :
avenue Émile-Journault / avenue Christophe-Colomb
- 16 Parc Saint-Alphonse :
avenue Émile-Journault / avenue de Chateaubriand
- 17 Parc Saint-Simon-Apôtre
rue Legendre / rue Meunier



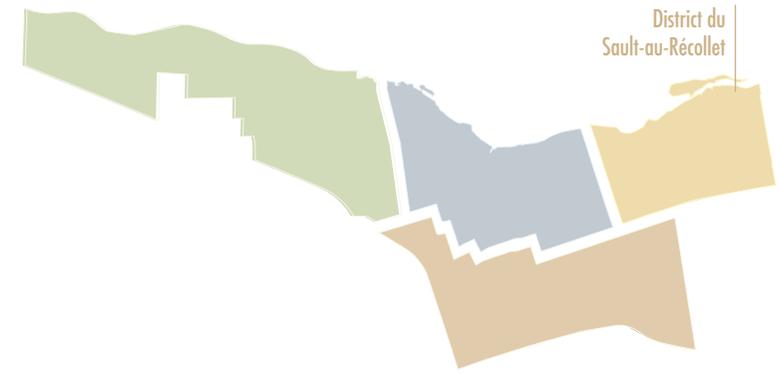
1 Parcs et installations de l'arrondissement

DISTRICT DU SAULT-AU-RÉCOLLET



Installations et points d'intérêt

- 1 Centre Saints-Martyrs-Canadiens : 10125, rue Parthenais
- 2 Collège Mont Saint-Louis : 1700, boulevard Henri-Bourassa Est
- 3 École la Visitation : 10591, rue Séguin
- 4 École Louis-Colin : 10122, boulevard Olympia
- 5 École Saint-Antoine-Marie-Claret : 10600, avenue Larose
- 6 École Saint-Paul-de-la-Croix : 10495, avenue Georges-Baril
- 7 École Saints-Martyrs-Canadiens : 9920, rue Parthenais
- 8 École Sophie-Barat : 1239, boulevard Gouin Est
- 9 École St-Pius-X : 9955, avenue Papineau
- 10 Église Saints-Martyrs-Canadiens : 10007, rue Parthenais
- 11 Maison des Hirondelles : rue Fleury Est / avenue Larose
- 12 Maison des jeunes «Le squatt» d'Ahuntsic : 1239A, boulevard Gouin Est
- 13 Piscine intérieure Sophie-Barat : 10851, rue Saint-Charles 



Parcs et activités

- 14 Parc des Hirondelles :
rue Fleury Est / avenue Larose         
- 15 Parc du Sault-au-Récollet :
rue de Saint-Firmin / rue Fleury Est         
- 16 Parc Gabriel-Lalemant :
rue Sauvé Est / rue Parthenais         
- 17 Parc-nature de L'Île-de-la-Visitation :
Chalet d'accueil : 2425, boulevard Gouin Est      
- 18 Parc-Saint-Paul-de-la-Croix :
9900, avenue Hamel       

- | | | | | |
|---|---|---|--|---|
|  Aire de jeux |  Basketball |  Patinage |  Raquette |  Voie cyclable |
|  Aire de loisirs (adultes) |  Canotage |  Pavillon (chalet de parc) |  Ski de randonnée |  Volleyball |
|  Aire d'exercice canin |  Football |  Piscine extérieure |  Soccer | |
|  Athlétisme |  Jeux d'eau |  Planche à roulettes |  Tennis | |
|  Baseball |  Pataugeoire |  Randonnée pédestre |  Toboggan | |

1 Parcs et installations de l'arrondissement

COORDONNÉES DES LIEUX D'ACTIVITÉS

LIEUX D'ACTIVITÉS

 = accessible pour les personnes à mobilité réduite



ARÉNAS

Aréna Ahuntsic
10 560, rue Saint-Hubert
514 872-6115

Aréna Marcelin-Wilson
11 301, boul. de l'Acadie
514 872-6191

BIBLIOTHÈQUES ET MAISON DE LA CULTURE

Bibliothèque d'Ahuntsic 
10 300, rue Lajeunesse
514 872-0568

Bibliothèque de Cartierville 
5900, rue de Salaberry
514 872-6989

Bibliothèque de Salaberry
4170, rue de Salaberry
514 872-1521

Maison de la culture Ahuntsic-Cartierville 
10 300, rue Lajeunesse
514 872-8749

Café de Da (Internet) 
545, rue Fleury Est
514 872-5674

CENTRE DE LOISIRS

Centre culturel de Cartierville 
5945, boul. Gouin Ouest
(2^e étage)
514 872-6248

Centre de l'Acadie
2005, rue Victor-Doré
Loisirs de l'Acadie de Montréal Inc.
514 856-2224

Centre de loisirs Union des Familles d'Ahuntsic (U.F.A.) 
161, boul. Henri-Bourassa Ouest
Union des Familles d'Ahuntsic (U.F.A.)
514 331-6413

Centre Henri-Julien 
9300, rue Saint-Denis
Loisirs Christ-Roi
514 872-3272

Centre Saints-Martyrs-Canadiens
10 125, rue Parthenais
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333

Centre de bocce l'Acadie 
10 526, boul. l'Acadie
Club de bocce l'Acadie
514 331-4555

Club de judo Hakudokan inc.
10 142, boul. Saint-Laurent
514 387-6978

Maison Berthe-Louard
1322, rue Chabanel Est
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-6699

Maison des Hirondelles 
2574, rue Fleury Est
Cercle de Fermières d'Ahuntsic
514 387-1264

ÉCOLES, POLYVALENTES ET COLLÈGES

École Ahuntsic
10 615, boul. Saint-Laurent
Union des Familles d'Ahuntsic (U.F.A.)
514 331-6413

École Évangéline
11 845, boul. l'Acadie
Loisirs de l'Acadie de Montréal Inc.
514 856-2224

École John-Caboto
8955, rue Meunier
Les copains de Saint-Simon
514 872-3273

École La Dauversière
11 600, boul. de l'Acadie
Loisirs de l'Acadie de Montréal Inc.
514 856-2224

École La Visitation
10 591, rue Séguin
Acadé-Kicks
514 995-4257

École Louis-Colin
10 122, boul. Olympia
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015

École Saint-André-Apôtre
215, rue Prieur Ouest
Union des Familles d'Ahuntsic (U.F.A.)
514 331-6413

École Saint-Antoine-Marie-Claret
10 600, av. Larose
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret
514 872-6036

École Saint-Benoît
500, av. du Mont-Cassin
Union des Familles d'Ahuntsic (U.F.A.)
514 331-6413

École Saint-Isaac-Jogues
9355, av. de Galinée
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-6699

École Sainte-Odile
12 055, rue Dépatie
Service des loisirs Sainte-Odile
514 872-6016

École Saints-Martyrs-Canadiens
9920, Parthenais
Club d'échecs Ahuntsic
info@echecsahuntsic.com

École Saint-Paul-de-la-Croix
10 495, av. Georges-Baril
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015

École Saint-Simon-Apôtre
195, rue de Beauharnois Ouest
Les copains de Saint-Simon
514 872-3273

Collège Mont Saint-Louis
1700, boul. Henri-Bourassa Est
Club d'athlétisme Impulsion
514 872-0241

Complexe sportif Sophie-Barat 
1239, boul. Gouin Est
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015

École St-Pius-X
9955, av. Papineau
514 872-0241

ÉGLISES (SOUS-SOL)

Église Christ-Roi
9485, rue Berri
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696

Église Sainte-Odile
4545, rue de Salaberry
Service des loisirs Sainte-Odile
514 872-6016

Centre Scalabrini pour réfugiés et Immigrants
655, rue Sauriol Est
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015

Église Saint-Isaac-Jogues
1331, rue Chabanel Est
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-6699

Église Saints-Martyrs-Canadiens
10 007, rue Parthenais
Assistante intervention loisirs - Ville de Montréal
514 872-3810

JEUNESSE-2000 ET MAISONS DES JEUNES

Centre des jeunes Saint-Sulpice
9455, av. Olivier-Maurault, app. 1
514 383-0282

Jeunesse-2000 l'Acadie
2005, rue Victor-Doré
514 872-9208

Jeunesse-2000 Saints-Martyrs-Canadiens
10 125, rue Parthenais
514 872-9209

Maison des jeunes d'Ahuntsic
1239 A, boul. Gouin Est
514 383-6193



Maison des jeunes de Bordeaux-Cartierville
12 120, rue Grenet
514 333-5103

JARDINS COMMUNAUTAIRES (TÉLÉPHONE : 311)

Jardin Ahuntsic
Rue Sackville/rue Prieur

Jardin Christ-Roi
Av. Millen/rue Frémont

Jardin Deschamps
Pl. Deschamps/rue Deschamps

Jardin Gérard-Legault
Rue Dudemaine/rue Michel-Sarrazin

Jardin Pierre-Lapointe
Av. Durham/boul. Henri-Bourassa

Jardin Les Castors
9550, rue Lajeunesse

Jardin Marcelin-Wilson
Pl. Marcelin-Wilson/boul. de l'Acadie

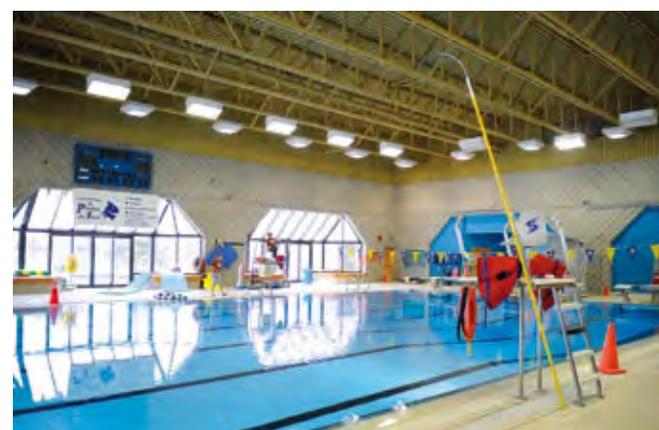
Jardin Saint-Sulpice 
Rue Émile-Journault/
Av. André-Grasset

Jardin Sault-au-Récollet 
Île-de-la-Visitation

PISCINES INTÉRIEURES

Piscine Sophie-Barat 
10 851, rue St-Charles
514 872-1136

YMCA Cartierville 
11 885, boul. Laurentien
514 313-1047



2 Organismes

- 22 ORGANISMES PARTENAIRES
- 28 ORGANISMES (PANAM) OFFRANT DES SERVICES AUX PERSONNES DE L'ÎLE DE MONTRÉAL VIVANT AVEC UNE DÉFICIENCE
- 29 SERVICES ET ORGANISMES MEMBRES DE L'ASSOCIATION RÉGIONALE POUR LE LOISIR DES PERSONNES HANDICAPÉES DE L'ÎLE DE MONTRÉAL (ALTERGO)



CULTURELS

ALLIANCE CULTURELLE

Offrir aux personnes de 50 ans et plus des activités éducatives et culturelles de haut niveau et permettre le développement de liens d'amitié et de solidarité.

1474, rue Fleury Est, H2C 1S1
514 382-5716
www.allianceculturelle.qc.ca
allianceculturelle@berthiaume-du-tremblay.com

CENTRE CULTUREL DE CARTIERVILLE

Offrir des cours d'arts visuels (dessin, modèle vivant, aquarelle, peinture, acrylique et pastel). Enseignement de qualité.

5945, boul. Gouin Ouest, 2^e étage, H4J 1E5
514 872-6248
www.centrecultureldecartierville.com
cccl1@bellnet.ca

CITÉ HISTORIA

Créé à Montréal en 1991, l'organisme œuvrant sous le nom de Cité-Historia depuis juin 1998 a pour mission de promouvoir le patrimoine du site historique du Sault-au-Récollet.

10 897, rue du Pont, H2B 2H3
514 850-4222
www.citehistoria.qc.ca
info@citehistoria.qc.ca

FESTIBLUES**FESTIBLUES INTERNATIONAL DE MONTRÉAL**

Mise sur pied d'un festival annuel de musique en plein-air situé au parc Ahuntsic. Offrir une programmation d'artistes de la scène locale, nationale et internationale.

10 780, rue Laverdure, H3L 2L9
514 337-8425
www.festiblues.com
info@festiblues.com

FOYER DE LA DANSE AHUNTSIC-CARTIERVILLE

Offrir aux jeunes, aux ados et aux adultes des cours de pré-ballet, ballet classique, Flamenco, Africo-Caraïbe, Baladi, Hip-hop, etc.

2005, rue Victor-Doré, H3M 1S4
514 334-6549
poladians@hotmail.com

LOISIRS

CLUB DE BOCCÉ L'ACADIE

Offrir un lieu de pratique pour le bocce à une clientèle variée.

10 526, boul. de l'Acadie, H4N 1L9
514 331-4555

CLUB D'ÉCHECS AHUNTSIC

Le club offre un cadre convivial dans lequel pratiquer le jeu d'échecs. Activités offertes : jeu libre, tournois hebdomadaires et plusieurs événements spéciaux.

10 125, rue Parthenais, H2B 2L6
www.echecsahuntsic.com
info@echecsahuntsic.com

CLUB D'ORNITHOLOGIE D'AHUNTSIC DE MONTRÉAL (COA)

Favoriser le développement du loisir ornithologique et promouvoir l'éducation et la conservation.

10 780, rue Laverdure, local 306, H3L 2L9
438 338-4138
www.coamontreal.org
info@coamontreal.org

LES COPAINS DE SAINT-SIMON

Favoriser l'activité physique chez les enfants de 6-12 ans.

195, rue de Beauharnois Ouest, H2N 1K1
514 872-3273
copains.stsimon@hotmail.com

LOISIRS DE L'ACADIE DE MONTRÉAL

Offrir un éventail de services de loisirs et d'activités communautaires dans le but de contribuer à la qualité de vie de tous les citoyens en offrant des activités qui répondent à leurs besoins tout en considérant les réalités du milieu.

2005, rue Victor-Doré, H3M 1S4
514 856-2224
www.loisirsdelacadie.ca
info@loisirsdelacadie.ca

LOISIRS SAINT-ANTOINE-MARIE-CLARET

Offrir des activités sportives et culturelles appropriées aux besoins de la population en respectant l'esprit communautaire et la règle de l'autofinancement.

10 600, avenue Larose, H2B 2Z3
514 872-6036

LOISIRS SAINT-ISAAC-JOGUES

Offrir des activités de loisirs aux résidents de tous âges, afin d'avoir une vie de quartier dynamique et active.

1322, rue Chabanel Est, H2M 1E1
514 872-6699
www.loisirsstij.com
loisirs.stij@gmail.com

LOISIRS SOPHIE-BARAT

Favoriser l'accès à des activités culturelles et sportives.

1221, rue Fleury Est, CP 35053, H2C 3K4
514 872-1015
www.loisirsophiebarat.ca
infos@loisirsophiebarat.ca

LOISIRS SAINTS-MARTYRS-CANADIENS

Offrir à la population une programmation variée d'activités physiques, culturelles et de loisirs, comprenant un club de vacances pour les enfants âgés de 3 à 12 ans.

10 125, rue Parthenais, H2B 2L6
514 872-5333
www.loisirsstsmartyrs.com
loisirs_saints_martyrs@hotmail.com

MONOVIE AHUNTSIC INC. - SECTION DANSE

Favoriser et encourager l'épanouissement et les rencontres entre les personnes seules par des cours de danse.

10 007, rue Parthenais, H2B 2L3
514 240-3234

SERVICE DES LOISIRS CHRIST-ROI

Offrir un maximum d'activités physiques, artistiques ou culturelles aux habitants de l'arrondissement, aussi bien pour les jeunes que pour les adultes.

9485, rue Berri, H2M 1R3
514 872-6696
www.loisirschristroi.com
info@loisirschristroi.com

SERVICE DES LOISIRS SAINTE-ODILE

Offrir des activités de loisirs, sportives, récréatives et culturelles, ainsi qu'un club de vacances à la population de Bordeaux-Cartierville.

12 055, rue Dépatie, H4J 1W9
514 872-6016
www.slsso.ca
information@slsso.ca

UNION DES FAMILLES D'AHUNTSIC

Organiser et gérer des activités de loisirs pour tous les âges pour les résidents d'Ahuntsic. Organiser un camp de jour durant l'été pour les jeunes de 6-12 ans.

161, boul. Henri-Bourassa Ouest, H3L 1N2
514 331-6413
www.loisirsufa.ca
loisirsufa@loisirsufa.ca

CLUBS D'ÂGE D'OR

CLUB DE L'ÂGE D'OR L'HARMONIE

Regrouper les aînés de plusieurs origines pour les divertir par des jeux, des repas et des voyages au plus bas prix possible.

9067, rue de Reims, H2N 1T2
514 389-1708
rgprtrs@hotmail.com

CLUB DE L'ÂGE D'OR HENRI-JULIEN

Offrir des activités de loisirs aux personnes du troisième âge et les sortir de leur isolement.

9300, rue Saint-Denis, H2M 1P1
514 389-5932
dubuc@videotron.ca

CLUB D'ÂGE D'OR POMPEI II

Offrir des loisirs aux personnes du troisième âge dans le secteur du parc des Hirondelles.

10 100, rue Larose, H2B 3C7
514 387-3088

CLUB D'ÂGE D'OR SAINT-NICOLAS-SAINT-JUDE

Offrir des activités de loisirs aux personnes du troisième âge.

10 120, avenue D'Auteuil, H3L 2K1
514 651-9910

CLUB D'ÂGE D'OR SAINT-ALPHONSE/MARIA S.S. DELLE GRAZIE

Briser l'isolement et faire participer les aînés du quartier à des activités récréatives et sociales dans le but d'améliorer leur qualité de vie.

5310, rue Paimpol, HIS 1C9
514 729-6571

CLUB D'ÂGE D'OR SAINTS-MARTYRS-CANADIENS

Organiser des activités récréatives et sociales pour les aînés du secteur.

10 007, rue Parthenais, H2B 2L3
514 387-7081

CLUB DES AÎNÉS DU DOMAINE SAINT-SULPICE

Organiser des activités pour sortir les aînés de leur solitude : sorties, cours de danse, etc.

1322, rue Chabanel Est, H2M 1E1
514 382-4197

MAISON DES JEUNES

CENTRE DES JEUNES SAINT-SULPICE

Intervenir auprès des jeunes et des familles de diverses communautés culturelles résidant dans les HLM Saint-Sulpice, André-Grasset et Meunier-Tolhurst.

9455, av. Olivier-Maurault #1, H2M 1Z5
514 383-0282
www.saint-sulpice.org
info@saint-sulpice.org

JEUNESSE 2000 SAINTS-MARTYRS-CANADIENS

Offrir une variété d'activités PAR et POUR les adolescents âgés entre 12 et 18 ans.

10 125, rue Parthenais, H2B 2L6
514 872-9209
Voir page Facebook : jeunesse smc
j2000smc@hotmail.com

MAISON DES JEUNES BORDEAUX-CARTIERVILLE

Offrir aux jeunes un lieu de rencontre animé accessible et disponible offrant une écoute, un soutien éducatif en complémentarité avec l'école et la possibilité d'expérimenter leur liberté.

12 120, rue Grenet, H4J 2P4
514 333-5103
www.mdjbc.org
info@mdjbc.org

MAISON DES JEUNES D'AHUNTSIC (LE SQUATT)

Offrir un lieu d'accueil animé aux jeunes de 12 à 17 ans en leur apprenant à devenir actifs, critiques et responsables au contact d'adultes significatifs.

1239, boul. Gouin Est, H2C 1B3
514 383-6193
lesquatt@gmail.com

PLEIN-AIR

ASSOCIATION RÉCRÉOCULTURELLE AHUNTSIC-CARTIERVILLE (ARAC)

Mettre en valeur le potentiel récréoculturel de l'arrondissement par le développement et la coordination d'activités culturelles, de loisirs, sportives et de plein air.

545, rue Fleury Est, bur. 1.145, H3L 1G6
514 389-9383
www.arac.biz
arac.info@gmail.com

CLUB DE CANOTAGE DE CARTIERVILLE

Promouvoir, dans une ambiance familiale, le canotage de vitesse en fournissant des instructeurs qualifiés et des équipements sécuritaires.

12 530, rue Cousineau, H4K 1R1
514 335-6965
http://pages.videotron.com/clubcano

MONOVIE AHUNTSIC INC. - SECTION PLEIN-AIR

Favoriser la socialisation et la mise en forme physique par des activités de plein-air en groupe : randonnée pédestre, vélo, ski de fond et raquette.

514 253-3022
lucien.legault@videotron.ca

PARC-NATURE DU BOIS-DE-LIESSE

9432, boul. Gouin Ouest, H8Y 1T4
514 280-6729

PARC-NATURE DE L'ÎLE-DE-LA-VISITATION

2425, boul. Gouin Est, H2B 1X7
514 280-6733

SOUTIEN COMMUNAUTAIRE

ASSOCIATION DES RETRAITÉS D'AHUNTSIC

Offrir différents cours ainsi que plusieurs activités gratuites répondant aux besoins et aux choix des aînés. Des moments de rencontre et de détente ont aussi lieu lors des Mardis de l'ARA.

1474, rue Fleury Est, H2C 1S1
514 382-0310, poste 101

BOIS URBAIN

Favoriser l'insertion sociale et professionnelle de personnes confrontées à des difficultés d'emploi par : la fabrication, la vente et la restauration de meubles résidentiels et commerciaux ; la vente et l'installation d'armoires de cuisine et la confection d'objets et de composantes.

9015, rue Meilleur, H2N 2A3

514 388-5338

www.boisurbain.org
bu@boisurbain.org

CARREFOUR D'AIDE AUX NOUVEAUX ARRIVANTS (CANA)

Favoriser la participation économique et sociale des personnes immigrantes à la société québécoise en les appuyant et en les accompagnant dans leur parcours d'intégration.

10 780, rue Laverdure, H3L 2L9

514 382-0735

www.cana-montreal.org
infocana@cana-montreal.org

CARREFOUR JEUNESSE-EMPLOI AHUNTSIC-BORDEAUX-CARTIERVILLE

Soutenir les jeunes de 16 à 35 ans dans leurs démarches de recherche d'emploi et d'orientation dans le but de favoriser leur intégration socioprofessionnelle.

10 794, rue Lajeunesse, H3L 2E8

514 383-1136

www.cje-abc.qc.ca
administration@cje-abc.qc.ca

CARTIER ÉMILIE – FRIPERIE

Aider les personnes démunies en leur assurant des conditions minimales de vie et de croissance et en favorisant chez ces personnes une plus grande autonomie. Ventes et dons de vêtements et d'articles de maison dans Bordeaux-Cartierville.

514 658-3126

www.cartieremilie.com
le.cartier@videotron.ca

CDEC AHUNTSIC-CARTIERVILLE

Initier et soutenir des projets qui allient résultats économiques et gains sociaux. Offrir de nombreux services-conseils ainsi que du financement aux entrepreneurs du territoire. Être un acteur engagé dans sa communauté.

433, rue Chabanel Ouest, bur. 304, H2N 2J4

514 858-1018

www.cdec.qc.ca
info@cdec.qc.ca

CERCLE DE FERMIERES D'AHUNTSIC

Regrouper des femmes vouées à l'amélioration des conditions de vie de la femme et de sa famille et la transmission du patrimoine culturel et artisanal.

2574, rue Fleury Est, H2B 1L5

514 387-1264

CONCERTATION-FEMME

Doter la population féminine locale de services communautaires visant l'amélioration de la qualité de vie d'une clientèle susceptible de vivre l'isolement et peu autonome socialement et financièrement.

2005, rue Victor-Doré, bur. 220, H3M 1S4

514 336-3733

www.concertationfemme.ca
info@concertationfemme.ca

CENTRE DE RESSOURCES ÉDUCATIVES ET COMMUNAUTAIRES POUR ADULTES (CRÉCA)

Offrir du soutien pour l'alphabétisation, des cours de francisation-alpha, des ateliers informatiques et des ateliers d'éducation populaire. Une halte-garderie offre du répit aux familles.

10 770, rue Chambord, H2C 2R8

514 596-7629

www.creca.net
administration@creca.net

CENTRE D'UNION MULTICULTURELLE ET ARTISTIQUE DES JEUNES (CUMAJ)

Eduquer et encadrer les jeunes par une formation socioprofessionnelle et une participation à des activités ludiques afin de les aider à maintenir un équilibre psychosocial et financier via un emploi stable.

10 125, rue Parthenais, H2B 2L6

514 389-6644

http://cumaj.chez.com
cumaj66@yahoo.ca

ENTRAIDE BOIS-DE-BOULOGNE

Promouvoir une citoyenneté responsable et une intégration harmonieuse à la société d'accueil. Créer des espaces de réflexion, de dialogue et d'échanges interculturels.

2005, rue Victor-Doré, H3M 1S4

514 332-4222

entraidebdb@bellnet.ca

LA CORBEILLE

AHUNTSIC-CARTIERVILLE
Aider les personnes en situation d'exclusion par le biais de formation sur 4 plateaux d'apprentissage : préposé(e) à l'accueil, commis d'épicerie, aide-cuisinier(ière) et serveur(euse) aux tables. Aussi, service d'épicerie communautaire.

5090, rue Dudemaine, H4J 1N6

514 856-0838

www.lacorbeillebc.org
info@lacorbeillebc.org

LA MAISON BUISSONNIÈRE

Offrir un espace de jeu et un lieu de socialisation des enfants de 0 à 4 ans accompagnés de leur(s) parents(s).

10 125, rue Parthenais, H2B 2L6

514 276-9779

www.maisonbuissonniere.org
info@maisonbuissonniere.org

LA MAISON DES PARENTS DE BORDEAUX-CARTIERVILLE

Travailler à l'amélioration des conditions de vie des parents en vue de favoriser leur épanouissement et leur bien-être par une approche globale, incluant la prévention, l'information et le support.

12 191, rue Lachapelle, H4J 2P2

514 745-1144

www.lamdpc-c.org
info@lamdpc-c.org

MAISON DE LA VISITE

Offrir un lieu de rencontre pour faciliter la participation responsable des parents et des citoyens pour la réussite scolaire des enfants et pour l'amélioration de la qualité de la vie du milieu de vie immédiat à l'école La Visitation.

514 596-5295, poste 5642

maisondelavisite@gmail.com

PAUSE-FAMILLE

Venir en aide aux familles d'Ahuntsic ayant des enfants de moins de 5 ans. Les services offerts sont : comptoir de vêtements et d'accessoires pour bébé, halte-répit éducative, des ateliers de stimulation parents / enfants et des ateliers d'éveil préscolaire 4-5 ans.

10 780, rue Laverdure, H3L 2L9

514 382-3224

www.pausefamille.ca
info@pausefamille.ca

RELAX ACTION

Apporter un soutien communautaire aux personnes vivant avec un problème de santé mentale dans leur démarche vers un mieux-être : aide la personne à vivre et à s'épanouir dans la communauté à laquelle elle appartient.

10 780, rue Laverdure, bur. 213
H3L 2L9

514 385-4868

www.relaxactionmtl.com
info@relaxactionmtl.com

REPÈRE

Favoriser le développement de la paternité par le partage et l'apprentissage. Offrir des services de formation et d'information et des activités divertissantes réunissant parents et enfants.

10 780, rue Laverdure, H3L 2L9

514 381-3511

www.repere.org
repere@repere.org

SERVICE DE NUTRITION ET D'ACTION COMMUNAUTAIRE (SNAC)

Contre la sous-alimentation par le biais de l'information, de l'éducation et de l'action communautaire.

10 780, rue Laverdure, local 003
H3L 2L9

514 385-6499

www.lesnac.com
info@lesnac.com

TANDEM AHUNTSIC-CARTIERVILLE

Promouvoir la sécurité et le sentiment de sécurité de la communauté par des actions préventives et l'implication citoyenne.

2005, rue Victor-Doré, bur. 204
H3M 1S4

514 335-0545

www.tandem-ahuntsic-cartierville.com
tmac@bellnet.ca

CADETS ET SCOUTS**CORPS DE CADETS 977 LA DAUVERSIÈRE**

Aider les garçons et filles de 12 à 18 ans à développer leurs qualités de leaders et leur forme physique dans un milieu qui offre des activités sportives, des cours d'orientation, de tir, de premiers soins et de musique.

2005, rue Victor-Doré, local b-16
H3M 1S4

www.cc977.ca
cmdt.977armee@cadets.qc.ca

SCOUTS

Contribuer à l'éducation des jeunes grâce à un système de valeurs axé sur la promesse et la loi scout qui consiste à bâtir un monde où les gens sont épanouis et jouent un rôle constructif dans la société.

1st David Thompson

8955, rue Meunier, H2N 1W3

514 389-5626

www.scouts.ca/fr
ron.zemancik@gmail.com

103° GROUPE SCOUT SAINT-ANDRÉ-APÔTRE

10 505, av. de l'Esplanade, H3L 2W6

514 686-0473

www.scoutsmm.qc.ca
scout_103@hotmail.com

105° GROUPE SCOUT CHRIST-ROI

9300, rue Saint-Denis, H2M 1P1

514 858-0596

www.105christroi.org
christroi05@yahoo.ca

225° GROUPE SCOUT SAINT-ISAAC-JOGUES

1331, rue Chabanel Est, H2M 2N8

514 721-3072

230° GROUPE SCOUTS SAINT-ANTOINE-MARIE-CLARET

514 955-0632

246° GROUPE SCOUT BOIS-DE-BOULOGNE

10 025, boul. L'Acadie, H4N 2S1

514 978-0778

253° GROUPE SCOUT SAINT-MARON

10 755, av. Saint-Charles, H2C 2M1

450 933-5979

278° GROUPE SCOUT HOMENETMEN-GAMK

3401, rue Nadon, H4J 1P5

514 331-2764

CONCERTATIONS LOCALES**CONSEIL LOCAL DES INTERVENANTS COMMUNAUTAIRES DE BORDEAUX-CARTIERVILLE (CLIC)**

Favoriser la concertation et susciter ou mener des actions communes, contribuant à l'amélioration de la qualité de vie des citoyens de son territoire.

2005, rue Victor-Doré, bur. 214
H3M 1S4

514 332-6348

www.clic-bc.ca
infos@clic-bc.ca

SOLIDARITÉ AHUNTSIC

Rassembler les acteurs sociaux, communautaires et politiques, ainsi que les résidents pour le développement social du quartier Ahuntsic.

10 780, rue Laverdure, bur. 116
H3L 2L9

514 382-9090

TABLE DE CONCERTATION JEUNESSE AHUNTSIC

Promouvoir et favoriser la concertation entre ses membres pour susciter des actions communes visant les jeunes d'Ahuntsic.

10 780, rue Laverdure, H3L 2L9

514 384-2000, poste 8479

TABLE DE CONCERTATION JEUNESSE BORDEAUX-CARTIERVILLE

Contribuer au développement des jeunes de moins de 25 ans par la concertation entre les acteurs du milieu, les citoyens, les parents et les jeunes, afin d'initier et de consolider des actions répondant à leurs besoins.

11 822, av. Bois-de-Boulogne, H3M 2X6

514 331-2288, poste 4607



SPORTIFS

ACADÉ-KICKS

(Taekwondo WTF)  Augmenter la persévérance scolaire par l'utilisation des principes et valeurs des arts martiaux.

9850, rue Tolhurst, H3L 2Z8
514 995-4257
www.acadekicks.com

ASSOCIATION DE BASEBALL

AHUNTSIC-CARTIERVILLE (anciennement Baseball L.S.P.) Promouvoir le baseball et offrir un encadrement aux filles et aux garçons de 4 à 22 ans pour la pratique du baseball récréatif.

C.P. 35052 succ. Sault-au-Récollet, H2C 3K4
514 962-3424
www.baseball-ac.com
info@baseball-ac.com

ASSOCIATION DES BRAVES D'AHUNTSIC - DIVISION HOCKEY



Offrir la pratique du hockey pour les enfants, adolescents et adultes de 3 à 77 ans, de débutants à experts.

9300, rue Saint-Denis, H2M 1P1
514 956-1955
www.ahmba.ca
braves1955@hotmail.com

ASSOCIATION DES BRAVES D'AHUNTSIC - DIVISION SOCCER



Développer et encadrer les enfants dans la pratique du soccer 12 mois par année.

B.P. 283 Succ. Ahuntsic, H3L 3N8
514 210-9496
www.braves-ahuntsic.ca
info@braves-ahuntsic.ca

ASSOCIATION MONTRÉLAISE D'HALTÉROPHILIE ET DE LA FORCE SPORTIVE (AMHEFS)



Promouvoir l'haltérophilie sur l'île de Montréal, depuis 1997.

502, rue de la Mistassini (Repentigny), J5Y 0E9
514 755-1978
fedhaltero.qc.ca/informations.html
richardmalboeuf@hotmail.com

CLUB AQUATIQUE LES PIRAHNAS DU NORD (CAPN)



Offrir des services aquatiques de qualité par et pour les jeunes et résidents de l'arrondissement d'Ahuntsic-Cartierville.

C.P. 332 Succ. Ahuntsic, H3L 3N9
514 385-1525
www.clubcapn.com
coordocapn@gmail.com

CLUB D'ATHLÉTISME IMPULSION

Offrir des activités d'initiation à l'athlétisme pour les jeunes de 6 à 14 ans.



555 rue Chabanel Ouest, bur. 600, H2N 2H8
1-888-418-8922

CLUB DE BADMINTON LES RAQUETTES DU NORD DE MONTRÉAL (CBRNM)

S'adresse aux adultes qui désirent pratiquer le badminton et aux jeunes de 8 à 17 ans qui désirent apprendre les rudiments du badminton et s'initier à la compétition.

555, rue Chabanel Ouest, bur. 600 H2N 2H8
514 872-0241
Facebook : CBRNM
cbrnm.info@gmail.com

CLUB DE BOCCÉ L'ACADIE

10 526, boul. L'Acadie, H4N 1L9
514 331-4555

CLUB DE BOXE RING'83

Promouvoir la boxe et faire connaître les valeurs que ce sport offre, par un encadrement et un équipement adéquat et sécuritaire.



9810, rue St-Urbain, H3L 2T2
514 872-6137

CLUB DE HANDBALL D'AHUNTSIC-CARTIERVILLE



Promouvoir la pratique du handball dans l'arrondissement Ahuntsic-Cartierville et mettre sur pied en entraînant des équipes représentant l'arrondissement dans diverses compétitions.

514 856-6134
www.handball-chac.com
handball-chac@hotmail.ca

CLUB DE JUDO HAKUDOKAN



Initiation au judo.

10 142, boul. Saint-Laurent, H3L 2N7
514 387-6978
www.judohakudokan.com
club@judohakudokan.com

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE L'ACADIE (CPA ACADIE)

Offrir des cours de patinage artistique aux jeunes de 3 à 17 ans.



C.P. 181 Succ. Ahuntsic, H3L 3N7
514 686-2720
www.cpaacadie.com
info@cpaacadie.com

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE AHUNTSIC (CPA AHUNTSIC)

Offrir des programmes d'initiation au patinage, d'apprentissage et de perfectionnement du patinage artistique, à une clientèle âgée de 3 à 17 ans.



514 961-8959
www.cpaahuntsic.com
info@cpaahuntsic.com

CLUB DE PATINAGE DE VITESSE MONTRÉAL AHUNTSIC (CPVMA)

Promouvoir le patinage de vitesse auprès des jeunes de 5 à 17 ans où ils pourront se développer tant aux plans physique que mental et affectif.

1380, rue Prieur Est H2C 1L2
514 668-4931
www.cpvma.org
cpvmah@gmail.com



CLUB DOJOKAI KARATÉ-DO

Promouvoir le karaté auprès des jeunes enfants et adultes pour aider à l'épanouissement psychique et physique de la personne.



C.P. 26023 Succ. Salaberry, H3M 3E8
514 969-4482
www.dojokai.com

CLUB GYMNIX

Offrir « Le tour du monde de Karibou », activités motrices pour enfants.



1000, av. Émile-Journault, H2M 2E7
514 872-1536
www.gymnix.com
clubgymnix@gymnix.ca

FÉDÉRATION SPORTIVE SALABERRY (FSS)



Promouvoir et encourager la pratique du soccer dans le quartier Bordeaux-Cartierville. Organiser les équipes et les matchs de soccer.

2005, rue Victor-Doré, bur. 218b, H3M 1S4
www.fssalaberry.ca

ORIOLES DE MONTRÉAL (Baseball AA)

Promouvoir le baseball compétition dans l'arrondissement Ahuntsic-Cartierville avec des entraîneurs qualifiés et dynamiques. Chez les Orioles, « C'est le fun à l'os » est notre slogan!

7930 boul. Saint-Laurent, H2R 1X2
514 944-1059
www.oriolesdemontreal.org
jeanetchantale@videotron.ca

ASSOCIATIONS RÉGIONALES

ASSOCIATION RÉGIONALE DE BADMINTON DE MONTRÉAL

514 722-2551, poste 500
abrmontreal@hotmail.com

ASSOCIATION RÉGIONALE DE BASKETBALL DE MONTRÉAL

514 252-3051, poste 3511
dgrimard@basketball.qc.ca

ASSOCIATION RÉGIONALE DE CROSSE DE MONTRÉAL

514 335-1934
info@crossemontreal.com

RÉPONDANT RÉGIONAL DE CURLING DE MONTRÉAL

www.curlinglonguepointe.com
laurier@sympatico.ca

RÉPONDANT RÉGIONAL D'ESCRIME DE MONTRÉAL

514 252-3045
dominiqueteisseire@hotmail.com

ASSOCIATION RÉGIONALE DE GYMNASTIQUE DE MONTRÉAL

514 484-1541
g.l.dupless@sympatico.ca

ASSOCIATION DE HANDBALL OLYMPIQUE CONCORDIA

514 844-3826
www.handball-montreal.com
ahoc@hotmail.ca

HOCKEY MONTRÉAL

514 722-2551, poste 202
www.hockeymontreal.ca
info@hockeymontreal.ca

ASSOCIATION RÉGIONALE DE JUDO DE MONTRÉAL

514 917-0201
www.judo-montreal.qc.ca
judoanjou@hotmail.com

ASSOCIATION RÉGIONALE DE KINBALL DE MONTRÉAL

514 722-2551, poste 225
www.arkb.qc.ca
kinball@csmc-sport.qc.ca

ASSOCIATION RÉGIONALE DES SPORTS AQUATIQUES DE MONTRÉAL

514 384-8295
michel.comtois@rbc.com

SECTEUR NAGE SYNCHRONISÉE

514 872-6781
www.montrealsynchro.com
admin@montrealsynchro.com

ASSOCIATION RÉGIONALE DE NATATION MONTRÉAL/BOURASSA

nicoleno@sympatico.ca

ASSOCIATION RÉGIONALE DE PATINAGE ARTISTIQUE DE MONTRÉAL

514 722-2551, poste 112
www.patinageartistiquemontreal.com
patart@csmc-sport.qc.ca

ASSOCIATION RÉGIONALE DE PATINAGE DE VITESSE DE MONTRÉAL

514 642-2021
lyne_paquet@videotron.ca

ASSOCIATION RÉGIONALE DE RINGUETTE DE MONTRÉAL

514 722-2551, poste 401
flarchitecte@sympatico.ca

ASSOCIATION RÉGIONALE DE RUGBY DE MONTRÉAL

514 855-4208, poste 6481
sylvie.genest@csmb.qc.ca

ASSOCIATION RÉGIONALE DE SPORTS DE BALLE

514 722-2551, poste 219
asbm@csmc-sport.qc.ca

ASSOCIATION RÉGIONALE DE MONTRÉAL MÉTROPOLITAIN DE TAEKWON-DO ITF

514 642-8845
www.armmt-itf.ca
vforget@tkd-itf-vf.com

ASSOCIATION RÉGIONALE DE TAEKWON-DO WTF

514 898-3657
www.art-mtl.netai.net
ligeros@hotmail.com

TENNIS DE TABLE DE MONTRÉAL

514 993-6299
www.tennissetablemtl.ca
michaeltai.nguyen@gmail.com

ASSOCIATION DE TIR À L'ARC

grace.cioffimq@hotmail.com

ASSOCIATION DE ULTIMATE DE MONTRÉAL

514 303-4048
www.montrealultimate.ca
jl.champagne@montrealultimate.ca

ASSOCIATION RÉGIONALE DE VOLLEYBALL

514 722-2551, poste 402
www.volleballmontreal.com
info@volleyballmontreal.com

2 Organismes

ORGANISMES (PANAM) OFFRANT DES SERVICES AUX PERSONNES DE L'ÎLE DE MONTRÉAL VIVANT AVEC UNE DÉFICIENCE

DÉFICIENCE AUDITIVE

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE POUR ENFANTS AVEC PROBLÈMES AUDITIFS (AQEPA)
(Section Montréal)
514 842-3926 (ATS)
www.aqepa.org

ASSOCIATION SPORTIVE DES SOURDS DU QUÉBEC (ASSQ)
info@assq.org
www.assq.org

CENTRE DE LOISIRS DES SOURDS DE MONTRÉAL (CLSM)
514 383-0012 (ATS)
Relais Bell : 1 800 855-0511
clsm@cam.org
www.clsm.biz

DÉFICIENCE INTELLECTUELLE ET AUTISTE

ASSOCIATION DE MONTRÉAL POUR LA DÉFICIENCE INTELLECTUELLE (AMDI)
514 381-2300
www.amdi.info

AUTISME ET TROUBLES ENVAHISSANTS DU DÉVELOPPEMENT MONTRÉAL
514 524-6114
www.autisme-montreal.com

CORPORATION L'ESPOIR
514 367-3757
www.corporationespoir.org

LE CENTRE DIDACHE
514 274-9358
www.centredidache.com

LA FÉDÉRATION GYMN-EAU
514 721-3663
www.gymn-eau.org

OLYMPIQUES SPÉCIAUX
514 843-8778
www.josq.qc.ca

PARRAINAGE CIVIQUE MONTRÉAL
514 843-8813
www.parrainagemontreal.org

DÉFICIENCE PHYSIQUE

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES TRAUMATISÉS CRÂNIENS (AQTC MONTRÉAL)
514 274-7447
www.aqtc.ca

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE VOILE ADAPTÉE (AQVA)
514 846-2171
www.aqva.com

CENTRE ACTION
514 366-6868
www.centreaction.org

CENTRE COMMUNAUTAIRE RADISSON
514 252-1671
www.centreradisson.org

CENTRE D'INTÉGRATION À LA VIE ACTIVE (CIVA)
514 935-1109
www.civa.qc.ca

CORPUSCULE DANCE
514 759-5316
www.corpusculedance.com

LOISIRS SOLEIL
514 759-6522
www.loisirssoleil.org

JUNI-SPORT
514 498-4808
www.juni-sport.com

THÉÂTRE APHASIQUE
514 288-8201
www.theatreaphasique.org

VIOMAX
514 527-4527
www.viomax.org

DÉFICIENCE VISUELLE

ASSOCIATION DES SPORTS POUR AVEUGLES DE MONTRÉAL
514 252-3178
www.sportsaveugles.qc.ca

FONDATION DES AVEUGLES DU QUÉBEC
514 259-9470
www.aveugles.org

ORGANISMES POUR SANTÉ MENTALE

CENTRE DE JOUR L'ÉCHELON
514 351-0836
cdj@maisonechelon.ca
www.maisonechelon.ca

ENTRAIDE SAINT-MICHEL
514 593-7344
www.entraidesaintmichel.org

TOUTES DÉFICIENCES

SOLIDARITÉ DE PARENTS DE PERSONNES HANDICAPÉES
514 254-6067
www.spph.net

VISIONS SUR L'ART DU QUÉBEC
514 597-2058
www.vsaq.org



SERVICES ET ORGANISMES MEMBRES DE L'ASSOCIATION RÉGIONALE POUR LE LOISIR DES PERSONNES HANDICAPÉES DE L'ÎLE DE MONTRÉAL (ALTERGO)



AlterGo soutient l'inclusion sociale des personnes vivant avec une déficience, sur l'île de Montréal, par l'abolition des obstacles d'accès au loisir.

514 933-2739 (ATS)

info@altergo.net
www.altergo.net

La carte d'accompagnement de la Société de transports de Montréal : une liberté de sortie pour vos activités de loisirs!

Permet un accès gratuit au réseau d'autobus et de métro à l'accompagnateur des personnes vivant avec une déficience intellectuelle, psychique ou visuelle.

514 280-8211 poste 4
www.stm.info/t-adapte

Un stationnement ou un débarcadère devant votre domicile

Pour les personnes à mobilité réduite, il est possible d'acquies un stationnement ou un débarcadère (utilisateurs du transport adapté) réservé devant votre domicile. Certaines conditions s'appliquent.

514 868-5278



Recensement des personnes ayant des limitations fonctionnelles

Si vous avez de la difficulté à vous déplacer, en raison d'une déficience motrice, visuelle, auditive ou autre, le Service de sécurité Incendie de Montréal (SIM) vous invite à vous y inscrire. En cas d'urgence et/ou de sinistre, ce programme permet aux pompiers d'intervenir plus efficacement.

514 872-3775

Programme d'adaptation de domicile (PAD)

Ce programme offre une aide financière aux personnes handicapées afin de payer le coût des travaux pour adapter leur domicile à leurs besoins.

Certaines conditions doivent être respectées.

1 800 463-4315

www.habitation.gouv.qc.ca/adapter_mon_logement_personnes_handicapees

2 Organismes

SERVICES ET ORGANISMES MEMBRES DE L'ASSOCIATION RÉGIONALE POUR LE LOISIR DES PERSONNES HANDICAPÉES DE L'ÎLE DE MONTRÉAL (ALTERGO)

Vignette d'accompagnement touristique et de loisir (VATL)

Cette vignette permet l'accès gratuit aux accompagnateurs de personnes ayant des limitations fonctionnelles permanentes, lors de visites de sites touristiques, culturels et récréatifs identifiés.

514 933-2739

www.altergo.net/programmes/vignette.html

Les systèmes d'aide à l'audition

Les personnes malentendantes ont désormais accès à un réseau de salles de cinéma, de salles de spectacles, d'amphithéâtres et de maisons de la culture équipées d'un système d'aide à l'audition à Montréal.

Pour avoir accès à liste complète des sites disposant de ce système :

www.adsmq.org/montreal.htm



Programme d'accompagnement en loisir

Favorise l'accessibilité des activités de loisir pour les personnes ayant des limitations fonctionnelles qui ont besoin d'accompagnement pour participer.

La date limite pour les inscriptions est toujours à la fin mars de chaque année.

514 933-2739

www.altergo.net/programmes/accloi.html



Biblio-courrier

Un service gratuit de prêt de documents à domicile offert aux usagers montréalais de 65 ans et plus et aux personnes ayant des limitations fonctionnelles.

514 872-2901

Le Service québécois du livre adapté (SQLA)

La Grande Bibliothèque offre gratuitement à tous les Québécois ayant une déficience visuelle la possibilité d'emprunter des livres en braille, des livres sonores, des documents numériques et des ouvrages multi-supports, livrés gratuitement à leur domicile.

514 873-4454

La vignette de stationnement amovible de la SAAQ

Permet à toute personne à mobilité réduite de façon permanente, conducteur ou passager, d'utiliser les espaces de stationnement réservés aux personnes handicapées. Certificat médical requis.

514 873-7620 OU

514 954-7763 (ATS)

www.saaq.gouv.qc.ca



Le Publiphone

Une ressource indispensable pour les personnes ayant une déficience visuelle et les personnes ayant des difficultés de lecture. C'est un système interactif qui contient près de 350 rubriques diversifiées.

514 277-4401

Service offert du lundi au vendredi, à partir de 16 h 30, le samedi et le dimanche 24h sur 24.

Le Répertoire en ligne des activités de loisirs des organismes de personnes handicapées

Permet d'effectuer une recherche pour obtenir des renseignements sur les organismes membres d'AlterGo et de consulter leur fiche.

www.altergo.net/repervmp/indexrep.htm

3 Sports et Loisirs

34 MODALITÉS D'INSCRIPTION

36 ACTIVITÉS DE A À Z

36 Familiales (parent/enfant)

36 Tout-petits

38 Jeunes et adolescents

54 Adultes

68 Aînés

71 SPORTS DE GLACE

73 SPORTS AQUATIQUES



L'arrondissement d'Ahuntsic-Cartierville et ses nombreux partenaires ont planifié une programmation d'activités des plus intéressante et variée afin de répondre à vos besoins et intérêts et ce, pour tous les âges. À vous d'en profiter!

Inscriptions

GÉNÉRALES

Automne 2012 :
Lundi 10 et mardi 11 septembre
Heures : 19 h à 21 h

Hiver 2013 :
Lundi 14 et mardi 15 janvier
Heures : 19 h à 21 h

Notez que plusieurs organismes offrent maintenant la possibilité de s'inscrire par Internet.

CLUBS DE L'ÂGE D'OR

Les dates d'inscription varient selon les activités. Veuillez vous renseigner auprès des responsables des organismes concernés.

SPORTS AQUATIQUES

Club aquatique les piranhas du nord (CAPN)
www.clubcapn.com

Les dates d'inscription diffèrent selon les activités et selon si vous êtes résidents ou non résidents de Montréal (voir à la page 73).

SPORTS DE GLACE

Association des Braves d'Ahuntsic :
www.ahmba.ca

Club de patinage artistique l'Acadie :
28 au 30 août de 19 h à 21 h à la salle Ahuntsic du YMCA Cartierville

Club de patinage artistique Ahuntsic :
Aut. : 21 et 22 août
Hiv. : 17 et 18 décembre
de 19 h à 20 h 30 à l'aréna Ahuntsic

Club de patinage de vitesse Montréal-Ahuntsic :
4 septembre de 17 h 30 à 20 h à l'aréna Marcelin-Wilson

Les dates d'inscription diffèrent selon les activités et selon si vous êtes résidents ou non résidents de Montréal. Vous devez vous référer aux informations relatives à l'activité concernée.



Où s'inscrire ?

Le lieu d'inscription est généralement le même que celui où se tient l'activité. Si le lieu d'inscription diffère, il est mentionné sous les informations relatives à l'activité concernée.

Modalités de paiement

Renseignez-vous directement auprès des organismes partenaires offrant l'activité pour connaître les modalités de paiement acceptées. **Toutes les taxes sont incluses dans la tarification.**

Priorité d'inscription

Les personnes résidant à Montréal ont priorité pour s'inscrire aux activités de sports et de loisirs indiquées dans le Répertoire. Les non résidents peuvent s'inscrire uniquement à la dernière journée de chacune des périodes d'inscription et ce, seulement si des places sont encore disponibles. Il peut arriver que les personnes ne résidant pas à Montréal doivent déboursier des frais supplémentaires.

Annulation ou modification à la programmation

Une activité peut être annulée si le nombre de personnes inscrites est insuffisant. La programmation peut être modifiée sans préavis.

Politique de remboursement

Si une activité est annulée, les frais d'inscription seront remboursés aux personnes qui étaient inscrites.

Une personne ne pouvant plus participer à une activité peut se faire rembourser les frais d'inscription selon les modalités prévues par la Loi sur la protection du consommateur (articles 192, 193, 194 et 195). Les informations pertinentes peuvent être obtenues sur le site Internet de l'Office de la protection du consommateur au : www.opc.gouv.qc.ca

Pour toute information supplémentaire concernant les activités de la programmation, veuillez communiquer avec l'organisme qui offre l'activité.

HORAIRE DES ACTIVITÉS SUJET À CHANGEMENTS

Les renseignements relatifs aux activités (horaire, coûts, etc.) peuvent faire l'objet de changements entre le moment de la rédaction du Répertoire et celui des inscriptions. Il est recommandé de communiquer avec les partenaires qui offrent une programmation avant l'inscription.

Veuillez prendre note que si la programmation du présent document diffère de celle présentée par les organismes, il faut considérer la programmation des organismes comme celle qui s'applique.

Familiales

ARTS DE LA SCÈNE

Cirque familial > 3 - 5 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
École Sainte-Odile
Samedi 8 h 30 à 9 h 30
Aut. : 12 semaines/20\$/22 septembre
Hiv. : 12 semaines/20\$/26 janvier
1 parent et 1 enfant

CONDITIONNEMENT
PHYSIQUE

Acti-poussette > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mardi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/65\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/85\$/29 janvier
1 parent et 1 bébé

Maman en forme avec bébé/
> 0 - 2 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Jeudi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/65\$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/85\$/31 janvier
1 parent et 1 bébé

Activités motrices > 3 - 5 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Lundi 9 h à 10 h
Aut. : 10 semaines/50\$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/65\$/28 janvier
1 parent et 1 bébé

Activités motrices > 3 - 5 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Samedi 9 h à 10 h
Aut. : 10 semaines/50\$/29 septembre
Hiv. : 14 semaines/65\$/2 février
1 parent et 1 bébé

Cardio-Bébé > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi et jeudi 9 h 30 à 11 h
Aut. : 10 semaines/80\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/85\$/29 janvier
1 parent et 1 bébé

DÉVELOPPEMENT
PERSONNEL

Bon temps avec bébé > 0 - 5 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Vendredi 9 h 30 à 11 h
Aut. : 10 semaines/60\$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/65\$/1^{er} février

SPORTS

Badminton familial > 6 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Dimanche 11 h à 12 h 30
Aut. : 10 semaines/20\$/30 septembre
Hiv. : 14 semaines/20\$/3 février
1 parent et 1 enfant
L'inscription donne droit à un livret
de 10 séances de 1 h

Badminton familial > 6 - 12 ans
L'Union des familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Samedi 12 h 15 à 13 h 45
Aut. : 10 semaines/60\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/60\$/2 février
1 parent et 1 enfant

Badminton familial > 9 - 12 ans
Club de badminton les Raquettes du
Nord/
514 872-0241
Collège Mont-Saint-Louis
Samedi 9 h à 12 h
Aut. : 12 semaines/22 septembre
Hiv. : 12 semaines/26 janvier

Hockey cosom familial > 6 - 10 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
YMCA Cartierville
Dimanche 9 h à 11 h
Aut. : 12 semaines/40\$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/40\$/27 janvier
1 parent et 1 enfant

Sports pré-scolaires > 3 - 5 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi et mercredi 9 h 30 à 10 h 45
Aut. : 10 semaines/85\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/90\$/28 janvier



Tout-petits

ACTIVITÉS LUDIQUES

Activités pour tout-petits
> 3 - 5 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 10 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/130\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/130\$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

Activités pour tout-petits
> 3 - 5 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Vendredi 10 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/130\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/130\$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

Activités pour tout-petits
> 3 - 5 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
Centre Scalabrini
Mardi 9 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/65\$/18 septembre
Hiv. : 10 semaines/65\$/29 janvier
Inscr. : École Sophie-Barat

Activités pour tout-petits
> 3 - 5 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
Centre Scalabrini
Jeudi 9 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/65\$/20 septembre
Hiv. : 10 semaines/65\$/31 janvier
Inscr. : École Sophie-Barat

Activités pour tout-petits
> 3 - 5 ans
L'Union des familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
familles d'Ahuntsic
Mercredi 9 h 15 à 14 h 15
Aut. : 10 semaines/100\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/100\$/30 janvier

Activités pour tout-petits
en anglais > 3 - 5 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 10 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/130\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/130\$/30 janvier
Frais d'administration 3 \$

ACTIVITÉS MOTRICES

Programme Le tour du monde
de Karibou/Les poussins coquins
> 12 - 16 mois
Club de gymnastique Gymnix/
514 872-1536
YMCA Cartierville
Samedi 9 h à 9 h 50
Aut. : 10 semaines/70\$/22 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/19 janvier

Programme Le tour du monde
de Karibou/Les lapins taquins
> 16 - 20 mois
Club de gymnastique Gymnix/
514 872-1536
YMCA Cartierville
Samedi 10 h à 10 h 50
Aut. : 10 semaines/70\$/22 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/19 janvier

Programme Le tour du monde
de Karibou/Les ratons fripons
> 20 - 24 mois
Club de gymnastique Gymnix/
514 872-1536
YMCA Cartierville
Samedi 11 h à 11 h 50
Aut. : 10 semaines/70\$/22 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/19 janvier



Programme Le tour du monde
de Karibou/Les oursons mignons
> 2 - 2,5 ans
Club de gymnastique Gymnix/
514 872-1536
YMCA Cartierville
Dimanche 9 h à 9 h 50
Aut. : 10 semaines/70\$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/20 janvier

Programme Le tour du monde
de Karibou/Les p'tits loups filous
> 2,5 - 3 ans
Club de gymnastique Gymnix/
514 872-1536
YMCA Cartierville
Dimanche 10 h à 10 h 50
Aut. : 10 semaines/70\$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/20 janvier

Programme Le tour du monde
de Karibou/Les renards débrouillards
> 3 - 4 ans
Club de gymnastique Gymnix/
514 872-1536
YMCA Cartierville
Dimanche 11 h à 11 h 50
Aut. : 10 semaines/70\$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/20 janvier

APPRENTISSAGE
DES LANGUES

Anglais par le jeu > 3 - 4 ans
L'Union des familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
familles d'Ahuntsic
Samedi 9 h 15 à 10 h 15
Aut. : 10 semaines/40\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/40\$/2 février

Anglais par le jeu > 3 - 5 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Saint-Paul-de-la-Croix
Samedi 11 h à 12 h
Aut. : 8 semaines/60\$/22 septembre
Hiv. : 8 semaines/60\$/2 février
Inscr. : École Sophie-Barat

DANSE

Danse créative/niveau 1 > 3 - 5 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/65\$/27 septembre
Hiv. : 17 semaines/130\$/31 janvier
Frais d'administration 3 \$

Danse créative/niveau 2 > 3 - 5 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 13 h à 14 h
Aut. : 10 semaines/65\$/29 septembre
Hiv. : 16 semaines/130\$/2 février
Frais d'administration 3 \$

Danse créative/niveau 3 > 3 - 5 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 14 h 15 à 15 h 15
Aut. : 10 semaines/65\$/29 septembre
Hiv. : 16 semaines/130\$/2 février
Frais d'administration 3 \$

Mini-ballet > 3 - 4 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Samedi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/60\$/22 septembre
Hiv. : 10 semaines/60\$/2 février

Mini-ballet > 4 - 5 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Samedi 11 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/60\$/22 septembre
Hiv. : 10 semaines/60\$/2 février

Pré-ballet > 4 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville
/514 334-6549
Centre L'Acadie
Samedi 9 h 30 à 10 h 30
Aut. : 15 semaines/160\$/15 septembre
Hiv. : 15 semaines/160\$/19 janvier

Pré-ballet > 5 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville
/514 334-6549
Centre L'Acadie
Samedi 10 h 30 à 11 h 30
Aut. : 15 semaines/160\$/15 septembre
Hiv. : 15 semaines/160\$/19 janvier

MUSIQUE ET
INTERPRÉTATION

Comptines, chansons et danses
> 3 - 5 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Vendredi 9 h à 10 h
Aut. : 10 semaines/50\$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/65\$/1^{er} février

SPORT

Soccer > 3 - 5 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Saint-Paul-de-la-Croix
Samedi 11 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/15\$/22 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/2 février
Inscr. : École Sophie-Barat

Jeunes et
Adolescents

ACTIVITÉS DE DÉTENTE

Yoga/débutant > 6 - 8 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/10\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/10\$/28 janvier

Yoga/débutant > 9 - 12 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/10\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/10\$/28 janvier

Yoga pour enfants > 5 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 17 h à 18 h
Aut. : 10 semaines/65\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/65\$/29 janvier
Frais d'administration 3\$

Yoga rigolo > 6 - 12 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
Église Sainte-Odile
Jeudi 17 h à 18 h
Aut. : 12 semaines/20\$/20 septembre
Hiv. : 12 semaines/20\$/24 janvier

APPRENTISSAGE
DES LANGUES

Anglais/débutant > 6 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Jeudi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/50\$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/65\$/31 janvier

Anglais/débutant > 9 - 12 ans
L'Union des familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
familles d'Ahuntsic
Mercredi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/40\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/50\$/30 janvier

Anglais/initiation > 6 - 8 ans
L'Union des familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
familles d'Ahuntsic
Mercredi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/40\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/50\$/30 janvier



Anglais/intermédiaire > 6 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Jeudi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/50\$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/65\$/31 janvier

Anglais par le jeu > 5 - 6 ans
L'Union des familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
familles d'Ahuntsic
Samedi 10 h 30 à 11 h 30
Aut. : 10 semaines/40\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/40\$/2 février

Anglais par le jeu > 6 - 8 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 13 h à 14 h
Aut. : 10 semaines/60\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/60\$/2 février
Frais d'administration 3\$

Anglais par le jeu > 6 - 10 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/50\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/55\$/29 janvier

Anglais par le jeu > 9 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 14 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/60\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/60\$/2 février
Frais d'administration 3\$

Anglais/Ado > 13 - 16 ans
L'Union des familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
familles d'Ahuntsic
Jeudi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/40\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/50\$/31 janvier

Arabe/débutant > 13 - 17 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mercredi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/50\$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/65\$/30 janvier

ART CULINAIRE

Cuisine > 6 - 9 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Samedi 9 h à 10 h 30
Aut. : 10 semaines/75\$/29 septembre
Hiv. : 14 semaines/90\$/2 février

Cuisine > 10 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Samedi 10 h 30 à 12 h
Aut. : 10 semaines/75\$/29 septembre
Hiv. : 14 semaines/90\$/2 février

Cuisine santé/débutant > 6 - 12 ans
L'Union des familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
familles d'Ahuntsic
Samedi 9 h 30 à 11 h 30
Aut. : 8 semaines/60\$/29 septembre
Hiv. : 8 semaines/60\$/2 février

Grands chefs > 9 - 12 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/80\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/85\$/31 janvier

Mini-Cuistots > 6 - 8 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
Maison Berthe-Louard
Vendredi 15 h 30 à 16 h 30
Aut. : 10 semaines/75\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/75\$/1^{er} février

Mini-Cuistots > 9 - 12 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
Maison Berthe-Louard
Vendredi 17 h à 18 h
Aut. : 10 semaines/75\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/75\$/1^{er} février

Pâtisserie > 6 - 12 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/80\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/85\$/28 janvier

Pâtisserie > 13 - 17 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/80\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/85\$/28 janvier

P'tits chefs > 6 - 8 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/80\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/85\$/31 janvier

P'tits chefs > 6 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 10 h à 11 h 30
Aut. : 10 semaines/85\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/85\$/2 février
Frais d'administration 3\$

P'tits chefs > 6 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 12 h 30 à 14 h
Aut. : 10 semaines/85\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/85\$/2 février
Frais d'administration 3\$

ARTS DE LA SCÈNE

Arts du cirque > 5 - 12 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
École Saint-Isaac-Jogues
Samedi 9 h 30 à 11 h 30
Aut. : 10 semaines/65\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/65\$/2 février

Cirque initiation > 6 - 13 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
École Sainte-Odile
Samedi 9 h 30 à 10 h 30
Aut. : 12 semaines/20\$/22 septembre
Hiv. : 12 semaines/20\$/26 janvier

Cirque aérien > 14 - 17 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
École Sainte-Odile
Samedi 10 h 30 à 12 h 00
Aut. : 12 semaines/20\$/22 septembre
Hiv. : 12 semaines/20\$/26 janvier

Cirque spécialités > 14 - 17 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
École Sainte-Odile
Samedi 10 h 30 à 12 h
Aut. : 12 semaines/20\$/22 septembre
Hiv. : 12 semaines/20\$/26 janvier

ARTS DRAMATIQUES

Improvisation > 8 - 12 ans
L'Union des familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
familles d'Ahuntsic
Vendredi 16 h à 17 h
Aut. : 10 semaines/15\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/1^{er} février

Improvisation > 10 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Vendredi 16 h à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/50\$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/65\$/1^{er} février

Improvisation > 13 - 17 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Vendredi 17 h 30 à 19 h
Aut. : 10 semaines/50\$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/65\$/1^{er} février

Improvisation théâtrale
> 13 - 17 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 17 h 45 à 19 h
Aut. : 10 semaines/25\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/30\$/29 janvier

Théâtre > 6 - 9 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Jeudi 16 h à 17 h
Aut. : 10 semaines/35\$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/50\$/31 janvier

Théâtre > 8 - 12 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Jeudi 18 h 30 à 19 h 45
Aut. : 20 semaines/90\$/27 septembre

Théâtre > 8 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Saint-Paul-de-la-Croix
Jeudi 18 h à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/60\$/20 septembre
Hiv. : 10 semaines/60\$/31 janvier
Inscr. : École Sophie-Barat

Théâtre > 9 - 13 ans
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Jeudi 16 h 30 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/40\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/50\$/31 janvier

Théâtre > 10 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Jeudi 17 h à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/50\$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/70\$/31 janvier

Théâtre > 13 - 17 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Jeudi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/50\$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/70\$/31 janvier

Théâtre > 13 - 18 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Jeudi 19 h 45 à 21 h
Aut. : 20 semaines/90\$/27 septembre

Théâtre de A à Z > 8 - 12 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/35\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/40\$/31 janvier

ARTS PLASTIQUES

Arts plastiques > 6 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 11 h 15 à 12 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/2 février
Frais d'administration 3\$

Bande dessinée > 6 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Saint-Paul-de-la-Croix
Jeudi 18 h à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/60\$/20 septembre
Hiv. : 10 semaines/60\$/31 janvier
Inscr. : École Sophie-Barat

Origami > 8 - 12 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/35\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/40\$/28 janvier

Jeunes et
Adolescents

ARTS VISUELS

Argile > 8 - 12 ans

Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
Maison Berthe-Louard
Jeudi 15 h 30 à 16 h 30
Aut. : 10 semaines/65\$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/65\$/31 janvier

Arts avec Ginette > 5 - 8 ans

Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
Maison Berthe-Louard
Lundi 15 h 30 à 16 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/28 janvier

Art du Graffiti > 13 - 15 ans

Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/50\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/55\$/31 janvier

Bande dessinée > 6 - 8 ans

Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
École Sainte-Odile
Mercredi 15 h 15 à 16 h 15
Aut. : 12 semaines/45\$/19 septembre
Hiv. : 12 semaines/45\$/23 janvier

Bande dessinée > 6 - 12 ans

Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/35\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/40\$/31 janvier

Bande dessinée > 9 - 12 ans

Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
École Sainte-Odile
Mercredi 16 h 30 à 17 h 15
Aut. : 12 semaines/45\$/19 septembre
Hiv. : 12 semaines/45\$/23 janvier

Bande dessinée > 9 - 12 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 13 h 30 à 14 h 45
Aut. : 10 semaines/75\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/75\$/2 février
Frais d'administration 3\$

Bande dessinée > 10 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mercredi 16 h à 17 h
Aut. : 10 semaines/50\$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/65\$/30 janvier

Bande dessinée > 13 - 17 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mercredi 17 h à 18 h
Aut. : 10 semaines/50\$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/65\$/30 janvier

Dessin > 6 - 9 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Lundi 16 h à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/75\$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/90\$/28 janvier

Dessin > 8 - 12 ans

Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/35\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/40\$/30 janvier

Dessin > 10 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Lundi 17 h 30 à 19 h
Aut. : 10 semaines/75\$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/90\$/28 janvier

Dessin > 13 - 17 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Lundi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/75\$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/90\$/28 janvier

Dessin-peinture > 6 - 12 ans

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Samedi 9 h à 10 h 30
Aut. : 10 semaines/45\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/45\$/2 février
Prévoir 20\$ pour le matériel

Dessin-peinture > 8 - 12 ans

L'Union des familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
familles d'Ahuntsic
Mercredi 17 h à 18 h 15
Aut. : 10 semaines/45\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/45\$/30 janvier
Matériel non inclus

Origami avec Ginette > 9 - 12 ans

Loisirs Saint-Isaac-Jogues/
514 872-6699
Maison Berthe-Louard
Mercredi 15 h 30 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/70\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/30 janvier

**Peinture et dessin** > 6 - 12 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/65\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/65\$/2 février
Frais d'administration 3\$

Poterie > 8 - 12 ans

Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/80\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/85\$/31 janvier
Matériel et cuisson inclus

BRICOLAGE

Menuiserie/Fabrication d'objets

miniatures > 7 - 12 ans
L'Union des familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
familles d'Ahuntsic
Samedi 9 h à 10 h 30
Aut. : 10 semaines/45\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/45\$/2 février
Prévoir des frais pour le matériel

Menuiserie/Fabrication d'objets

miniatures > 7 - 12 ans
L'Union des familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
familles d'Ahuntsic
Samedi 10 h 30 à 12 h
Aut. : 10 semaines/45\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/45\$/2 février
Prévoir des frais pour le matériel

DANSE

Ballet classique > 7 ans

Foyer de la danse Ahuntsic-
Cartierville/514 334-6549
Centre L'Acadie
Samedi 11 h 45 à 12 h 45
Aut. : 15 semaines/170\$/15 septembre
Hiv. : 15 semaines/170\$/19 janvier

Ballet classique > 8 ans

Foyer de la danse Ahuntsic-
Cartierville/514 334-6549
Centre L'Acadie
Samedi 10 h 30 à 11 h 30
Aut. : 15 semaines/170\$/15 septembre
Hiv. : 15 semaines/170\$/19 janvier

Ballet classique > 9 ans

Foyer de la danse Ahuntsic-
Cartierville/514 334-6549
Centre L'Acadie
Samedi 10 h 30 à 11 h 30
Aut. : 15 semaines/170\$/15 septembre
Hiv. : 15 semaines/170\$/19 janvier

Ballet classique > 10 - 11 ans

Foyer de la danse Ahuntsic-
Cartierville/514 334-6549
Centre L'Acadie
Samedi 9 h 30 à 10 h 30
Aut. : 15 semaines/170\$/15 septembre
Hiv. : 15 semaines/170\$/19 janvier

Ballet classique/niveau 2

> 12 - 14 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-
Cartierville/514 334-6549
Centre L'Acadie
Vendredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 15 semaines/170\$/14 septembre
Hiv. : 15 semaines/170\$/18 janvier

Ballet classique/niveau 2

> 14 - 16 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-
Cartierville/514 334-6549
Centre L'Acadie
Lundi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 15 semaines/170\$/17 septembre
Hiv. : 15 semaines/170\$/21 janvier

Ballet-jazz > 5 - 7 ans

Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
Église Sainte-Odile
Lundi 15 h 15 à 16 h 15
Aut. : 12 semaines/20\$/17 septembre
Hiv. : 12 semaines/20\$/21 janvier

Ballet-jazz > 6 - 7 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/24 septembre
Hiv. : 15 semaines/140\$/28 janvier
Frais d'administration 3\$

Ballet-jazz > 8 - 9 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/25 septembre
Hiv. : 17 semaines/140\$/29 janvier
Frais d'administration 3\$

Ballet-jazz > 8 - 12 ans

Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
Église Sainte-Odile
Lundi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 12 semaines/20\$/17 septembre
Hiv. : 12 semaines/20\$/21 janvier

Ballet-jazz > 9 - 11 ans

Foyer de la danse Ahuntsic-
Cartierville/514 334-6549
Centre L'Acadie
Vendredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 12 semaines/110\$/14 septembre
Hiv. : 12 semaines/110\$/18 janvier

Ballet-jazz > 10 - 12 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/24 septembre
Hiv. : 15 semaines/140\$/28 janvier
Frais d'administration 3\$

Break dance > 6 - 8 ans

Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/10\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/10\$/31 janvier

Break dance > 9 - 12 ans

Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/10\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/10\$/31 janvier

Break dance > 13 - 17 ans

Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 17 h 45 à 18 h 45
Aut. : 10 semaines/30\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/35\$/31 janvier

Claquettes/débutant > 8 - 10 ans

Foyer de la danse Ahuntsic-
Cartierville/514 334-6549
Centre L'Acadie
Samedi 13 h 30 à 14 h 30
Aut. : 12 semaines/110\$/15 septembre
Hiv. : 12 semaines/110\$/19 janvier

Claquettes/niveau 1 > 6 - 12 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 17 h à 18 h
Aut. : 10 semaines/75\$/25 septembre
Hiv. : 17 semaines/150\$/29 janvier
Frais d'administration 3\$

Cheerleading (Meneuses de claques)

> 6 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Saint-Paul-de-la-Croix
Jeudi 17 h 30 à 19 h
Aut. : 10 semaines/50\$/20 septembre
Hiv. : 10 semaines/50\$/31 janvier
Inscr. : Ecole Sophie-Barat

Cheerleading (Meneuses de claques)

> 10 - 12 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-Cartier-
ville/514 334-6549
Centre L'Acadie
Vendredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 12 semaines/110\$/14 septembre
Hiv. : 12 semaines/110\$/18 janvier

Cheerleading (Meneuses de claques)

> 10 - 17 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Vendredi 16 h à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/30\$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/35\$/1^{er} février

Danse combinée > 6 - 7 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 10 h à 11 h 15
Aut. : 10 semaines/85\$/29 septembre
Hiv. : 16 semaines/170\$/2 février
Frais d'administration 3\$

Danse combinée > 8 - 9 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 10 h à 11 h 15
Aut. : 10 semaines/85\$/29 septembre
Hiv. : 16 semaines/170\$/2 février
Frais d'administration 3\$

Danse combinée > 10 - 13 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 11 h 15 à 12 h 30
Aut. : 10 semaines/85\$/29 septembre
Hiv. : 16 semaines/170\$/2 février
Frais d'administration 3\$

Danses urbaines > 6 - 8 ans

Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
Église Saint-Isaac-Jogues
Mercredi 15 h 30 à 16 h 30
Aut. : 10 semaines/50\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/50\$/30 janvier

Jeunes et Adolescents

DANSE

Danses urbaines > 6 - 8 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
Église Saint-Isaac-Jogues
Mercredi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/50\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/50\$/30 janvier

Gumbots > 6 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Saint-Paul-de-la-Croix
Mercredi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/50\$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/50\$/30 janvier
Inscr. : École Sophie-Barat

Hip-hop > 5 - 7 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
Église Sainte-Odile
Mardi 15 h 15 à 16 h 15
Aut. : 12 semaines/20\$/18 septembre
Hiv. : 12 semaines/20\$/22 janvier

Hip-Hop > 5 - 7 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/10\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/10\$/29 janvier
Présentation d'un spectacle

Hip-Hop > 5 - 7 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Samedi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/10\$/29 septembre
Hiv. : 12 semaines/10\$/2 février
Présentation d'un spectacle



Hip-Hop > 6 - 8 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/65\$/25 septembre
Hiv. : 17 semaines/130\$/29 janvier
Frais d'administration 3\$

Hip-Hop > 7 - 11 ans
L'union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Mardi 17 h à 18 h
Aut. : 10 semaines/40\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/50\$/29 janvier

Hip-hop > 8 - 12 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
Église Sainte-Odile
Mardi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 12 semaines/20\$/18 septembre
Hiv. : 12 semaines/20\$/22 janvier

Hip-Hop > 8 - 12 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/10\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/10\$/29 janvier
Présentation d'un spectacle

Hip-Hop > 8 - 12 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Samedi 11 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/10\$/29 septembre
Hiv. : 12 semaines/10\$/2 février
Présentation d'un spectacle

Hip-hop > 9 - 11 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-
Cartierville/514 334-6549
Centre L'Acadie
Vendredi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 12 semaines/100\$/14 septembre
Hiv. : 12 semaines/100\$/18 janvier

Hip-Hop > 9 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/65\$/25 septembre
Hiv. : 17 semaines/130\$/29 janvier
Frais d'administration 3\$

Hip-Hop > 9 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Jeudi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/50\$/20 septembre
Hiv. : 10 semaines/50\$/31 janvier



Hip-Hop > 12 - 15 ans
L'union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Mardi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/40\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/50\$/29 janvier

Hip-hop > 13 - 16 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
Église Sainte-Odile
Mardi 18 h à 19 h 30
Aut. : 12 semaines/20\$/18 septembre
Hiv. : 12 semaines/20\$/22 janvier

Hip-Hop > 13 - 16 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Jeudi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/50\$/20 septembre
Hiv. : 10 semaines/50\$/31 janvier

Hip-Hop > 13 - 17 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/75\$/25 septembre
Hiv. : 17 semaines/150\$/29 janvier
Frais d'administration 3\$

Hip-Hop Ado > 13 - 17 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 17 h 45 à 19 h
Aut. : 10 semaines/30\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/35\$/29 janvier
Présentation d'un spectacle



Hip-Hop Ado > 13 - 17 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Samedi 12 h à 13 h 15
Aut. : 10 semaines/30\$/29 septembre
Hiv. : 12 semaines/35\$/2 février
Présentation d'un spectacle

Mini-ballet > 5 - 7 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Samedi 12 h à 13 h
Aut. : 10 semaines/60\$/22 septembre
Hiv. : 10 semaines/60\$/2 février

Mini-ballet > 8 - 9 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Samedi 13 h 15 à 14 h 15
Aut. : 10 semaines/60\$/22 septembre
Hiv. : 10 semaines/60\$/2 février

Mini-ballet > 9 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Samedi 14 h 15 à 15 h 15
Aut. : 10 semaines/60\$/22 septembre
Hiv. : 10 semaines/60\$/2 février

Pré-ballet > 6 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-
Cartierville/514 334-6549
Centre L'Acadie
Samedi 11 h 45 à 12 h 45
Aut. : 15 semaines/160\$/15 septembre
Hiv. : 15 semaines/160\$/19 janvier

Pré-ballet > 6 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-
Cartierville/514 334-6549
Centre L'Acadie
Samedi 12 h 45 à 13 h 45
Aut. : 15 semaines/160\$/15 septembre
Hiv. : 15 semaines/160\$/19 janvier

Pré-jazz/niveau 1 > 5 - 6 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 13 h à 14 h
Aut. : 10 semaines/70\$/29 septembre
Hiv. : 16 semaines/140\$/2 février
Frais d'administration 3\$

Pré-jazz/niveau 2 > 5 - 6 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 14 h 15 à 15 h 15
Aut. : 10 semaines/70\$/29 septembre
Hiv. : 16 semaines/140\$/2 février
Frais d'administration 3\$

DÉVELOPPEMENT
PERSONNEL

Gardiens avertis > 12 - 17 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 17 h à 18 h 15
Aut. : 10 semaines/60\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/60\$/28 janvier
Frais d'administration 3\$

Gardiens avertis > 12 - 17 ans
L'union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Samedi 11 h à 16 h
Aut. : 16 et 17 novembre/30\$
Hiv. : dates à venir (2 jours)/30\$

JEUNESSE 2000 ET
MAISON DES JEUNES

Centre des jeunes Saint-Sulpice
> 6 ans +
Centre des jeunes Saint-Sulpice/
514 383-0282
Du lundi au vendredi
Aut. : 48 semaines/10 septembre
Activités à l'année
Inscription en tout temps.
Lieux d'activités variables.

Club jeunesse > 12 - 18 ans
Jeunesse 2000 Sts-Martyrs-Canadiens/
514 872-9209
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Du lundi au vendredi 16 h à 21 h
Aut. : 50 semaines/4 septembre
Activités PAR et POUR les jeunes

JEUX D'ADRESSE

Bocce > 10 ans +
Club de bocce l'Acadie/514 331-4555
Centre de bocce l'Acadie
Du lundi au dimanche 13 h 30 à 17 h et
19 h à 22 h 30
Aut. : 52 semaines
Gratuit pour les membres et
18\$/l'heure pour les non-membres,
par allée.
Inscription en tout temps.
Devenir membre : citoyen de
l'arrondissement 20\$, citoyen de
Montréal 30\$

JEUX DE RÔLES

Donjons et Dragons > 8 - 12 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Samedi 10 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/40\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/40\$/2 février

Donjon et Dragons > 9 - 12 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
Maison Berthe-Louard
Lundi 15 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/60\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/60\$/28 janvier

Donjon et Dragons > 9 - 12 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
Maison Berthe-Louard
Samedi 10 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/60\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/60\$/2 février

Jeunes et
Adolescents

JEUX DE RÔLES

Donjons et Dragons > 12 - 15 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036

École Saint-Antoine-Marie-Claret
Samedi 12 h à 14 h
Aut. : 10 semaines/40\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/40\$/2 février

Donjon et Dragons > 13 - 15 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
Maison Berthe-Louard

Samedi 12 h à 14 h
Aut. : 10 semaines/60\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/60\$/2 février

JEUX SUR TABLE

Initiation aux échecs > 5 - 12 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
École Saint-Isaac-Jogues

Lundi 15 h 30 à 16 h 30
Aut. : 10 semaines/15\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/28 janvier
5 ans et être à la maternelle

Échecs > 6 ans +

Club d'échecs Ahuntsic/
info@echecsahuntsic.com
École Saints-Martyrs-Canadiens

Samedi 12 h à 16 h 30
Aut. : 13 semaines/15\$/29 septembre
Hiv. : 20 semaines/19 janvier
Carte de membre annuelle 15\$

MÉTIER D'ART

Bricolage - bijoux > 8 - 17 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696

Église Christ-Roi
Mercredi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/50\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/55\$/30 janvier
Matériel de base inclus



Fabrication de bijoux > 9 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mercredi 16 h à 17 h
Aut. : 10 semaines/50\$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/70\$/30 janvier

**Couture/confection d'accessoires
modes** > 12 - 17 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 15 h à 16 h 15
Aut. : 10 semaines/85\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/85\$/2 février
Frais d'administration 3\$

Fabrication de bijoux > 13 - 17 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224

Centre L'Acadie
Mercredi 17 h à 18 h
Aut. : 10 semaines/50\$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/70\$/30 janvier

MUSIQUE ET
INTERPRÉTATION

Guitare > 6 ans +
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
École Sainte-Odile
Mardi, mercredi, jeudi ou vendredi
entre 15 h 15 et 19 h 15
Aut. : 12 semaines/230\$/18 septembre
Hiv. : 18 semaines/335\$/22 janvier
Cours privé de 30 minutes,
choix d'horaire

Guitare > 8 ans +
L'union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Lundi 16 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/150\$/24 septembre
Hiv. : 15 semaines/225\$/28 janvier
Cours privé de 30 minutes,
choix d'horaire

Guitare > 8 ans +
L'union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Mardi, mercredi ou jeudi entre
15 h 30 et 20 h 30
Aut. : 10 semaines/150\$/25 septembre
Hiv. : 15 semaines/225\$/29 janvier
Cours privé de 30 minutes,
choix d'horaire

Guitare > 13 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Lundi ou mardi (1^{ère} rencontre pour
déterminer horaire personnel)
18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/90\$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/28 janvier
Cours semi-privé de 45 minutes

Musique > 6 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Du lundi au dimanche entre 9 h et 18 h
Aut. : 10 semaines/400\$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/560\$/28 janvier
Cours disponibles: piano, chant, guitare

Piano > 6 ans +
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
École Sainte-Odile
Mardi, mercredi, jeudi ou vendredi
entre 15 h 15 et 19 h 15
Aut. : 12 semaines/230\$/18 septembre
Hiv. : 18 semaines/335\$/22 janvier
Cours privé de 30 minutes

Piano > 6 ans +
L'union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Du lundi au vendredi entre 15 h 30 et
20 h 30
Aut. : 10 semaines/150\$/24 septembre
Hiv. : 15 semaines/225\$/28 janvier
Cours privé de 30 minutes,
choix d'horaire

Piano > 6 ans +
L'union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Samedi 9 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/150\$/29 septembre
Hiv. : 15 semaines/225\$/2 février
Cours privé de 30 minutes,
choix d'horaire

Violon > 7 ans +
L'union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Lundi ou mardi entre 15 h 30 et 19 h 30
Aut. : 10 semaines/150\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/180\$/28 janvier
Instrument non-fourni.
Pour 30 minutes, choix d'horaire

SCIENCES

Club sciences > 6 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 14 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/75\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/75\$/2 février
Frais d'administration 3\$

Sciences en folie > 8 - 12 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/50\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/55\$/29 janvier

SPORTS

Athlétisme > 6 - 9 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Mercredi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 12 semaines/10\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/10\$/30 janvier

Athlétisme > 10 - 12 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Mercredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 12 semaines/10\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/10\$/30 janvier

Athlétisme/initiation > 6 - 8 ans
Club d'athlétisme Impulsion/
1-888-418-8922
École Saint-Benoit
Mardi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/10\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/29 janvier
Insc. : Union des Familles d'Ahuntsic
Frais supplémentaires pour achat d'un
chandail (facultatif)

Athlétisme/initiation > 6 - 8 ans
Club d'athlétisme Impulsion/
1-888-418-8922
École Saint-Isaac-Jogues
Mardi 15 h 30 à 16 h 30
Aut. : 10 semaines/10\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/29 janvier
Insc. : École Saint-Isaac-Jogues
Frais supplémentaires pour achat d'un
chandail (facultatif)

Athlétisme/initiation > 6 - 8 ans
Club d'athlétisme Impulsion/
1-888-418-8922
Église Christ-Roi
Vendredi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/10\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/1^{er} février
Frais supplémentaires pour achat d'un
chandail (facultatif)

Athlétisme/initiation > 6 - 8 ans
Club d'athlétisme Impulsion/
1-888-418-8922
École Saint-Paul-de-la-Croix
Samedi 9 h à 10 h
Aut. : 10 semaines/10\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/2 février
Insc. : École Sophie-Barat
Frais supplémentaires pour achat d'un
chandail (facultatif)

Athlétisme/initiation > 6 - 8 ans
Club d'athlétisme Impulsion/
1-888-418-8922
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Samedi 13 h 45 à 14 h 45
Aut. : 10 semaines/10\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/2 février
Insc. : École Saint-Antoine-Marie-Claret
Frais supplémentaires pour achat d'un
chandail (facultatif)

Athlétisme/initiation > 6 - 12 ans
Club d'athlétisme Impulsion/
1-888-418-8922
École John-Caboto
Vendredi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/10\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/1^{er} février
Insc. : École Saint-Simon-Apôtre
Frais supplémentaires pour achat d'un
chandail (facultatif)

Athlétisme/initiation > 9 - 12 ans
Club d'athlétisme Impulsion/
1-888-418-8922
École Saint-Benoit
Mardi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/10\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/29 janvier
Insc. : Union des Familles d'Ahuntsic
Frais supplémentaires pour achat d'un
chandail (facultatif)

Athlétisme/initiation > 9 - 12 ans
Club d'athlétisme Impulsion/
1-888-418-8922
École Saint-Isaac-Jogues
Jeudi 15 h 30 à 16 h 30
Aut. : 10 semaines/10\$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/31 janvier
Insc. : École Saint-Isaac-Jogues
Frais supplémentaires pour achat d'un
chandail (facultatif)

Athlétisme/initiation > 9 - 12 ans
Club d'athlétisme Impulsion/
1-888-418-8922
Église Christ-Roi
Vendredi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/10\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/1^{er} février
Frais supplémentaires pour achat d'un
chandail (facultatif)

Athlétisme/initiation > 9 - 12 ans
Club d'athlétisme Impulsion/
1-888-418-8922
École Saint-Paul-de-la-Croix
Samedi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/10\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/1^{er} février
Insc. : École Sophie-Barat
Frais supplémentaires pour achat d'un
chandail (facultatif)

Athlétisme/initiation > 9 - 12 ans
Club d'athlétisme Impulsion/
1-888-418-8922
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Samedi 14 h 45 à 15 h 45
Aut. : 10 semaines/10\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/2 février
Insc. : École Saint-Antoine-Marie-Claret
Frais supplémentaires pour achat d'un
chandail (facultatif)

Athlétisme/semi compétitif
> 8 - 14 ans
Club d'athlétisme Impulsion/
1-888-418-8922
Centre Sportif Claude-Robillard
Lundi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/60\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/60\$/28 janvier
Frais supplémentaires pour achat d'un
chandail (facultatif)

Athlétisme/semi compétitif
> 9 - 15 ans
Club d'athlétisme Impulsion/
1-888-418-8922
Collège Mont-Saint-Louis
Jeudi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/20\$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/20\$/31 janvier
Frais supplémentaires pour achat d'un
chandail (facultatif)

Badminton > 8 - 9 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Lundi 16 h à 17 h
Aut. : 10 semaines/15\$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/20\$/28 janvier

Badminton > 8 - 13 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 17 h à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/10\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/28 janvier
Frais d'administration 3\$

Jeunes et
Adolescents

SPORTS

Badminton > 10 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224

Centre L'Acadie

Lundi 17 h à 18 h

Aut. : 10 semaines/15\$/24 septembre

Hiv. : 14 semaines/20\$/28 janvier

Badminton/initiation > 6 - 9 ans

L'union des Familles d'Ahuhtsic/
514 331-6413

École Saint-André-Apôtres

Vendredi 18 h à 18 h 45

Aut. : 10 semaines/15\$/28 septembre

Hiv. : 12 semaines/15\$/1^{er} février

Badminton/initiation > 8 - 15 ans

Club de badminton les Raquettes du Nord/514 872-0241

Collège Mont-Saint-Louis

Lundi et/ou mercredi de 18 h 30 à

20 h 30 et/ou samedi de 9 h à 12 h

Aut. : 12 semaines/17 septembre

Hiv. : 12 semaines/21 janvier

Frais de tournoi en sus

Badminton/récréatif > 7 - 9 ans

Les copains de Saint-Simon/
514 872-3273

École Saint-Simon-Apôtres

Mardi 18 h à 19 h

Aut. : 10 semaines/10\$/25 septembre

Hiv. : 10 semaines/10\$/29 janvier

Badminton/récréatif > 10 - 12 ans

L'union des Familles d'Ahuhtsic/
514 331-6413

École Saint-André-Apôtres

Vendredi 18 h 45 à 19 h 30

Aut. : 10 semaines/15\$/28 septembre

Hiv. : 12 semaines/15\$/1^{er} février

Badminton/récréatif > 10 - 14 ans

Les copains de Saint-Simon/
514 872-3273

École Saint-Simon-Apôtres

Mardi 19 h à 20 h

Aut. : 10 semaines/10\$/25 septembre

Hiv. : 10 semaines/10\$/29 janvier

Badminton > 13 - 17 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224

Centre L'Acadie

Lundi 18 h à 19 h

Aut. : 10 semaines/15\$/24 septembre

Hiv. : 14 semaines/20\$/28 janvier

Baseball/initiation > 6 - 8 ans

Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696

Église Christ-Roi

Mercredi 15 h 45 à 16 h 45

Aut. : 10 semaines/10\$/26 septembre

Hiv. : 12 semaines/10\$/30 janvier

Gant de baseball requis

Baseball/initiation > 9 - 12 ans

Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696

Église Christ-Roi

Mercredi 16 h 45 à 17 h 45

Aut. : 10 semaines/10\$/26 septembre

Hiv. : 12 semaines/10\$/30 janvier

Gant de baseball requis

Baseball > 6 - 7 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224

Centre L'Acadie

Samedi 13 h 30 à 14 h 30

Aut. : 10 semaines/15\$/29 septembre

Hiv. : 14 semaines/20\$/2 février

Basketball > 8 - 12 ans

Loisirs Saint-Isaac-Jogues/
514 872-6699

École Saint-Isaac-Jogues

Lundi 18 h à 19 h 30

Aut. : 10 semaines/15\$/24 septembre

Hiv. : 10 semaines/15\$/28 janvier

Basketball > 13 - 17 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224

Centre L'Acadie

Samedi 17 h 30 à 18 h 30

Aut. : 10 semaines/15\$/29 septembre

Hiv. : 14 semaines/20\$/2 février

Basketball/débutant > 7 - 9 ans

L'union des Familles d'Ahuhtsic/
514 331-6413

École Saint-Benoit

Jeudi 18 h à 19 h

Aut. : 10 semaines/10\$/27 septembre

Hiv. : 10 semaines/10\$/31 janvier

Basketball/débutant > 10 - 12 ans

L'union des Familles d'Ahuhtsic/
514 331-6413

École Saint-Benoit

Jeudi 19 h à 20 h

Aut. : 10 semaines/10\$/27 septembre

Hiv. : 10 semaines/10\$/31 janvier

Basketball/garçons > 8 - 9 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224

Centre L'Acadie

Samedi 14 h 30 à 15 h 30

Aut. : 10 semaines/15\$/29 septembre

Hiv. : 14 semaines/20\$/2 février

Activité réservée aux garçons

Basketball/garçons > 10 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224

Centre L'Acadie

Samedi 16 h 30 à 17 h 30

Aut. : 10 semaines/15\$/29 septembre

Hiv. : 14 semaines/20\$/2 février

Activité réservée aux garçons

Basketball/filles > 9 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224

Centre L'Acadie

Samedi 15 h 30 à 16 h 30

Aut. : 10 semaines/15\$/29 septembre

Hiv. : 14 semaines/20\$/2 février

Activité réservée aux filles

Basketball (mini) > 6 - 7 ans

Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016

École Sainte-Odile

Mercredi 15 h 15 à 16 h 15

Aut. : 12 semaines/20\$/19 septembre

Hiv. : 18 semaines/30\$/23 janvier

Basketball (mini) > 6 - 8 ans

Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016

École Sainte-Odile

Samedi 13 h à 14 h

Aut. : 12 semaines/20\$/22 septembre

Hiv. : 18 semaines/30\$/26 janvier

Basketball (mini) > 6 - 8 ans

Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015

École Saint-Paul-de-la-Croix

Samedi 9 h à 10 h

Aut. : 10 semaines/15\$/22 septembre

Hiv. : 10 semaines/15\$/2 février

Inscr. : École Sophie-Barat

Basketball (mini) > 6 - 8 ans

Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696

Église Christ-Roi

Mardi 15 h 45 à 16 h 45

Aut. : 10 semaines/10\$/25 septembre

Hiv. : 12 semaines/10\$/29 janvier

Participation au festival sportif

Basketball (mini) > 10 - 12 ans

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036

École Saint-Antoine-Marie-Claret

Vendredi 18 h 30 à 19 h 30

Aut. : 12 semaines/28 septembre

Hiv. : 12 semaines/1^{er} février

Basketball (mini) > 10 - 12 ans

Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016

École Sainte-Odile

Mercredi 17 h 30 à 18 h 30

Aut. : 12 semaines/20\$/19 septembre

Hiv. : 18 semaines/30\$/23 janvier

**Basketball (mini)** > 6 - 9 ans

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036

École Saint-Antoine-Marie-Claret

Vendredi 17 h 30 à 18 h 30

Aut. : 12 semaines/28 septembre

Hiv. : 12 semaines/1^{er} février

Basketball (mini) > 6 - 9 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens

Jeudi 16 h 30 à 17 h 30

Aut. : 10 semaines/10\$/27 septembre

Hiv. : 10 semaines/10\$/31 janvier

Frais d'administration 3 \$

Basketball (mini) > 8 - 9 ans

Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016

École Sainte-Odile

Mercredi 16 h 15 à 17 h 15

Aut. : 12 semaines/20\$/19 septembre

Hiv. : 18 semaines/30\$/23 janvier

Basketball (mini) > 9 - 12 ans

Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016

École Sainte-Odile

Samedi 14 h à 15 h

Aut. : 12 semaines/20\$/22 septembre

Hiv. : 18 semaines/30\$/26 janvier

Basketball (mini) > 9 - 12 ans

Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015

École Saint-Paul-de-la-Croix

Samedi 10 h à 11 h

Aut. : 10 semaines/15\$/22 septembre

Hiv. : 10 semaines/15\$/2 février

Inscr. : École Sophie-Barat

Basketball (mini) > 9 - 12 ans

Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696

Église Christ-Roi

Mardi 16 h 45 à 17 h 45

Aut. : 10 semaines/10\$/25 septembre

Hiv. : 12 semaines/10\$/29 janvier

Participation au festival sportif

Basketball (mini) > 10 - 12 ans

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036

École Saint-Antoine-Marie-Claret

Vendredi 18 h 30 à 19 h 30

Aut. : 12 semaines/28 septembre

Hiv. : 12 semaines/1^{er} février

Basketball (mini) > 10 - 12 ans

Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016

École Sainte-Odile

Mercredi 17 h 30 à 18 h 30

Aut. : 12 semaines/20\$/19 septembre

Hiv. : 18 semaines/30\$/23 janvier

Basketball (mini) > 10 - 12 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens

Jeudi 17 h 30 à 18 h 30

Aut. : 10 semaines/10\$/27 septembre

Hiv. : 10 semaines/10\$/31 janvier

Frais d'administration 3 \$

Basketball (mini) > 13 - 15 ans

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036

École Saint-Antoine-Marie-Claret

Vendredi 19 h 30 à 20 h 30

Aut. : 12 semaines/28 septembre

Hiv. : 12 semaines/1^{er} février

Escrime initiation > 6 - 13 ans

Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016

École Alice-Parizeau

Mercredi 15 h 45 à 17 h

Aut. : 12 semaines/20\$/19 septembre

Hiv. : 12 semaines/20\$/23 janvier

Escrime intermédiaire > 6 - 13 ans

Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016

École Alice-Parizeau

Mercredi 17 h à 18 h 15

Aut. : 12 semaines/20\$/19 septembre

Hiv. : 12 semaines/20\$/23 janvier

Escrime avancé > 9 - 14 ans

Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016

École Alice-Parizeau

Mercredi 18 h 15 à 19 h 45

Aut. : 12 semaines/20\$/19 septembre

Hiv. : 12 semaines/20\$/23 janvier

Flag football/initiation > 9 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./514

856-2224

Centre L'Acadie

Dimanche 10 h à 11 h 30

Aut. : 10 semaines/15\$/30 septembre

Gymnastique > 6 - 12 ans

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036

École Saint-Antoine-Marie-Claret

Samedi 9 h 15 à 10 h 45

Jeunes et
Adolescents

SPORTS

Handball/Minimes féminin

> 10 - 12 ans
Club de Handball Ahuntsic-
Cartierville/514 856-6134
YMCA Cartierville
Dimanche 13 h 30 à 15 h 00
Aut. : 26 semaines/16 septembre
Minimes : nés entre 1^{er} octobre 2000 et
le 30 septembre 2002.
Inscr. : 10 septembre YMCA de
Cartierville et 11 septembre Collège
Mont-Saint-Louis.
Pour plus d'infos :
www.handball-chac.com

Handball/Minimes masculin

> 10 - 12 ans
Club de Handball Ahuntsic-
Cartierville/514 856-6134
YMCA Cartierville
Dimanche 15 h à 16 h 30
Aut. : 26 semaines/16 septembre
Minimes : nés entre 1^{er} octobre 2000
et le 30 septembre 2002.
Inscr. : 10 septembre YMCA de
Cartierville et 11 septembre Collège
Mont-Saint-Louis.
Pour plus d'infos :
www.handball-chac.com

Handball/Benjamins féminin et masculin

> 12 - 14 ans
Club de Handball Ahuntsic-
Cartierville/514 856-6134
École Sophie-Barat
Dimanche 15 h à 16 h 30
Aut. : 18 semaines/16 septembre
Benjamins : nés entre le 1^{er} octobre
1998 et le 30 septembre 2000.
Inscr. : 10 septembre YMCA de
Cartierville et 11 septembre Collège
Mont-Saint-Louis.
Pour plus d'infos :
www.handball-chac.com

Hockey cosom > 6 - 7 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Vendredi 16 h à 17 h
Aut. : 10 semaines/15\$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/20\$/1^{er} février

Hockey cosom > 6 - 7 ans

Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
École Saint-Isaac-Jogues
Vendredi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/15\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/1^{er} février

Hockey cosom > 6 - 8 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
École Sainte-Odile
Mardi 15 h 15 à 16 h 15
Aut. : 12 semaines/20\$/18 septembre
Hiv. : 18 semaines/30\$/22 janvier
Lunettes de protection obligatoires

Hockey cosom > 6 - 8 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Louis-Colin
Lundi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/15\$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/28 janvier
Inscr. : École Sophie-Barat
Lunettes de protection obligatoires

Hockey cosom > 6 - 8 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Saint-Paul-de-la-Croix
Vendredi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/15\$/21 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/1^{er} février
Inscr. : École Sophie-Barat
Lunettes de protection obligatoires

Hockey cosom > 6 - 9 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Lundi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 12 semaines/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/28 janvier

Hockey cosom > 6 - 9 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Mardi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 12 semaines/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/29 janvier

Hockey cosom > 6 - 9 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/10\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/30 janvier
Frais d'administration 3\$

Hockey cosom > 8 - 9 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Vendredi 17 h à 18 h
Aut. : 10 semaines/15\$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/20\$/1^{er} février

Hockey cosom > 8 - 9 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
École Saint-Isaac-Jogues
Vendredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/15\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/1^{er} février



Hockey cosom > 9 - 10 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Saint-Paul-de-la-Croix
Vendredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/15\$/21 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/1^{er} février
Inscr. : École Sophie-Barat
Lunettes de protection obligatoires

Hockey cosom > 9 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Louis-Colin
Lundi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/15\$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/28 janvier
Inscr. : École Sophie-Barat
Lunettes de protection obligatoires

Hockey cosom > 9 - 13 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
École Sainte-Odile
Mardi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 12 semaines/20\$/18 septembre
Hiv. : 18 semaines/30\$/22 janvier
Lunettes de protection obligatoires

Hockey cosom > 10 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Vendredi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/15\$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/20\$/1^{er} février

Hockey cosom > 10 - 12 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Lundi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 12 semaines/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/28 janvier



Hockey cosom > 10 - 12 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Mardi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 12 semaines/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/29 janvier

Hockey cosom > 10 - 12 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
École Saint-Isaac-Jogues
Vendredi 20 h à 21 h
Aut. : 10 semaines/15\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/1^{er} février
Pré-requis : Être en 6^e année et
avoir 12 ans

Hockey cosom > 10 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/10\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/30 janvier
Frais d'administration 3\$

Hockey cosom > 11 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Saint-Paul-de-la-Croix
Vendredi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/15\$/21 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/1^{er} février
Inscr. : École Sophie-Barat
Lunettes de protection obligatoires

Hockey cosom > 12 - 14 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
École Saint-Isaac-Jogues
Vendredi 21 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/15\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/1^{er} février
Pré-requis : être en secondaire 1 et
avoir 12 ans

Hockey cosom > 13 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Louis-Colin
Lundi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/15\$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/28 janvier
Inscr. : École Sophie-Barat
Lunettes de protection obligatoires

Hockey cosom > 13 - 15 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Vendredi 20 h 30 à 21 h 30
Aut. : 12 semaines/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/1^{er} février

Hockey cosom > 13 - 17 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Vendredi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/20\$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/25\$/1^{er} février

Hockey cosom > 14 - 17 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
École Sainte-Odile
Mardi 17 h 45 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/20\$/18 septembre
Hiv. : 18 semaines/30\$/22 janvier
Lunettes de protection obligatoires

Hockey cosom/récréatif > 6 - 7 ans
Les copains de Saint-Simon/
514 872-3273
École Saint-Simon-Apôtre
Vendredi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/5\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/5\$/1^{er} février

Hockey cosom/récréatif > 6 - 8 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/10\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/10\$/31 janvier
Participation au festival sportif

Hockey cosom/récréatif > 6 - 9 ans
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Saint-Benoit
Lundi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/15\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/28 janvier
Bâton non fourni
Port du casque obligatoire

Hockey cosom/récréatif > 6 - 9 ans
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Saint-Benoit
Mardi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/10\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/29 janvier
Bâton non fourni
Port du casque obligatoire

Hockey cosom/récréatif > 8 - 9 ans
Les copains de Saint-Simon/
514 872-3273
École Saint-Simon-Apôtre
Vendredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/5\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/5\$/1^{er} février

Hockey cosom/récréatif > 9 - 12 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/10\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/10\$/31 janvier
Participation au festival sportif

Hockey cosom/récréatif
> 10 - 12 ans
Les copains de Saint-Simon/
514 872-3273
École Saint-Simon-Apôtre
Vendredi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/5\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/5\$/1^{er} février

Hockey cosom/récréatif
> 10 - 12 ans
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Lundi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/15\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/28 janvier
Bâton non fourni
Port du casque obligatoire

Hockey cosom/récréatif
> 10 - 12 ans
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Saint-Benoit
Mardi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/10\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/29 janvier
Bâton non fourni
Port du casque obligatoire

Jeunes et
Adolescents

SPORTS

Hockey cosom/récréatif > 13 - 17 ansService des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696

Église Christ-Roi

Mercredi 17 h 45 à 19 h

Aut. : 10 semaines/25\$/26 septembre

Hiv. : 12 semaines/30\$/30 janvier

Hockey cosom/récréatif > 13 - 17 ansService des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696

Église Christ-Roi

Jeudi 19 h à 20 h 30

Aut. : 10 semaines/25\$/27 septembre

Hiv. : 12 semaines/30\$/31 janvier

Hockey cosom/récréatif > 13 - 17 ansService des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696

Église Christ-Roi

Vendredi 17 h 45 à 19 h

Aut. : 10 semaines/25\$/28 septembre

Hiv. : 12 semaines/30\$/1^{er} février**Hockey cosom**/récréatif > 13 - 17 ansService des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696

Église Christ-Roi

Samedi 10 h à 11 h 30

Aut. : 10 semaines/25\$/29 septembre

Hiv. : 12 semaines/30\$/2 février

Jeux collectifs > 6 - 9 ansLes copains de Saint-Simon/
514 872-3273

École Saint-Simon-Apôtre

Mercredi 18 h 45 à 19 h 45

Aut. : 10 semaines/5\$/26 septembre

Hiv. : 10 semaines/5\$/30 janvier

Kinball > 6 - 8 ansLoisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens

Mardi 16 h à 17 h

Aut. : 10 semaines/44\$/25 septembre

Hiv. : 10 semaines/44\$/29 janvier

Frais d'administration 3\$

Kinball > 6 - 8 ans

Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015

École Saint-Paul-de-la-Croix

Mercredi 18 h à 18 h 45

Aut. : 10 semaines/15\$/19 septembre

Hiv. : 10 semaines/15\$/30 janvier

Inscr. : École Sophie-Barat

Kinball > 6 - 8 ans

Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015

École Louis-Colin

Jeudi 18 h à 18 h 45

Aut. : 10 semaines/15\$/20 septembre

Hiv. : 10 semaines/15\$/31 janvier

Inscr. : École Sophie-Barat

Kinball > 6 - 9 ansLoisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224

Centre L'Acadie

Dimanche 13 h à 14 h

Aut. : 10 semaines/15\$/25 septembre

Hiv. : 14 semaines/20\$/29 janvier

Kinball > 9 - 12 ans

Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699

École Saint-Isaac-Jogues

Jeudi 18 h à 19 h

Aut. : 10 semaines/40\$/27 septembre

Hiv. : 10 semaines/40\$/31 janvier

Kinball > 9 - 12 ansLoisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens

Mardi 17 h à 18 h

Aut. : 10 semaines/44\$/25 septembre

Hiv. : 10 semaines/44\$/29 janvier

Frais d'administration 3\$

Kinball > 9 - 12 ans

Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015

École Saint-Paul-de-la-Croix

Mercredi 18 h 50 à 19 h 35

Aut. : 10 semaines/15\$/19 septembre

Hiv. : 10 semaines/15\$/30 janvier

Inscr. : École Sophie-Barat

Kinball > 9 - 12 ans

Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015

École Louis-Colin

Jeudi 18 h 50 à 19 h 35

Aut. : 10 semaines/15\$/20 septembre

Hiv. : 10 semaines/15\$/31 janvier

Inscr. : École Sophie-Barat

**Kinball** > 10 - 12 ansLoisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224

Centre L'Acadie

Dimanche 14 h à 15 h

Aut. : 10 semaines/15\$/25 septembre

Hiv. : 14 semaines/20\$/29 janvier

Soccer > 6 - 7 ansLoisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224

Centre L'Acadie

Samedi 10 h 30 à 11 h 30

Aut. : 10 semaines/15\$/29 septembre

Hiv. : 14 semaines/20\$/2 février

Soccer > 6 - 8 ans

Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015

École Saint-Paul-de-la-Croix

Lundi 17 h 30 à 18 h 30

Aut. : 10 semaines/15\$/17 septembre

Hiv. : 10 semaines/15\$/28 janvier

Inscr. : École Sophie-Barat

Soccer > 6 - 8 ans

Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015

École Louis-Colin

Samedi 11 h à 12 h

Aut. : 10 semaines/15\$/22 septembre

Hiv. : 10 semaines/15\$/2 février

Inscr. : École Sophie-Barat

Soccer > 8 - 9 ansLoisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224

Centre L'Acadie

Samedi 11 h 30 à 12 h 30

Aut. : 10 semaines/15\$/29 septembre

Hiv. : 14 semaines/20\$/2 février

Soccer > 9 - 12 ans

Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015

École Saint-Paul-de-la-Croix

Mardi 17 h 30 à 18 h 30

Aut. : 10 semaines/15\$/18 septembre

Hiv. : 10 semaines/15\$/29 janvier

Inscr. : École Sophie-Barat

Soccer > 9 - 12 ans

Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015

École Louis-Colin

Mercredi 18 h à 19 h 30

Aut. : 10 semaines/15\$/19 septembre

Hiv. : 10 semaines/15\$/30 janvier

Inscr. : École Sophie-Barat

Soccer > 10 - 12 ansLoisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224

Centre L'Acadie

Samedi 12 h 30 à 13 h 30

Aut. : 10 semaines/15\$/29 septembre

Hiv. : 14 semaines/20\$/2 février

Soccer/initiation > 5 - 6 ans

Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016

École Sainte-Odile

Jeudi 15 h 15 à 16 h 15

Aut. : 12 semaines/20\$/20 septembre

Hiv. : 18 semaines/30\$/24 janvier

Soccer/initiation > 6 - 9 ansL'Union des Familles d'Ahuhtsic/
514 331-6413

École Saint-André-Apôtre

Mercredi 18 h à 19 h

Aut. : 10 semaines/15\$/26 septembre

Hiv. : 10 semaines/15\$/30 janvier

Soccer/initiation > 6 - 9 ansL'Union des Familles d'Ahuhtsic/
514 331-6413

École Saint-Benoit

Mercredi 18 h à 19 h

Aut. : 10 semaines/10\$/26 septembre

Hiv. : 10 semaines/10\$/30 janvier

Soccer/initiation > 7 - 8 ans

Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016

École Sainte-Odile

Jeudi 16 h 15 à 17 h 15

Aut. : 12 semaines/20\$/20 septembre

Hiv. : 18 semaines/30\$/24 janvier

Soccer/initiation > 9 - 12 ans

Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016

École Sainte-Odile

Jeudi 17 h 15 à 18 h 15

Aut. : 12 semaines/20\$/20 septembre

Hiv. : 18 semaines/30\$/24 janvier

Soccer (mini) > 6 - 7 ansLes copains de Saint-Simon/
514 872-3273

École Saint-Simon-Apôtre

Lundi 17 h 45 à 18 h 30

Aut. : 10 semaines/5\$/24 septembre

Hiv. : 10 semaines/5\$/28 janvier

Soccer (mini) > 6 - 7 ansLoisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036

École Saint-Antoine-Marie-Claret

Samedi 10 h 45 à 11 h 45

Aut. : 12 semaines/29 septembre

Hiv. : 12 semaines/2 février

Soccer (mini) > 6 - 7 ansLoisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens

Samedi 12 h 15 à 13 h 45

Aut. : 10 semaines/10\$/29 septembre

Hiv. : 10 semaines/10\$/2 février

Frais d'administration 3\$

Soccer (mini) > 6 - 8 ansLoisirs Saint-Isaac-Jogues/
514 872-6699

École Saint-Isaac-Jogues

Mardi 18 h à 19 h

Aut. : 10 semaines/15\$/25 septembre

Hiv. : 10 semaines/15\$/29 janvier

Soccer (mini) > 6 - 8 ansService des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696

Église Christ-Roi

Lundi 15 h 45 à 16 h 45

Aut. : 10 semaines/10\$/24 septembre

Hiv. : 12 semaines/10\$/28 janvier

Participation au festival sportif

Soccer (mini) > 8 - 9 ansLes copains de Saint-Simon/
514 872-3273

École Saint-Simon-Apôtre

Lundi 18 h 30 à 19 h 30

Aut. : 10 semaines/5\$/24 septembre

Hiv. : 10 semaines/5\$/28 janvier

Soccer (mini) > 8 - 9 ansLoisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036

École Saint-Antoine-Marie-Claret

Samedi 11 h 45 à 12 h 45

Aut. : 12 semaines/29 septembre

Hiv. : 12 semaines/2 février

Soccer (mini) > 8 - 9 ansLoisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens

Samedi 13 h 45 à 15 h 15

Aut. : 10 semaines/10\$/29 septembre

Hiv. : 10 semaines/10\$/2 février

Soccer (mini) > 8 - 9 ansLoisirs Saint-Isaac-Jogues/
514 872-6699

École Saint-Isaac-Jogues

Mardi 19 h à 20 h

Aut. : 10 semaines/15\$/25 septembre

Hiv. : 10 semaines/15\$/29 janvier

Soccer (mini) > 9 - 11 ansLoisirs Saint-Isaac-Jogues/
514 872-6699

École Saint-Isaac-Jogues

Mardi 19 h à 20 h

Aut. : 10 semaines/15\$/25 septembre

Hiv. : 10 semaines/15\$/29 janvier

Soccer (mini) > 9 - 12 ansService des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696

Église Christ-Roi

Lundi 16 h 45 à 17 h 45

Aut. : 10 semaines/10\$/24 septembre

Hiv. : 12 semaines/10\$/28 janvier

Participation au festival sportif

**Soccer (mini)** > 10 - 12 ansLes copains de Saint-Simon/
514 872-3273

École Saint-Simon-Apôtre

Lundi 19 h 30 à 20 h 30

Aut. : 10 semaines/5\$/24 septembre

Hiv. : 10 semaines/5\$/28 janvier

Soccer (mini) > 10 - 12 ansLoisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036

École Saint-Antoine-Marie-Claret

Samedi 12 h 45 à 13 h 45

Aut. : 12 semaines/29 septembre

Hiv. : 12 semaines/2 février

Soccer (mini) > 10 - 12 ansLoisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens

Samedi 15 h 15 à 16 h 45

Aut. : 10 semaines/10\$/29 septembre

Hiv. : 10 semaines/10\$/2 février

Frais d'administration 3\$

Jeunes et
Adolescents

SPORTS

Soccer (mini) > 13 - 15 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Samedi 13 h 45 à 14 h 45
Aut. : 12 semaines/29 septembre
Hiv. : 12 semaines/2 février

Soccer/récréatif > 6 - 9 ans
L'union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Ahuntsic
Mardi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/15\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/29 janvier

Soccer/récréatif > 10 - 12 ans
L'union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Ahuntsic
Mardi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/15\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/29 janvier

Soccer/récréatif > 10 - 12 ans
L'union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Mercredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/15\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/30 janvier



Soccer/récréatif > 10 - 12 ans
L'union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Saint-Benoit
Mercredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/10\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/30 janvier

Sports collectifs > 6 - 12 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Samedi 14 h 45 à 15 h 45
Aut. : 12 semaines/29 septembre
Hiv. : 12 semaines/2 février

Tennis de table > 6 - 8 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
YMCA Cartierville
Jeudi 16 h à 17 h 30
Aut. : 12 semaines/20\$/20 septembre
Hiv. : 18 semaines/40\$/24 janvier

Tennis de table > 6 - 8 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/10\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/10\$/30 janvier
Participation au festival sportif et aux
jeux de Montréal

Tennis de table > 8 - 9 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mardi 16 h à 17 h
Aut. : 10 semaines/15\$/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/20\$/29 janvier

Tennis de table > 8 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 15 h 45 à 17 h
Aut. : 10 semaines/10\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/28 janvier
Frais d'administration 3\$

Tennis de table > 8 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Saint-Paul-de-la-Croix
Lundi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/15\$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/28 janvier
Inscr. : École Sophie-Barat

Tennis de table > 9 - 12 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
YMCA Cartierville
Jeudi 17 h 30 à 19 h
Aut. : 12 semaines/20\$/20 septembre
Hiv. : 18 semaines/40\$/24 janvier

Tennis de table > 9 - 12 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/10\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/10\$/30 janvier
Participation au festival sportif et au
jeux de Montréal

Tennis de table > 10 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mardi 17 h à 18 h
Aut. : 10 semaines/15\$/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/20\$/29 janvier

Tennis de table > 13 - 15 ans
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 17 h 45 à 18 h 45
Aut. : 10 semaines/25\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/30\$/30 janvier

Tennis de table > 13 - 17 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mardi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/15\$/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/20\$/29 janvier

Tennis de table/débutant > 6 - 9 ans
L'union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Vendredi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/15\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/1^{er} février

Tennis de table/intermédiaire
> 10 - 12 ans
L'union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Vendredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/15\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/1^{er} février

Tennis (mini) > 6 - 9 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Dimanche 9 h à 10 h
Aut. : 10 semaines/15\$/30 septembre
Hiv. : 14 semaines/20\$/3 février

Tennis (mini) > 10 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Dimanche 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/15\$/30 septembre
Hiv. : 14 semaines/20\$/3 février

Volleyball > 13 - 16 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
École Sainte-Odile
Lundi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 12 semaines/20\$/17 septembre
Hiv. : 18 semaines/30\$/21 janvier

Volleyball féminin > 13 ans +
L'union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Mardi 18 h à 19 h 15
Aut. : 10 semaines/15\$/25 septembre
Hiv. : 15 semaines/15\$/29 janvier

Volleyball (mini) > 7 - 9 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
École Sainte-Odile
Lundi 15 h 15 à 16 h 15
Aut. : 12 semaines/20\$/17 septembre
Hiv. : 18 semaines/30\$/21 janvier

Volleyball (mini) > 8 - 9 ans
Les copains de Saint-Simon/
514 872-3273
École Saint-Simon-Apôtre
Jeudi 18 h à 19 h 15
Aut. : 10 semaines/5\$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/5\$/31 janvier

Volleyball (mini) > 8 - 12 ans
L'union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Samedi 9 h 15 à 10 h 15
Aut. : 10 semaines/10\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/10\$/2 février

Volleyball (mini) > 9 - 12 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/
514 872-6699
École Saint-Isaac-Jogues
Mercredi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/15\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/30 janvier

Volleyball (mini) > 10 - 12 ans
Les copains de Saint-Simon/
514 872-3273
École Saint-Simon-Apôtre
Jeudi 19 h 15 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/5\$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/5\$/31 janvier

Volleyball (mini) > 10 - 12 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
École Sainte-Odile
Lundi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 12 semaines/20\$/17 septembre
Hiv. : 18 semaines/30\$/21 janvier

SPORTS DE COMBAT

Boxe Olympique/niveaux multiples
> 10 - 18 ans
Club de boxe Ring 83/514 872-6138
Salle de combat Ring 83
Du lundi au vendredi 17 h à 20 h
Aut. : 52 semaines/4 septembre
20\$ par mois, Veuillez téléphoner du
lundi au vendredi après 17 h 30

Judo/débutants > 6 - 12 ans
Club de judo Hakudokan/514 387-6978
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Samedi 9 h 30 à 10 h 30
Aut. : 10 semaines/55\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/55\$/26 janvier
Judogi requis

Judo/débutants > 6 - 12 ans
Club de judo Hakudokan/514 387-6978
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Jeudi 17 h 15 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/55\$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/55\$/24 janvier
Judogi requis

Judo/débutants > 6 - 12 ans
Club de judo Hakudokan/514 387-6978
YMCA Cartierville
Lundi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/55\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/55\$/28 janvier
Salle Ahuntsic du YMCA.
Judogi requis

Judo/débutants > 6 - 12 ans
Club de judo Hakudokan/514 387-6978
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 16 h 15 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/55\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/55\$/31 janvier
Judogi requis

Judo/débutants > 6 - 12 ans
Club de judo Hakudokan/514 387-6978
École Saint-Paul-de-la-Croix
Mardi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/55\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/55\$/29 janvier
Inscr. : École Sophie-Barat
Judogi requis

Judo/débutants > 6 - 12 ans
Club de judo Hakudokan/514 387-6978
École Saint-Simon-Apôtre
Mercredi 17 h 45 à 18 h 45
Aut. : 10 semaines/55\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/55\$/30 janvier
Judogi requis



Judo/niveaux multiples > 6 - 14 ans
Club de judo Hakudokan/514 387-6978
Club de judo Hakudokan
Mercredi et/ou vendredi de 16 h 30 à
17 h 45 et/ou samedi de 9 h 30 à 11 h
Aut. : 36 semaines/5 septembre
Judogi requis, achat sur place
Rabais familial

Judo/niveaux multiples > 14 ans +
Club de judo Hakudokan/514 387-6978
Club de judo Hakudokan
Lundi et/ou mercredi de 19 h 30 à 21 h
et/ou vendredi de 18 h 30 à 20 h
Aut. : 52 semaines/5 septembre
Possibilité de 3 pratiques/semaine
Judogi requis

Karaté > 5 - 6 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
Église Sainte-Odile
Mercredi 15 h 15 à 16 h 15
Aut. : 12 semaines/45\$/19 septembre
Hiv. : 12 semaines/45\$/23 janvier
Frais supplémentaires pour l'achat
d'un kimono

Karaté > 7 - 8 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
Église Sainte-Odile
Mercredi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 12 semaines/45\$/19 septembre
Hiv. : 12 semaines/45\$/23 janvier
Frais supplémentaires pour l'achat
d'un kimono

Karaté > 9 - 12 ans
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
Église Sainte-Odile
Mercredi 17 h 45 à 18 h 45
Aut. : 12 semaines/45\$/19 septembre
Hiv. : 12 semaines/45\$/23 janvier
Frais supplémentaires pour l'achat
d'un kimono



Jeunes et Adolescents

SPORTS DE COMBAT

Karaté/débutant > 5 - 6 ans
Club Dojokai Karaté-do Canada/
514 969-4482
YMCA Cartierville
Mardi et vendredi 18 h à 19 h
Aut. : 13 semaines/110\$/4 septembre
Hiv. : 13 semaines/110\$/4 décembre
Frais d'affiliation 25\$/année
Frais supp. pour uniforme
Inscription par téléphone
Rabais familial disponible

Karaté/débutant > 6 - 12 ans
L'union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Lundi 16 h à 17 h
Aut. : 10 semaines/15\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/15\$/28 janvier

Karaté/débutant > 7 - 12 ans
Club Dojokai Karaté-do Canada/
514 969-4482
YMCA Cartierville
Lundi et jeudi 19 h à 20 h
Aut. : 13 semaines/110\$/3 septembre
Hiv. : 13 semaines/110\$/3 décembre
Frais d'affiliation 25\$/année
Frais supp. pour uniforme
Inscription par téléphone
Rabais familial disponible

Karaté/niveaux multiples > 8 - 12 ans
Club Dojokai Karaté-do Canada/
514 969-4482
YMCA Cartierville
Mardi et vendredi 19 h à 20 h
Aut. : 13 semaines/110\$/4 septembre
Hiv. : 13 semaines/110\$/4 décembre
Frais d'affiliation 25\$/année
Frais supp. pour uniforme
Inscription par téléphone
Rabais familial disponible

Karaté/niveaux multiples > 13 ans +
Club Dojokai Karaté-do Canada/
514 969-4482
YMCA Cartierville
Mardi, jeudi et vendredi 20 h à 21 h 30
Aut. : 13 semaines/155\$/4 septembre
Hiv. : 13 semaines/155\$/4 décembre
Frais d'affiliation 35\$
Frais supp. pour uniforme
Inscription par téléphone

Taekwondo WTF > 6 - 13 ans
Acadé-Kicks/514 995-4257
École La Visitation
Lundi et/ou mercredi 18 h 30 à 19 h 20
Aut. : 10 semaines/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/14 janvier
Carte de membre annuelle 15\$
Uniforme 45\$

Taekwondo WTF > 14 ans +
Acadé-Kicks/514 995-4257
École La Visitation
Lundi et/ou mercredi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/14 janvier
Carte de membre annuelle 15\$
Uniforme 45\$

Adultes

ACTIVITÉS DE DÉTENTE

Aromathérapie > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Vendredi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 5 semaines/40\$/28 septembre
Hiv. : 5 semaines/40\$/1^{er} février

Gymnastique douce > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Lundi 17 h 45 à 19 h
Aut. : 10 semaines/65\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/75\$/28 janvier

Gymnastique douce > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Mardi 11 h à 12 h 15
Aut. : 10 semaines/65\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/75\$/29 janvier

Méditation > 16 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 17 h 30 à 19 h
Aut. : 10 semaines/80\$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/80\$/31 janvier
Frais d'administration 3\$

Power yoga > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/100\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/105\$/28 janvier

Power yoga > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/100\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/105\$/29 janvier

Réflexologie > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Lundi 19 h à 21 h
Aut. : 8 semaines/55\$/24 septembre
Hiv. : 8 semaines/55\$/28 janvier

Tai-chi > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 10 h 30 à 12 h
Aut. : 10 semaines/80\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/80\$/28 janvier
Frais d'administration 3\$

Tai-chi > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/80\$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/80\$/28 janvier
Frais d'administration 3\$

Tai chi > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Samedi 10 h 30 à 12 h
Aut. : 10 semaines/85\$/29 septembre
Hiv. : 12 semaines/90\$/2 février

Tai-chi japonais > 40 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Lundi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/60\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/60\$/28 janvier

Yoga > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mardi 10 h à 11 h ou 19 h 30 à 20 h 30
et/ou jeudi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/29 janvier

Yoga > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Lundi 13 h 30 à 15 h
Aut. : 10 semaines/70\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/85\$/28 janvier

Yoga > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Jeudi 18 h à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/85\$/31 janvier

Yoga/débutant > 16 ans +
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
Église Sainte-Odile
Jeudi 18 h 30 à 19 h 45
Aut. : 12 semaines/90\$/20 septembre
Hiv. : 12 semaines/90\$/24 janvier

Yoga/débutant > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Mercredi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/90\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/30 janvier

Yoga/débutant > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 18 h 30 à 19 h 45
Aut. : 10 semaines/85\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/85\$/28 janvier
Frais d'administration 3\$

Yoga/débutant > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 18 h 30 à 19 h 45
Aut. : 10 semaines/85\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/85\$/29 janvier
Frais d'administration 3\$

Yoga/intermédiaire > 16 ans +
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
Église Sainte-Odile
Jeudi 20 h à 21 h 15
Aut. : 12 semaines/90\$/20 septembre
Hiv. : 12 semaines/90\$/24 janvier

Yoga/intermédiaire > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Mercredi 20 h 15 à 21 h 45
Aut. : 10 semaines/90\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/30 janvier

Yoga/intermédiaire > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 19 h 45 à 21 h
Aut. : 10 semaines/85\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/85\$/28 janvier
Frais d'administration 3\$

Yoga/postnatal > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 17 h 45 à 19 h
Aut. : 10 semaines/95\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/95\$/30 janvier
Frais d'administration 3\$

APPRENTISSAGE DES LANGUES

Allemand/débutant > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Lundi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/90\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/28 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Anglais/débutant > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Lundi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/90\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/28 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices



Adultes

APPRENTISSAGE DES LANGUES

Anglais/débutant > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224

Centre L'Acadie
Vendredi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/75\$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/90\$/1^{er} février

Anglais/débutant > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Lundi 19 h 30 à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/65\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/75\$/28 janvier
Livres non-inclus

Anglais/débutant 1 > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Lundi 13 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/65\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/75\$/28 janvier
Livres non-inclus

Anglais/débutant 2 > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Lundi 19 h 30 à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/65\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/75\$/28 janvier
Livres non-inclus

Anglais/intermédiaire > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Mercredi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/90\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/30 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Anglais/intermédiaire > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224

Centre L'Acadie
Mardi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/75\$/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/90\$/29 janvier

Anglais/intermédiaire > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Mercredi 19 h 30 à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/65\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/75\$/30 janvier
Livres non-inclus

Anglais/avancé > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Jeudi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/90\$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/31 janvier

Anglais conversation > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Jeudi 19 h 30 à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/65\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/75\$/31 janvier

Anglais conversation/débutant
> 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 18 h à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/80\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/80\$/29 janvier
Frais d'administration 3\$

Anglais conversation/intermédiaire
> 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/80\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/80\$/29 janvier
Frais d'administration 3\$

Anglais conversation/avancé
> 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 18 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/95\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/95\$/30 janvier
Frais d'administration 3\$

Arabe/débutant > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mercredi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/75\$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/90\$/30 janvier

Arabe/intermédiaire > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mercredi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/75\$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/90\$/30 janvier

Chinois/mandarin > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Vendredi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/50\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/50\$/1^{er} février

Espagnol/> 16 ans +
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
École Saint-Isaac-Jogues
Mercredi 19 h à 21 h
Aut. : 10 semaines/70\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/30 janvier

Espagnol/débutant > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Mardi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/90\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/29 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Espagnol/débutant > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Lundi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/75\$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/90\$/28 janvier

Espagnol/débutant > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 18 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/95\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/95\$/28 janvier
Frais d'administration 3\$

Espagnol/débutant 1 > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Mercredi 13 h 30 à 15 h
Aut. : 10 semaines/60\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/70\$/30 janvier
Livres non-inclus

Espagnol/débutant 1 > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Lundi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/60\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/70\$/28 janvier
Livres non-inclus

Espagnol/débutant 2 > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Mardi 13 h 30 à 15 h
Aut. : 10 semaines/60\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/70\$/29 janvier
Livres non-inclus

Espagnol/débutant 2 > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Mardi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/60\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/70\$/29 janvier

Espagnol/intermédiaire > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Lundi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/75\$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/90\$/28 janvier

Espagnol/intermédiaire > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 20 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/95\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/95\$/28 janvier
Frais d'administration 3\$

Espagnol/intermédiaire 1 > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Mercredi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/90\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/30 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Espagnol/intermédiaire 1 > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Lundi 13 h 30 à 15 h
Aut. : 10 semaines/60\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/70\$/28 janvier
Livres non-inclus

Espagnol/intermédiaire 1 > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Lundi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/60\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/70\$/28 janvier
Livres non-inclus

Espagnol/intermédiaire 2 > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Mercredi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/90\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/30 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Espagnol/avancé > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Jeudi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/90\$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/31 janvier

Espagnol conversation > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Mercredi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/60\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/70\$/30 janvier
Livres non-inclus

Français langue seconde/
> 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Mercredi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/90\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/30 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Italien/débutant > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Lundi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/90\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/28 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Italien/débutant 1 > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Jeudi 13 h 30 à 15 h 30
Aut. : 10 semaines/65\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/75\$/31 janvier

Italien/débutant 1 > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Vendredi 18 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/65\$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/75\$/1^{er} février

Italien/débutant 2 > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Jeudi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/65\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/75\$/31 janvier

Italien/intermédiaire 1 > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Mardi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/90\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/29 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Italien/intermédiaire 2 > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Mardi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/90\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/29 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Italien/avancé > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Mercredi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/90\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/30 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Italien conversation/débutant
> 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Samedi 10 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/65\$/29 septembre
Hiv. : 12 semaines/75\$/2 février

Italien conversation/avancé
> 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Vendredi 20 h 30 à 22 h 30
Aut. : 10 semaines/65\$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/75\$/1^{er} février

Adultes

ART CULINAIRE

Cuisine écono > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/125\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/130\$/31 janvier

Pâtisserie > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi 19 h à 21 h
Aut. : 10 semaines/125\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/85\$/28 janvier

ARTS DRAMATIQUES

Théâtre > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
Centre Scalabrini
Mardi 19 h à 21 h 30
Aut. : 24 semaines/180\$/25 septembre
Inscr. : École Sophie-Barat

Théâtre > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./514
856-2224
Centre L'Acadie
Jeudi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/75\$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/90\$/31 janvier



ARTS MÉDIATIQUES

Cinéma italien/visionnement et
critique de films > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Mercredi 19 h 30 à 21 h 30
Aut. : 5 semaines/30\$/26 septembre
Hiv. : 6 semaines/40\$/30 janvier
1 semaine sur 2

**Photographie numérique,
niveau 1** > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 19 h à 21 h
Aut. : 10 semaines/85\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/90\$/29 janvier
Appareil photo requis
Participation au festival culturel

**Photographie numérique,
niveau 2** > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 19 h à 21 h
Aut. : 10 semaines/85\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/90\$/30 janvier
Appareil photo requis
Participation au festival culturel

Photographie prise de vue
> 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 14 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/70\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/29 janvier
Frais d'administration 3\$

Photographie prise de vue
> 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 19 h à 21 h
Aut. : 10 semaines/75\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/75\$/29 janvier
Frais d'administration 3\$

ARTS PLASTIQUES

Scrapbooking > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 13 h à 15 h 30
Aut. : 10 semaines/95\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/100\$/29 janvier
Certains matériaux sont fournis
Participation au festival Culturel

Scrapbooking > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/95\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/100\$/29 janvier
Certains matériaux sont fournis
Participation au festival Culturel

ARTS VISUELS

Acrylique et huile/Atelier dirigé
> 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Jeudi 10 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/70\$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/31 janvier

Aquarelle > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 19 h 30 à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/125\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/125\$/28 janvier
Frais d'administration 3\$

Aquarelle/acrylique/huile > 18 ans +
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
Maison Berthe-Louard
Jeudi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/130\$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/130\$/31 janvier

Aquarelle/débutant > 16 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/195\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/195\$/30 janvier

Aquarelle/débutant > 16 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/195\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/195\$/30 janvier

Aquarelle/intermédiaire > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Lundi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/215\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/215\$/28 janvier

Aquarelle/intermédiaire > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Lundi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/215\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/215\$/28 janvier

Aquarelle/intermédiaire > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/205\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/205\$/30 janvier

Aquarelle/intermédiaire > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/205\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/205\$/30 janvier

Aquarelle/intermédiaire et avancé
> 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/205\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/205\$/29 janvier

Aquarelle/intermédiaire et avancé
> 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/215\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/215\$/29 janvier



Aquarelle/intermédiaire et avancé
> 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/205\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/205\$/29 janvier

Aquarelle/avancé > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/230\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/230\$/29 janvier

Dessin > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Vendredi 19 h 30 à 22 h
Aut. : 10 semaines/60\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/60\$/1^{er} février
Matériel non-inclus

Dessin > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 19 h à 21 h
Aut. : 10 semaines/100\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/105\$/30 janvier

Dessin et peinture > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Lundi 20 h 30 à 22 h
Aut. : 10 semaines/90\$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/110\$/28 janvier

Dessin/modèle vivant > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/210\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/210\$/29 janvier

Dessin observation/niveau 1
> 16 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Lundi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/195\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/195\$/28 janvier

Dessin observation/niveau 1
> 16 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Lundi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/195\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/195\$/28 janvier

Dessin-peinture/atelier libre
> 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Jeudi 10 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/70\$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/31 janvier

Huile/débutant > 16 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/195\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/195\$/30 janvier

Adultes

ARTS VISUELS

Huile/débutant > 16 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Lundi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/195\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/195\$/28 janvier

Pastel > 16 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/215\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/215\$/30 janvier

Pastel > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/215\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/215\$/29 janvier

Pastel > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/215\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/215\$/29 janvier

Pastel > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/215\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/215\$/30 janvier

Peinture > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Mercredi 13 h à 15 h 30
Aut. : 10 semaines/80\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/80\$/30 janvier
Matériel non-inclus

Peinture/acrylique > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/195\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/195\$/30 janvier



Peinture/acrylique > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/195\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/195\$/30 janvier

Peinture à l'huile > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Vendredi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/125\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/125\$/1^{er} février
Frais d'administration 3\$

Peinture à l'huile/débutant
> 16 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Lundi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/195\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/195\$/28 janvier

Peinture à l'huile/débutant
> 16 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/195\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/195\$/30 janvier

Peinture à l'huile/débutant
> 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des Familles
d'Ahuntsic
Jeudi 19 h 30 à 22 h
Aut. : 10 semaines/80\$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/80\$/31 janvier
Matériel non-inclus

Peinture à l'huile/intermédiaire
> 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Lundi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/205\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/205\$/28 janvier

Peinture à l'huile/intermédiaire
> 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/205\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/205\$/29 janvier

Peinture à l'huile/avancé > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/220\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/220\$/29 janvier

Peinture à l'huile/avancé > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/220\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/220\$/30 janvier

Peinture à l'huile/avancé > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville/
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/220\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/220\$/30 janvier

Peinture à l'huile/niveaux multiples
> 18 ans +
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
Maison Berthe-Louard
Lundi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/130\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/130\$/28 janvier

Peinture/niveaux multiples
> 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Centre Henri-Julien
Lundi 13 h à 15 h 30
Aut. : 10 semaines/110\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/115\$/28 janvier
Frais supplémentaire pour matériel,
Participation au festival culturel

Peinture/niveaux multiples
> 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Centre Henri-Julien
Mercredi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/110\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/115\$/30 janvier
Frais supplémentaire pour matériel,
Participation au festival culturel

Peinture/niveaux multiples
> 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Centre Henri-Julien
Samedi 9 h 30 à 12 h
Aut. : 10 semaines/110\$/29 septembre
Hiv. : 12 semaines/115\$/2 février
Frais supplémentaire pour matériel,
Participation au festival culturel

Peinture/niveaux multiples
> 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Centre Henri-Julien
Samedi 13 h à 15 h 30
Aut. : 10 semaines/110\$/29 septembre
Hiv. : 12 semaines/115\$/2 février
Frais supplémentaire pour matériel,
Participation au festival culturel

Poterie > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/160\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/165\$/31 janvier
5 semaines de façonnage et 5 semaines
de mosaïque.
Matériel et cuisson inclus. Participation
au festival culturel

Sculpture de bois > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Mardi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/75\$/25 septembre
Hiv. : 15 semaines/110\$/29 janvier

Sculpture de bois > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Mercredi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/75\$/26 septembre
Hiv. : 15 semaines/110\$/30 janvier

Sculpture de bois > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Jeudi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/75\$/27 septembre
Hiv. : 15 semaines/110\$/31 janvier



Vitrail > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Lundi 19 h à 22 h
Hiv. : 6 semaines/130\$/28 janvier
Matériel inclus

CONDITIONNEMENT
PHYSIQUE

Aérobic > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Lundi 10 h 30 à 11 h 30
Aut. : 10 semaines/60\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/70\$/28 janvier

Body fitness > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mardi de 19 h 30 à 20 h 30 et/ou
mercredi de 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/29 janvier

Body fitness > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Ahuntsic
Lundi 19 h 15 à 20 h
Aut. : 10 semaines/50\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/60\$/28 janvier

Body fitness/débutant > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Ahuntsic
Jeudi 19 h 15 à 20 h
Aut. : 10 semaines/50\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/60\$/31 janvier

Cardio boxe > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Lundi de 18 h 30 à 19 h 30 et/ou
mercredi de 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/28 janvier

Cardio boxe > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/65\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/70\$/28 janvier

Cardio boxe/débutant > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Ahuntsic
Lundi 18 h 30 à 19 h 15
Aut. : 10 semaines/50\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/60\$/28 janvier

Cardio boxe/débutant > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Ahuntsic
Jeudi 18 h 30 à 19 h 15
Aut. : 10 semaines/50\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/60\$/31 janvier

Adultes

CONDITIONNEMENT
PHYSIQUE**Cardio mixte**/combo intervalle poids
> 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens /
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi et mercredi 20 h 15 à 21 h 15
Aut. : 10 semaines/70\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

Combo aérobique/aérobique et poids
> 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens /
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/65\$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/65\$/31 janvier
Frais d'administration 3 \$

Conditionnement physique
> 18 ans +

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret /
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Lundi et/ou mercredi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 12 semaines/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/28 janvier

Cross fit > 16 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc. /
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mardi et/ou jeudi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/29 janvier

Danse aérobique > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc. /
514 856-2224

Centre L'Acadie
Lundi 19 h 30 à 20 h 30 ou
Mercredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/28 janvier

Danse Brûle-calories > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens /
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi et jeudi 19 h 30 à 20 h 45
Aut. : 10 semaines/75\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/75\$/29 janvier
Frais d'administration 3 \$

Étirements > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic /
514 331-6413

École Ahuntsic
Mercredi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/55\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/65\$/30 janvier

Étirements > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic /
514 331-6413

Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Jeudi 13 h à 14 h
Aut. : 10 semaines/55\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/65\$/31 janvier

Gymnastique douce (holistique)
> 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens /
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 13 h à 14 h 30
Aut. : 10 semaines/100\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/100\$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

Gymnastique douce (holistique)
> 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens /
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/100\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/100\$/30 janvier
Frais d'administration 3 \$

Gymnastique douce (holistique)
> 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens /
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Vendredi 10 h à 11 h 30
Aut. : 10 semaines/100\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/100\$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

Pilates > 16 ans +

Loisirs Sophie-Barat /514 872-1015
École Sophie-Barat
Lundi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/90\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/28 janvier

Pilates > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens /
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Vendredi 13 h 30 à 14 h 30
Aut. : 10 semaines/100\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/100\$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

Pilates > 18 ans +

L'Union des Familles d'Ahuntsic /
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des Familles
d'Ahuntsic
Lundi 9 h 15 à 10 h 15
Aut. : 10 semaines/55\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/65\$/28 janvier

Pilates > 18 ans +

L'Union des Familles d'Ahuntsic /
514 331-6413
École Ahuntsic
Mercredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/55\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/65\$/30 janvier

Work-out > 18 ans +

Service des loisirs Christ-Roi /
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/65\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/70\$/29 janvier

Zumba > 16 ans +

Loisirs Sophie-Barat /514 872-1015
Centre Scalabrini
Lundi et mercredi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/90\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/28 janvier
Inscr. : École Sophie-Barat

Zumba > 18 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc. /
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mardi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/65\$/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/85\$/29 janvier

Zumba > 18 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc. /
514 856-2224
Centre L'Acadie
Vendredi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/65\$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/85\$/1^{er} février

Zumba > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens /
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi et mercredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/70\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

Zumba > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens /
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/65\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/65\$/29 janvier
Frais d'administration 3 \$

Zumba > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens /
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 11 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/45\$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/45\$/2 février
Frais d'administration 3 \$

Zumba > 18 ans +

L'Union des Familles d'Ahuntsic /
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des Familles
d'Ahuntsic
Mercredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/60\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/70\$/30 janvier

Zumba Tonus/Merenguexercice
> 16 ans +

Loisirs Sophie-Barat /514 872-1015
Centre Scalabrini
Lundi et mercredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/90\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/28 janvier
Inscr. : École Sophie-Barat

DANSE

Afro-Caraïbes > 18 ans +

Foyer de la danse Ahuntsic-
Cartierville /514 334-6549
Centre L'Acadie
Lundi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/120\$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/120\$/21 janvier

Baladi > 16 ans +

Loisirs Sophie-Barat /514 872-1015
École Sophie-Barat
Mardi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/80\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/80\$/29 janvier

Baladi/débutant > 18 ans +

Foyer de la danse Ahuntsic-
Cartierville /514 334-6549
Centre L'Acadie
Mardi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/110\$/18 septembre
Hiv. : 10 semaines/110\$/22 janvier

Baladi/débutant > 18 ans +

L'Union des Familles d'Ahuntsic /
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des Familles
d'Ahuntsic
Mardi 19 h 30 à 20 h 45
Aut. : 10 semaines/60\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/70\$/29 janvier

Baladi/niveau 1 > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens /
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/110\$/25 septembre
Hiv. : 15 semaines/165\$/29 janvier
Frais d'administration 3 \$

Baladi/niveau 2 > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens /
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/165\$/25 septembre
Hiv. : 15 semaines/165\$/29 janvier
Frais d'administration 3 \$

Baladi/niveau 3 > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens /
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 18 h 45 à 20 h 15
Aut. : 10 semaines/110\$/25 septembre
Hiv. : 17 semaines/190\$/29 janvier
Frais d'administration 3 \$

**Baladi/niveau 4** > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens /
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 20 h 15 à 21 h 45
Aut. : 10 semaines/110\$/25 septembre
Hiv. : 17 semaines/190\$/29 janvier
Frais d'administration 3 \$

Ballet classique/intermédiaire-
avancé > 18 ans +

Foyer de la danse Ahuntsic-
Cartierville /514 334-6549
Centre L'Acadie
Mardi 18 h 30 à 19 h 45
Aut. : 15 semaines/180\$/18 septembre
Hiv. : 15 semaines/180\$/22 janvier

Claquettes/niveau 1 > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens /
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/85\$/25 septembre
Hiv. : 17 semaines/145\$/29 janvier
Frais d'administration 3 \$



Adultes

DANSE

Danse africaine > 16 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/135\$/25 septembre
Hiv. : 17 semaines/230\$/29 janvier
Frais d'administration 3\$

Danse en ligne/débutant > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413

Centre de loisirs l'Union des Familles
d'Ahuntsic
Mercredi 11 h 30 à 12 h 30
Aut. : 10 semaines/50\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/60\$/30 janvier

Danse en ligne/débutant > 18 ans +
Monovie Danse/514 240-3234

Église Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 12 h 45 à 14 h 15
Aut. : 40 semaines/50\$/18 septembre
Carte de membre 7\$
Insc. 11 et 12 septembre de 19 h à 21 h

Danse en ligne/débutant > 18 ans +
Monovie Danse/514 240-3234

Église Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 40 semaines/70\$/18 septembre
Carte de membre 7\$
Insc. 11 et 12 septembre de 19 h à 21 h

Danse en ligne/intermédiaire
> 18 ans +

L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413

Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Mercredi 12 h 30 à 13 h 30
Aut. : 10 semaines/50\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/60\$/30 janvier

Danse en ligne/intermédiaire
> 18 ans +

Monovie Danse/514 240-3234
Église Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 40 semaines/70\$/18 septembre
Carte de membre 7\$
Insc. 11 et 12 septembre de 19 h à 21 h

Danse en ligne/avancé > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413

Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Mercredi 13 h 30 à 15 h
Aut. : 10 semaines/60\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/70\$/30 janvier

Danse en ligne/avancé > 18 ans +
Monovie Danse/514 240-3234

Église Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 40 semaines/70\$/18 septembre
Carte de membre 7\$
Insc. 11 et 12 septembre de 19 h à 21 h

Danse sociale/argent > 18 ans +
Monovie Danse/514 240-3234

Église Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 40 semaines/100\$/18 septembre
Carte de membre 7\$
Insc. 11 et 12 septembre de 19 h à 21 h

Danse sociale/bronze > 18 ans +
Monovie Danse/514 240-3234

Église Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 40 semaines/70\$/18 septembre
Carte de membre 7\$
Insc. 11 et 12 septembre de 19 h à 21 h

Danse sociale/débutant > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413

Centre de loisirs l'Union des Familles
d'Ahuntsic
Jeudi 19 h 30 à 20 h 45
Aut. : 10 semaines/60\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/70\$/31 janvier

Danse sociale/débutant > 18 ans +
Monovie Danse/514 240-3234

Église Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 40 semaines/70\$/18 septembre
Carte de membre 7\$
Insc. 11 et 12 septembre de 19 h à 21 h

Danse sociale/intermédiaire
> 18 ans +

L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
Familles d'Ahuntsic
Jeudi 20 h 45 à 22 h
Aut. : 10 semaines/60\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/70\$/31 janvier

Flamenco > 16 ans +
Foyer de la danse Ahuntsic-
Cartierville/514 334-6549

Centre L'Acadie
Mercredi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 12 semaines/125\$/19 septembre
Hiv. : 12 semaines/125\$/23 janvier

Flamenco/débutant > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 18 h 45 à 20 h 15
Aut. : 10 semaines/105\$/27 septembre
Hiv. : 17 semaines/180\$/31 janvier
Frais d'administration 3\$

Flamenco/élémentaire > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 20 h 15 à 21 h 45
Aut. : 10 semaines/105\$/24 septembre
Hiv. : 15 semaines/160\$/28 janvier
Frais d'administration 3\$

Flamenco/intermédiaire > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 18 h 45 à 20 h 15
Aut. : 10 semaines/105\$/24 septembre
Hiv. : 15 semaines/160\$/28 janvier
Frais d'administration 3\$

Gumboot > 16 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Vendredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/75\$/28 septembre
Hiv. : 16 semaines/120\$/1^{er} février
Frais d'administration 3\$

Salsa > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696

Église Christ-Roi
Mercredi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/100\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/105\$/30 janvier

Tango Argentin > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696

Centre Henri-Julien
Mercredi 20 h 30 à 22 h
Aut. : 10 semaines/100\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/105\$/30 janvier

DÉVELOPPEMENT
PERSONNEL

Découvrir sa créativité > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 14 h à 16 h
Aut. : 8 semaines/70\$/25 septembre
Hiv. : 8 semaines/70\$/29 janvier
Frais d'administration 3\$

Découvrir sa créativité > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413

Centre de loisirs l'Union des Familles
d'Ahuntsic
Jeudi 13 h 30 à 15 h 30
Aut. : 6 semaines/50\$/27 septembre
Hiv. : 6 semaines/50\$/31 janvier

Parent-guide, parent-complice
> 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 19 h à 21 h 30
Aut. : 8 semaines/150\$/26 septembre
Hiv. : 8 semaines/150\$/30 janvier
Frais d'administration 3\$

Parent-guide, parent-complice
> 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Vendredi 13 h 30 à 16 h
Aut. : 8 semaines/150\$/12 octobre
Hiv. : 8 semaines/150\$/15 février
Frais d'administration 3\$

INFORMATIQUE

**Initiation à Word, Excel et
Windows** > 17 ans +

Centre d'Union Multiculturelle et
Artistique des Jeunes/514 389-6644
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 19 h à 21 h
Aut. : 10 semaines/65\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/65\$/28 janvier
Frais d'inscription 5\$ pour les membres
et 10\$ pour les non-membres



**Logiciel Photoshop/photos
numériques** > 18 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mardi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/90\$/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/110\$/29 janvier

**Logiciel Photoshop/photos
numériques** > 18 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Jeudi 9 h 30 à 11 h
Aut. : 10 semaines/90\$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/110\$/31 janvier

Logiciels Word et Excel/débutant
> 18 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Lundi 9 h 30 à 11 h
Aut. : 10 semaines/75\$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/90\$/28 janvier

Logiciels Word et Excel/débutant
> 18 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mercredi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/75\$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/90\$/30 janvier

**Logiciels Word et Excel/intermé-
diaire** > 18 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mercredi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/75\$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/90\$/30 janvier

**Logiciels Word, Excel, Windows
et Power-point/intermédiaire**
> 17 ans +

Centre d'Union Multiculturelle et
Artistique des Jeunes/514 389-6644
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 19 h à 21 h
Aut. : 10 semaines/65\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/65\$/29 janvier
Frais d'inscription 5\$ pour les membres
et 10\$ pour les non-membres

JEUX D'ADRESSE

Bocce > 18 ans +
Club de bocce l'Acadie/514 331-4555
Centre de bocce l'Acadie
Du lundi au dimanche de 13 h 30 à 17 h
et de 19 h à 22 h 30
Aut. : 52 semaines
Gratuit pour les membres et
18\$ l'heure pour les non-membres,
par allée.
Devenir membre : citoyen de
l'arrondissement 20\$, citoyen de
Montréal 30\$
Inscriptions en tout temps.

JEUX SUR TABLE

Échecs > 18 ans +
Club d'échecs Ahuntsic/
info@echecsahuntsic.com
École Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 12 h à 16 h 30
Aut. : 13 semaines/15 septembre
Hiv. : 20 semaines/19 janvier
Carte de membre annuelle 30\$

MÉTIERS D'ART

Artisanats variés > 18 ans +
Cercle de Fermières d'Ahuntsic/
514 387-1264
Maison des Hironnelles
Aut. : 39 semaines/5 septembre
Carte de membre annuelle incluant
la revue l'Actuelle, au coût de 30\$.
Insc. sur place en tout temps lors
des activités.

Broderie aux rubans/débutant
> 18 ans +

L'Union des familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
familles d'Ahuntsic
Mardi 10 h à 12 h
Aut. : 5 semaines/50\$/25 septembre
Hiv. : 5 semaines/50\$/29 janvier

**Broderie japonaise/niveaux
multiples** > 18 ans +
L'Union des familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des
familles d'Ahuntsic
Mardi 13 h à 15 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/85\$/29 janvier

Adultes

MÉTIERS D'ART

Broderie japonaise /niveaux multiples > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413

Centre de loisirs l'Union des Familles d'Ahuntsic
Mardi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/85\$/29 janvier

Couture /débutant > 16 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 18 h 30 à 21 h 30
Aut. : 12 semaines/140\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/140\$/31 janvier
Frais d'administration 3\$

Couture /débutant > 16 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens/
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Vendredi 9 h à 12 h
Aut. : 12 semaines/140\$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/140\$/1^{er} février
Frais d'administration 3\$

Couture, confection, ajustement, reprisage, etc. > 17 ans +
Centre d'Union Multiculturelle et Artistique des Jeunes/514 389-6644

Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 13 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/85\$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/85\$/31 janvier
Frais d'inscription 5\$ pour les membres et 10\$ pour les non-membres

Création de bijoux > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413

Centre de loisirs l'Union des Familles d'Ahuntsic
Jeudi 13 h à 15 h
Aut. : 5 semaines/60\$/4 octobre
Hiv. : 5 semaines/60\$/31 janvier
5 semaines de cours.
Matériel non-inclus

Émaux sur cuivre /niveaux multiples > 18 ans +

Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Centre Henri-Julien
Mardi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/160\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/165\$/29 janvier
Participation au festival culturel

Émaux sur cuivre /niveaux multiples > 18 ans +

Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Centre Henri-Julien
Mercredi 9 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/160\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/165\$/30 janvier
Participation au festival culturel

Émaux sur cuivre /niveaux multiples > 18 ans +

Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Centre Henri-Julien
Mercredi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/160\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/165\$/30 janvier
Participation au festival culturel

Tricot > 16 ans +

Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Mercredi 18 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/80\$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/80\$/30 janvier

MUSIQUE ET INTERPRÉTATION

Chant /libre > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413

Centre de loisirs l'Union des Familles d'Ahuntsic
Mardi 13 h 30 à 15 h
Aut. : 10 semaines/40\$/25 septembre

Guitare > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413

Centre de loisirs l'Union des Familles d'Ahuntsic
Lundi 16 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/150\$/24 septembre
Hiv. : 15 semaines/225\$/28 janvier
Cours privé de 30 minutes, choix d'horaire



Guitare > 18 ans +

L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des Familles d'Ahuntsic
Mardi, mercredi ou jeudi entre 15 h 30 et 20 h 30
Aut. : 10 semaines/150\$/25 septembre
Hiv. : 15 semaines/225\$/29 janvier
Cours privé de 30 minutes, choix d'horaire

Piano > 18 ans +

L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des Familles d'Ahuntsic
Du lundi au vendredi entre 15 h 30 et 20 h 30
Aut. : 10 semaines/150\$/24 septembre
Hiv. : 15 semaines/225\$/28 janvier
Cours privé de 30 minutes, choix d'horaire

Piano > 18 ans +

L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des Familles d'Ahuntsic
Samedi 9 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/150\$/29 septembre
Hiv. : 15 semaines/225\$/2^{er} février
Cours privé de 30 minutes, choix d'horaire

Violon > 18 ans +

L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des Familles d'Ahuntsic
Lundi ou mardi entre 15 h 30 et 19 h 30
Aut. : 10 semaines/150\$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/180\$/28 janvier
Instrument non-fourni.
Pour 30 minutes, choix d'horaire

PLEIN-AIR

Randonnée pédestre > 18 ans +
Monovie Plein-air/514 253-3022

Extérieur, lieux variables
Samedi, horaire variable
Aut. : 12 semaines/1^{er} octobre
Carte de membre 15\$

Ski de fond et raquette > 18 ans +

Monovie Plein-air/514 253-3022
Extérieur, lieux variables
Samedi, horaire variable
Hiv. : 9 semaines/7 janvier
Carte de membre 15\$

SPORTS

Badminton > 16 ans +
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
YMCA Cartierville
Mercredi 20 h 30 à 22 h 30
Aut. : 12 semaines/70\$/19 septembre
Hiv. : 18 semaines/100\$/23 janvier

Badminton > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Lundi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/40\$/24 septembre
Hiv. : 15 semaines/60\$/28 janvier

Badminton > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Mercredi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/40\$/26 septembre
Hiv. : 15 semaines/60\$/30 janvier

Badminton > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Vendredi 19 h 45 à 21 h 15
Aut. : 10 semaines/40\$/28 septembre
Hiv. : 15 semaines/60\$/1^{er} février

Badminton > 16 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Vendredi 21 h 15 à 22 h 45
Aut. : 10 semaines/40\$/28 septembre
Hiv. : 15 semaines/60\$/1^{er} février

Badminton > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Lundi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/30\$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/30\$/28 janvier

Badminton /avancé > 16 ans +
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
École Sainte-Odile
Jeudi 19 h 30 à 21 h 30
Aut. : 12 semaines/70\$/20 septembre
Hiv. : 18 semaines/100\$/24 janvier

Badminton libre > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Sophie-Barat
Du lundi au vendredi de 20 h 30 à 22 h
Aut. : 10 semaines/70\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/28 janvier
Apporter raquettes et volants,
choisir une journée dans la semaine.

Badminton libre > 18 ans +
Club de badminton les Raquettes du Nord/514 872-0241
Collège Mont-Saint-Louis
Lundi et/ou mercredi 20 h 30 à 22 h 30
Aut. : 12 semaines/17 septembre
Hiv. : 12 semaines/21 janvier

Basketball > 18 ans +
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
École Saint-Isaac-Jogues
Lundi 20 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/50\$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/50\$/28 janvier

Escrime adulte > 15 ans +
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
École Alice-Parizeau
Mercredi 20 h à 21 h 30
Aut. : 12 semaines/100\$/19 septembre
Hiv. : 12 semaines/100\$/23 janvier

Hockey cosom > 16 ans +
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
École Saint-Isaac-Jogues
Jeudi 20 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/50\$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/50\$/31 janvier

Hockey cosom > 18 ans +
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret/
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Jeudi 21 h 15 à 22 h 30
Aut. : 12 semaines/50\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/50\$/31 janvier

Hockey cosom > 18 ans +
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
YMCA Cartierville
Mardi 20 h 30 à 22 h
Aut. : 12 semaines/70\$/18 septembre
Hiv. : 18 semaines/100\$/22 janvier
Lunettes de protection obligatoires

Hockey cosom /récréatif > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/60\$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/65\$/29 janvier

Hockey cosom /récréatif > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/60\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/65\$/30 janvier

Hockey cosom /récréatif > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 20 h 30 à 22 h
Aut. : 10 semaines/60\$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/65\$/30 janvier

Hockey cosom /récréatif > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 20 h 30 à 22 h
Aut. : 10 semaines/60\$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/65\$/31 janvier

Hockey cosom /récréatif > 18 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Samedi 8 h 30 à 10 h
Aut. : 10 semaines/60\$/29 septembre
Hiv. : 12 semaines/65\$/2^{er} février

Tennis de table /pratique libre > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
Centre de loisirs l'Union des Familles d'Ahuntsic
Vendredi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/40\$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/40\$/1^{er} février

Volleyball > 16 ans +
Loisirs Saint-Isaac-Jogues/514 872-6699
École Saint-Isaac-Jogues
Mardi 20 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/50\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/50\$/29 janvier

Volleyball /intermédiaire > 18 ans +
Loisirs Sainte-Odile/514 872-6016
YMCA Cartierville
Lundi 20 h 30 à 22 h 30
Aut. : 12 semaines/70\$/17 septembre
Hiv. : 18 semaines/100\$/21 janvier

Volleyball /récréatif > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Mardi 20 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/45\$/25 septembre
Hiv. : 15 semaines/65\$/29 janvier



Adultes

SPORTS

Volleyball/récréatif > 18 ans +
L'Union des Familles d'Ahuntsic/
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Jeudi 20 h 15 à 22 h 15
Aut. : 10 semaines/45\$/27 septembre
Hiv. : 15 semaines/65\$/31 janvier

SPORTS DE COMBAT

Aïkido > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat/514 872-1015
École Saint-Paul-de-la-Croix
Mardi et jeudi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/90\$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/90\$/29 janvier
Inscr. : École Sophie-Barat
Judogi requis

Boxe/cours de groupes pour femmes
> 18 ans +
Club de boxe Ring 83/514 872-6138
Salle de combat Ring 83
Samedi 9 h à 10 h 30
Aut. : 52 semaines/1^{er} septembre
Tarif à confirmer, veuillez téléphoner
du lundi au vendredi après 17 h 30

Boxe/cours de groupes pour femmes
> 18 ans +
Club de boxe Ring 83/514 872-6138
Salle de combat Ring 83
Mardi 20 h à 21 h 30
Aut. : 52 semaines/4 septembre
Tarif à confirmer, veuillez téléphoner
du lundi au vendredi après 17 h 30



Boxe Olympique/niveaux multiples
> 18 ans +
Club de boxe Ring 83/514 872-6138
Salle de combat Ring 83
Du lundi au vendredi 17 h à 20 h
Aut. : 52 semaines/4 septembre
40\$ par mois, veuillez téléphoner du
lundi au vendredi après 17 h 30

Judo/niveaux multiples > 18 ans +
Club de judo Hakudokan/514 387-6978
Club de judo Hakudokan
Lundi et/ou mercredi de 19 h 30 à 21 h
et/ou vendredi de 18 h 30 à 20 h
Aut. : 52 semaines/5 septembre
Possibilité de 3 pratiques/semaine
Judogi requis

Karaté/niveaux multiples > 13 ans +
Club Dojokai Karaté-do Canada/
514 969-4482

YMCA Cartierville
Mardi, jeudi et vendredi 20 h à 21 h 30
Aut. : 13 semaines/155\$/4 septembre
Hiv. : 13 semaines/155\$/4 décembre
Frais d'affiliation 35\$
Frais supp. pour uniforme
Inscription par téléphone

Taekwondo WTF > 14 ans +
Acadé-Kicks/514 995-4257
École La Visitation
Lundi et/ou mercredi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/14 janvier
Carte de membre annuelle 15\$
Uniforme 45\$



Aînés

ACTIVITÉS DE DÉTENTE

Nos aînés avant tout > 50 ans +
Centre d'Union Multiculturelle et
Artistique des Jeunes/514 389-6644
Église Saints-Martyrs-Canadiens
Dimanche 16 h à 20 h
Aut. : 30 septembre
Hiv. : 3 février
Frais d'inscription 5\$ pour les membres
et 10\$ pour les non-membres

Tai-chi > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mardi 9 h 30 à 10 h 30
Aut. : 10 semaines/45\$/18 septembre
Hiv. : 10 semaines/45\$/15 janvier
Carte de membre obligatoire 7\$

Tai-chi > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mardi 10 h 45 à 11 h 45
Aut. : 10 semaines/45\$/18 septembre
Hiv. : 10 semaines/45\$/15 janvier
Carte de membre obligatoire 7\$

Yoga sur chaise/débutant > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Jeudi 9 h 30 à 10 h 30
Aut. : 10 semaines/45\$/20 septembre
Hiv. : 10 semaines/45\$/17 janvier
Carte de membre obligatoire 7\$

Yoga sur chaise/avancé > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mercredi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/45\$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/45\$/16 janvier
Carte de membre obligatoire 7\$

Yoga sur chaise/avancé > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Jeudi 10 h 45 à 11 h 45
Aut. : 10 semaines/45\$/20 septembre
Hiv. : 10 semaines/45\$/17 janvier
Carte de membre obligatoire 7\$

APPRENTISSAGE
LANGUES

Anglais/débutant > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mercredi 13 h 30 à 15 h
Aut. : 10 semaines/50\$/18 septembre
Hiv. : 10 semaines/50\$/15 janvier
Carte de membre obligatoire 7\$

ARTS MÉDIATIQUES

Photographie numérique
> 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932

Centre Henri-Julien
Mercredi 13 h 30 à 15 h
Aut. : 10 semaines/50\$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/50\$/16 janvier
Carte de membre obligatoire 7\$

ARTS VISUELS

Dessin et peinture > 55 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mercredi 13 h 30 à 15 h
Aut. : 10 semaines/90\$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/110\$/30 janvier

Peinture/huile, acrylique et
aquarelle > 50 ans +
Club des aînés du domaine
Saint-Sulpice/514 382-4197
Église Saint-Isaac-Jogues
Mardi 13 h à 16 h
Aut. : 12 semaines/85\$/18 septembre
Hiv. : 12 semaines/85\$/8 janvier
Carte de membre 20\$
Frais de cours 90\$ pour non-membres

CONDITIONNEMENT
PHYSIQUE

Aérobic > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Lundi 9 h 30 à 10 h 30
Aut. : 10 semaines/50\$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/50\$/14 janvier
Carte de membre obligatoire 7\$

Conditionnement 3 en 1 > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932

Centre Henri-Julien
Lundi 13 h 45 à 14 h 45
Aut. : 10 semaines/50\$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/50\$/14 janvier
Carte de membre obligatoire 7\$

Étirements musculaires > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932

Centre Henri-Julien
Lundi 10 h 45 à 11 h 45
Aut. : 10 semaines/50\$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/50\$/14 janvier
Carte de membre obligatoire 7\$

Mise en forme 50 + > 50 ans +
Service des loisirs Christ-Roi/
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi et/ou jeudi 13 h à 14 h 30
Aut. : 10 semaines/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/29 janvier

Pilates, régulier > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932

Centre Henri-Julien
Lundi 12 h 30 à 13 h 30
Aut. : 10 semaines/50\$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/50\$/14 janvier
Carte de membre obligatoire 7\$

Remise en forme > 55 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Lundi et/ou mercredi 9 h à 10 h
Aut. : 10 semaines/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/28 janvier

DANSE

Danse de ligne > 55 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224

Centre L'Acadie
Mardi 9 h 30 à 11 h
Aut. : 10 semaines/65\$/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/85\$/29 janvier

Danse de ligne > 55 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Jeudi 9 h 30 à 11 h
Aut. : 10 semaines/65\$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/85\$/31 janvier



Aînés

DANSE

Danse en ligne/débutant et intermédiaire > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Jeudi 13 h à 15 h
Aut.: 10 semaines /40\$/20 septembre
Hiv.: 10 semaines/40\$/17 janvier
Carte de membre obligatoire 7\$

Danse en ligne/multiniveaux > 50 ans +
Club des aînés du domaine
Saint-Sulpice/514 382-4197
Église Saint-Isaac-Jogues
Mercredi 13 h à 15 h
Aut.: 10 semaines /50\$/19 septembre
Hiv.: 10 semaines/50\$/23 janvier
Carte de membre 20\$

Soirées dansantes > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Samedi 13 h à 23 h
Aut.: 4 semaines
Hiv.: 4 semaines
Carte de membre obligatoire au coût de 7\$
Inscriptions en tout temps
Un samedi par mois

DÉVELOPPEMENT
PERSONNEL

Musclez vos ménages > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mardi 13 h à 15 h
Aut.: 10 semaines/55\$/18 septembre
Hiv.: 10 semaines/55\$/15 janvier
Carte de membre obligatoire 7\$

Vivre en harmonie > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mardi 13 h à 15 h
Aut.: 10 semaines/50\$/18 septembre
Hiv.: 10 semaines/50\$/15 janvier
Carte de membre obligatoire 7\$

INFORMATIQUE

Informatique/débutant > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mercredi 9 h 30 à 11 h 30
Aut.: 10 semaines/26 septembre
Hiv.: 10 semaines/30 janvier
Carte de membre obligatoire 7\$
Coût de 10\$ pour deux heures
Inscription en tout temps

Informatique/débutant > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mercredi 13 h à 15 h
Aut.: 10 semaines/26 septembre
Hiv.: 10 semaines/30 janvier
Carte de membre obligatoire
10\$ pour 2 heures de cours
Inscription en tout temps

JEUX D'ADRESSE

Bocce > 55 ans +
Club de bocce l'Acadie/514 331-4555
Centre de bocce l'Acadie
Du lundi au dimanche 13 h 30 à 17 h et
de 19 h à 22 h 30
Aut.: 52 semaines
Gratuit pour les membres et
18\$ l'heure pour les non-membres,
par allée.
Inscriptions en tout temps.
Devenir membre: citoyen de
l'arrondissement 20\$, citoyen de
Montréal 30\$

JEUX SUR TABLE

Bingo > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mercredi 13 h à 16 h
Aut.: 15 semaines/5 septembre
Hiv.: 20 semaines/16 janvier
Carte de membre obligatoire 7\$

Bingo > 50 ans +
Club de l'âge d'or Les Pionniers/
514 872-3272
Centre Henri-Julien
Vendredi 14 h à 16 h
Aut.: 15 semaines/7 septembre
Hiv.: 23 semaines/11 janvier
Carte de membre obligatoire 8\$
Inscription en tout temps

Jeux de table pratique libre
> 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien/
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Dimanche 13 h à 19 h
Aut.: 7 semaines/9 septembre
Hiv.: 7 semaines/27 janvier
Carte de membre obligatoire 7\$
2 dimanches par mois

SPORTS

Badminton/pratique libre > 55 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc./
514 856-2224
Centre L'Acadie
Mardi et/ou vendredi 9 h à 10 h
Aut.: 10 semaines/20\$/25 septembre
Hiv.: 14 semaines/20\$/29 janvier
L'inscription donne droit à un livret de
10 séances de 1 h

SPORTS DE COMBAT

Judo/niveaux multiples > 0 - 77 ans
Club de judo Hakudokan/514 387-6978
Club de judo Hakudokan
Lundi et/ou mercredi de 19 h 30 à 21 h
et/ou vendredi de 18 h 30 à 20 h
Aut.: 52 semaines/5 septembre
Possibilité de 3 pratiques/semaine
Judogi requis

SPORTS DE GLACE

Notez que les activités qui se déroulent à l'aréna Ahuntsic seront relocalisées à l'hiver 2013 en raison des travaux visant la mise aux normes de l'aréna.

HOCKEY SUR GLACE

Association des Braves d'Ahuntsic
www.ahmba.ca
9300, rue Saint-Denis
514 956-1955 ou 514 602-3770

Offrir la pratique du hockey sur glace pour les jeunes de 3 à 21 ans et pour les adultes. Nous offrons les activités d'hockey pour les niveaux débutant, intermédiaire et avancé (élite). De plus, nous offrons le hockey pour les adultes! Renseignez-vous!

Bébitte à Pré-Novice > 3-6 ans
Novice à Midget > 7-17 ans
Hockey féminin > 5-20 ans
Hockey adulte > 21 ans et plus

Inscriptions: Pour les jeunes de 3 à 10 ans, nous acceptons les nouvelles inscriptions jusqu'au 30 septembre 2012.

Communiquez avec nous pour prendre rendez-vous au braves1955@hotmail.com.

Les activités se déroulent majoritairement dans les aréna Ahuntsic, Marcellin-Wilson et Michel Normandin. Voir site Internet pour plus de détails.

La saison débute le 25 août pour une durée de 31 semaines.

LOCATION D'HEURES DE GLACE
POUR DES GROUPES

Communiquez avec le préposé de l'aréna. Selon la politique de tarification de l'arrondissement d'Ahuntsic-Cartierville.

PRO-SHOP

Ahuntsic: Ouvert en fonction de la programmation. Pour information 514 872-6115.

Marcellin-Wilson: Machine à aiguiser les patins.

PATINAGE ARTISTIQUE

Club de patinage artistique de l'Acadie

www.cpaacadie.com
Aréna Marcellin-Wilson
11 301, boul. de l'Acadie
514 686-2720

Patinage PLUS > cours de groupes (3-17 ans)
Patinage STAR > cours privés et semi-privés (écusson 3 préalable)

Inscriptions

28 au 30 août 2012 de 19 h à 21 h à la salle Ahuntsic du YMCA Cartierville situé au 11 885 boulevard Laurentien.

Les activités se déroulent à l'aréna Marcellin-Wilson. Voir site Internet ou communiquez avec nous pour plus de détails.

La saison débute le 6 septembre 2012 pour une durée de 20 semaines.

Club de Patinage Artistique Ahuntsic

cpaahuntsic.com
Aréna Ahuntsic
10 560, rue Saint-Hubert
438 989-6576

Mini-glace > 3-4 ans
Mercredi 17 h 30 à 18 h 20
Samedi 10 h 10 à 11 h

Patinage PLUS
> cours de groupes (5-15 ans)
Mercredi 17 h 30 à 18 h 20
Vendredi 17 h 30 à 18 h 20
Samedi 10 h 10 à 11 h

Patinage PLUS adultes (débutants)
> cours de groupes (18 ans +)
Mercredi 21 h 30 à 22 h 30

Patinage PLUS enrichi
> cours de groupes (étapes 3 et +)
Cours de patinage semi-privés
Samedi 11 h à 11 h 50

Patinage STAR > cours privés et patineurs expérimentés
Mercredi 18 h 20 à 21 h 30
Vendredi 18 h 30 à 22 h
Samedi 11 h 50 à 14 h

Inscriptions

17 et 18 décembre 2012 de 19 h à 20 h 30 à l'aréna Ahuntsic pour la session hiver.

La session d'automne débute le 5 septembre 2012 pour 15 semaines. La session d'hiver débute le 9 janvier pour 10 semaines.



Les activités se déroulent à l'aréna Ahuntsic. Voir site Internet ou communiquez avec nous pour plus de détails.





PATINAGE DE VITESSE

Club de patinage de vitesse
Montréal-Ahuntsic

www.cpvma.org

1380 rue Prieur Est, H2C 1L2

514 668-4931

Groupe débutant
Mardi 17 h 30 à 18 h 40
Dimanche 9 h à 10 h 10

Groupe intermédiaire
Mercredi 18 h 50 à 20 h
Dimanche 10 h 15 à 11 h 25

Groupe avancé
Mercredi 18 h 50 à 20 h
Vendredi 19 h 30 à 21 h 30
Dimanche 10 h 15 à 11 h 25

Groupe performance
Mardi 18 h 45 à 20 h
Mercredi 17 h 30 à 18 h 40
Vendredi 19 h 30 à 21 h 30
Dimanche 11 h 30 à 13 h

Inscriptions

4 septembre 2012
de 17 h 30 à 20 h à l'aréna
Marcelin-Wilson.

Les activités se déroulent
à l'aréna Marcelin-Wilson.
Voir site Internet ou
communiquiez avec nous
pour plus de détails.

La saison débute le 4 septembre
2012 pour une durée de
30 semaines.

PATIN LIBRE ET HOCKEY LIBRE

SAISON 2012-2013

ENTRÉE GRATUITE

Début des activités : 15 septembre 2012

	Aréna Ahuntsic* 10 560, rue Saint-Hubert 514 872-6115	Aréna Marcelin-Wilson 11 301, boul. de l'Acadie 514 872-6191
Lundi	Hockey libre : 16 h à 17 h	Hockey libre (16 ans +) : 15 h à 16 h Patin libre : 16 h à 17 h
Mardi	Patin libre : 16 h à 17 h	Patin libre : 16 h à 17 h
Mercredi	Patin libre : 16 h à 17 h	Patin libre : 16 h à 17 h
Judi	Patin libre : 16 h à 17 h	Patin libre : 16 h à 17 h
Vendredi	Patin libre : 16 h à 17 h	Patin libre : 15 h 15 à 16 h 15 Hockey libre (16 ans +) : 16 h 15 à 17 h 15
Samedi	Patin libre : 14 h à 15 h 30	Patin libre : 15 h à 17 h
Dimanche	Patin libre : 14 h à 16 h	

*L'aréna Ahuntsic sera fermé à compter du 31 décembre 2012 en raison de sa mise aux normes

Club aquatique les
Piranhas du Nord (CAPN)

Piscine Sophie-Barat
10 851, avenue Saint-Charles
514 385-1525
www.clubcapn.com



INSCRIPTIONS

Automne

Pré-inscriptions en ligne :

- 7 août (9 h) au 21 août (17 h) pour les usagers ayant suivi des cours de natation ENFANTS en 2012.
- 14 août (9 h) au 28 août (17 h) pour les usagers ayant suivi des cours ADULTES en 2012.
- 20 août (9 h) au 3 septembre (17 h) pour les usagers du club de compétition actifs en 2011-2012.

Inscriptions en personne :

5 septembre cours enfant (résidents de Montréal)
6 septembre cours adulte (résidents de Montréal)
7 septembre pour tous
> de 19 h à 21 h

Club de compétition

Nage synchronisée, natation, sauvetage sportif

Pré-inscriptions en ligne : le 13 août dès 12 h

Inscriptions en ligne : le 4 septembre dès 12 h

Hiver

Pré-inscriptions en ligne :

- 26 novembre (9 h) au 7 décembre (17 h) pour les usagers ayant suivi des cours de natation ENFANTS à l'automne 2012.

Inscriptions en personne :

2 janvier cours enfant (résidents de Montréal)
3 janvier cours adulte (résidents de Montréal)
4 janvier pour tous
> de 19 h à 21 h

Début des cours enfants : 5 - 6 janvier

Début des cours adultes : 7 janvier

Cours de sauvetage

Piscine Sophie-Barat

Étoile de bronze, médaille de bronze, croix de bronze, sauveteur national, premiers soins général et assistant-moniteur (Croix-rouge). Plusieurs cours possibles les samedis et dimanches de chacune des sessions (automne, hiver et printemps).

Inscriptions : sur place ou en ligne dès
le 1^{er} septembre 2012

Pour information : www.clubcapn.com

Vincent Gosselin, coordonnateur en
sauvetage du CAPN 514 385-1525

coordosauvetagecapn@hotmail.com



Jeunes et Adolescents

SPORTS AQUATIQUES

Natation/junior 5 > 6 - 17 ans
Dimanche 9 h - 9 h 55
Aut. : 10 semaines/75\$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/13 janvier

Natation/junior 5 > 6 - 17 ans
Dimanche 11 h - 11 h 55
Aut. : 10 semaines/75\$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/13 janvier

Natation/junior 5 > 6 - 17 ans
Dimanche 13 h - 13 h 55
Aut. : 10 semaines/75\$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/13 janvier

Natation/junior 6 > 6 - 17 ans
Dimanche 10 h - 10 h 55
Aut. : 10 semaines/75\$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/13 janvier

Natation/junior 6 > 6 - 17 ans
Dimanche 12 h - 12 h 55
Aut. : 10 semaines/75\$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/13 janvier

Natation/junior 6 > 6 - 17 ans
Dimanche 14 h - 14 h 55
Aut. : 10 semaines/75\$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/13 janvier

Natation/junior 7 et 8 > 6 - 17 ans
Dimanche 9 h - 9 h 55
Aut. : 10 semaines/75\$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/13 janvier

Natation/junior 7 et 8 > 6 - 17 ans
Dimanche 11 h - 11 h 55
Aut. : 10 semaines/75\$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/13 janvier

Natation/junior 7 et 8 > 6 - 17 ans
Dimanche 14 h - 14 h 55
Aut. : 10 semaines/75\$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/13 janvier

Natation/junior 9 et 10 > 6 - 17 ans
Dimanche 10 h - 10 h 55
Aut. : 10 semaines/75\$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/13 janvier

Natation/junior 9 et 10 > 6 - 17 ans
Dimanche 12 h - 12 h 55
Aut. : 10 semaines/75\$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/13 janvier

Plongeon > 6 - 17 ans
Samedi 12 h - 12 h 55
Aut. : 10 semaines/75\$/15 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/12 janvier

Pré-ligue/junior 3-4 > 6 - 17 ans
Mercredi 17 h 30 - 18 h 25
Aut. : 10 semaines/75\$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/16 janvier

Pré-ligue/junior 4-5 > 6 - 17 ans
Mercredi 18 h 30 - 19 h 25
Aut. : 10 semaines/75\$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/16 janvier

Sauvetage > 6 - 17 ans
Samedi 14 h - 14 h 55
Aut. : 10 semaines/75\$/15 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/12 janvier

Water-polo/cours benjamin > 6 - 17 ans
Mercredi 16 h 30 - 17 h 25
Aut. : 10 semaines/70\$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/65\$/16 janvier

Adultes

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE AQUATIQUE

Aquaforme > 16 ans +
Lundi 18 h 30 - 19 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/14 janvier

Aquaforme > 16 ans +
Mercredi 17 h 30 - 18 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/16 janvier

Aquaforme > 16 ans +
Mercredi 18 h 30 - 19 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/16 janvier

Aquaforme > 16 ans +
Mercredi 20 h 30 - 21 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/16 janvier

Aquaforme/prénatal > 16 ans +
Lundi 19 h 30 - 20 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/14 janvier

Aquajogging > 16 ans +
Lundi 19 h 30 - 20 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/14 janvier

Aquajogging > 16 ans +
Mercredi 19 h 30 - 20 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/16 janvier

Conditionnement aquatique > 16 ans +
Jeudi 19 h 30 - 20 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/20 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/17 janvier

SPORTS AQUATIQUES

Natation/débutant > 18 ans +
Lundi 19 h 30 - 20 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/14 janvier

Natation/intermédiaire > 18 ans +
Lundi 20 h 30 - 21 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/14 janvier

Nage synchronisée > 18 - 55 ans
Mardi 19 h 30 - 20 h 30
Aut. : 10 semaines/70\$/18 septembre
Hiv. : 10 semaines/70\$/15 janvier

Aînés

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE AQUATIQUE

Aquaforme > 55 ans +
Au choix : lundi, mardi, mercredi ou jeudi 15 h 35 - 16 h 30
Aut. : 10 semaines/55\$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/55\$/14 janvier

BAIN LIBRE

PISCINE SOPHIE-BARAT

10851, rue Saint-Charles
514 872-1136

Lundi - fermé

	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Tous (gratuit)	19 h 30 à 20 h 25 Section peu profonde	19 h 30 à 20 h 25 Section peu profonde	19 h 30 à 20 h 25 Section peu profonde	19 h 30 à 20 h 25 Toute la piscine et 2 tremplins	15 h à 16 h 25 Toute la piscine et 2 tremplins	15 h 30 à 17 h 25 Toute la piscine et 2 tremplins
Adultes (gratuit)	20 h 30 à 21 h 25 Toute la piscine (possibilité de 4 couloirs max.)	20 h 30 à 21 h 25 Section profonde seulement	20 h 30 à 21 h 25 2 couloirs seulement	20 h 30 à 21 h 25 Toute la piscine (possibilité de 4 couloirs max.)	16 h 30 à 17 h 25 Toute la piscine (possibilité de 3 couloirs max.)	16 h 30 à 17 h 10 1 couloir seulement
Aînés 55 ans + (gratuit)		15 h 35 à 16 h 30 Demi-piscine		15 h 35 à 16 h 30 Toute la piscine		

BAIN LIBRE

YMCA CARTIERVILLE

11885 boul. Laurentien
514 313-1136

Le casque de bain est obligatoire pour toutes les activités

Gratuit

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
6 h 30 à 7 h 30 5 couloirs longueurs	8 h à 9 h 30 2 couloirs bain libre	6 h 30 à 7 h 30 5 couloirs longueurs	8 h à 9 h 30 2 couloirs bain libre	6 h 30 à 9 h 5 couloirs longueurs	8 h à 9 h 2 couloirs bain libre	
12 h à 13 h 5 couloirs longueurs		12 h à 13 h 5 couloirs longueurs		12 h à 13 h 5 couloirs longueurs	13 h à 15 h 30 bain libre	13 h 30 à 15 h 30 bain libre
14 h à 15 h 2 couloirs bain libre Aînés (50 ans +)	15 h 30 à 16 h 30 bain libre	14 h à 15 h 2 couloirs bain libre Aînés (50 ans +)	15 h 30 à 16 h 30 bain libre	15 h 30 à 16 h 30 bain libre	14 h à 16 h 30 bain libre	
	18 h 30 à 20 h 30 2 couloirs bain libre		18 h 30 à 20 h 30 2 couloirs bain libre			
20 h 30 à 22 h 2 couloirs bain libre		20 h 30 à 22 h 2 couloirs bain libre		20 h à 22 h 2 couloirs bain libre		



4 Le YMCA Cartierville



- 80 COORDONNÉES ET HEURES D'OUVERTURE
- 80 INSTALLATIONS
- 81 ACTIVITÉS
- 82 DES À-CÔTÉS BIEN APPRÉCIÉS
- 83 FORMULES D'ABONNEMENT
- 83 VOLET COMMUNAUTAIRE



ymcaquebec.org

Plein de vies

**YMCA Cartierville**

11885, boul. Laurentien
(coin Louisbourg),
Montréal
514 313-1047
ymcaquebec.org



Suivez-nous sur Facebook
facebook.com/ymcaquebec

HEURES D'OUVERTURE

Lundi au vendredi : 6 h à 22 h 30
Fins de semaine et jours fériés : 7 h à 20 h 30
Fermé : le 25 décembre et le 1^{er} janvier

88 000 PIEDS CARRÉS DE VIES

Le plus récent des dix centres YMCA du Québec, le YMCA Cartierville est le fruit d'un partenariat entre :

- le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport du Québec (MÉLS);
- la Ville de Montréal;
- l'arrondissement d'Ahuñtic-Cartierville;
- Les YMCA du Québec.

**INSTALLATIONS****88 000 PIEDS CARRÉS DE PLAISIRS**

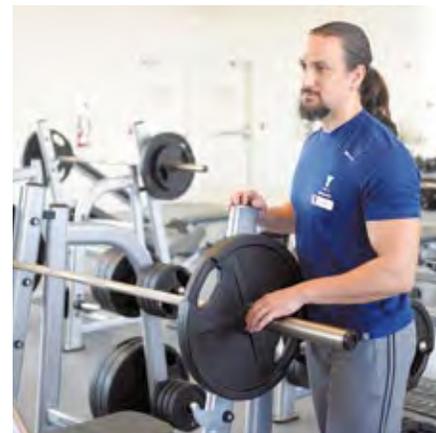
Plus qu'un lieu pour la pratique d'activités physiques, le YMCA Cartierville constitue aussi un formidable espace de loisirs où chacun peut s'adonner à son activité favorite, suivre des cours de groupe, participer à des activités communautaires et une foule d'autres choses.

**Les installations incluent :**

- 1 piscine semi-olympique de cinq corridors avec partie profonde, bassin récréatif, bain tourbillon et sauna mixte accessibles aux personnes à mobilité réduite;
- 1 gymnase double multisport avec piste de course surélevée;
- 1 salle d'entraînement munie d'appareils cardiovasculaires, d'un circuit de musculation, de poids libres et d'une aire d'étirement;
- 2 studios polyvalents pour les cours de groupe et 1 studio de Cardio cycle;
- 5 vestiaires incluant un vestiaire famille;
- 2 salles polyvalentes pour des réunions et activités communautaires.

ACTIVITÉS**88 000 PIEDS CARRÉS D'ACTIVITÉS****L'abonnement au YMCA, un tout-inclus :**

1) Activités physiques en solo : à la salle d'entraînement, vous côtoyez des entraîneurs hautement qualifiés et motivants, qui peuvent vous concevoir un programme d'entraînement adapté à vos objectifs et à votre condition physique.



3) Activités aquatiques : que vous désiriez les pratiquer seul, en groupe ou en famille, des dizaines d'activités aquatiques vous sont offertes.

4) Activités familiales : une programmation adaptée aux familles avec plusieurs cours parents-enfants (Zumba, yoga, Groove, aérobex, camp d'entraînement).

5) Sports d'équipe : soccer, volley-ball, basket-ball, hockey cosm, etc.

2) Cours de groupe : les membres du YMCA Cartierville ont accès à un éventail de cours de groupe exceptionnel : Cardio cycle, Zumba, danse arabe, danse et Wii pour les 12 à 17 ans, tonus musculaire, step, Pilates, aquaforme, yoga, aérobex, tai chi et bien plus !



DES À-CÔTÉS BIEN APPRÉCIÉS

Le YMCA ne serait pas le même sans tous les programmes, les formations spéciales et les petites attentions qui font sa réputation et dont vous pouvez bénéficier chaque jour moyennant des frais additionnels :

- Cours de natation pour adultes
- Cours de réanimation cardiorespiratoire (R.C.R.)
- Cours de sauvetage
- Cours de formation d'instructeurs (F.I.T.)
- Réadaptation cardiaque
- Nutrition
- Massothérapie
- Thérapie sportive
- Halte-garderie
- Location de petits casiers et de serviettes
- Café



Enfants et ados :

- activités sportives au gymnase;
- camp de jour;
- cours de natation et cours de sauvetage;
- fêtes d'anniversaire;
- garderie non subventionnée;
- journées pédagogiques;
- soirées pour ados les vendredis.



Consultez le ymcaquebec.org pour obtenir tous les détails. Pour les tarifs, téléphonez au 514 313-1047 ou présentez-vous à l'accueil de notre centre.

INFORMEZ-VOUS DÈS MAINTENANT SUR NOS FORMULES D'ABONNEMENT, EN SOLO OU EN FAMILLE

Au YMCA, tout le monde y trouve son compte. En effet, différentes formules d'abonnement vous sont offertes, en solo ou en famille.

- **Abonnement réseau.** Abonnement d'un an qui permet l'accès à tous les YMCA et leurs équipements sportifs, ainsi qu'à leur grande variété de cours de groupe. L'abonnement réseau est disponible en 2 options : ferme (avec un engagement de 12 mois) ou flexible (sans engagement et annulable en tout temps). Également, l'abonnement réseau donne la possibilité de se joindre à nos clubs sportifs, aux entraînements des maîtres nageurs et d'accéder au réseau mondial des YMCA.
- **Abonnement famille et couple.** Une formule avantageuse qui s'adresse aux couples avec ou sans enfants âgés de moins de 18 ans résidant à la même adresse.
- **Abonnement pour les moins de 18 ans.** **Pour les 0-11 ans :** activités à la piscine et au gymnase. **Pour les 12-17 ans :** activités au gymnase et à la piscine ainsi qu'accès aux cours de groupe et à la salle d'entraînement (après avoir complété la session d'orientation).
- **Abonnement corporatif.** Pour les adultes (et conjoint(e)), dont l'employeur a une entente avec le YMCA.
- **Abonnement Plus.** Une formule tout confort vous permettant de profiter des avantages de l'abonnement réseau avec, en prime, des services additionnels comme l'accès au vestiaire exclusif avec bain de vapeur, services de serviettes et casier personnel, journaux du jour, télévision et Internet.
- **Abonnement local pour étudiants.** Les étudiants peuvent profiter des cours, activités et services du YMCA Cartierville à prix réduit.
- **Politique d'accès pour tous.** Les YMCA du Québec ont instauré une formule de tarification souple permettant à toute personne admissible de bénéficier d'un tarif réduit applicable sur la plupart des services offerts. Pour connaître les tarifs et les modalités, n'hésitez pas à vous adresser à un préposé à l'accueil. La confidentialité est assurée.

La différence YMCA : vous pouvez suspendre et, selon l'option choisie, annuler votre abonnement en tout temps.

88 000 PIEDS CARRÉS D'ESPRIT COMMUNAUTAIRE

Les résidents de l'arrondissement ont accès gratuitement à certaines plages horaires des installations aquatiques. Des salles et des plateaux sportifs du centre sont également mis à la disposition des organismes communautaires partenaires de l'arrondissement. Une programmation d'activités est par ailleurs offerte par plusieurs de ces derniers, incluant des activités dans le gymnase et dans une salle polyvalente.

Être membre du YMCA Cartierville, c'est faire partie des YMCA du Québec, un organisme de bienfaisance qui, au-delà des services en activités physiques offerts, aide les enfants, les jeunes, les adultes et les aîné(e)s à développer leur mieux-être. Le YMCA Cartierville contribue ainsi de façon positive à l'amélioration de la qualité de vie des résidents ainsi qu'à la revitalisation du quartier qu'il dessert.

- 86 DESCRIPTION ET COORDONNÉES DU COMPLEXE SPORTIF
- 87 MODALITÉS D'INSCRIPTION
- 88 LISTE DES ORGANISMES SPORTIFS
- 90 ACTIVITÉS OFFERTES



ville.montreal.qc.ca/cscr

5 Complexe sportif Claude-Robillard

DESCRIPTION ET COORDONNÉES DU COMPLEXE SPORTIF

Une expérience en or!

Situé dans l'arrondissement d'Ahuntsic-Cartierville, au nord de Montréal, le complexe sportif Claude-Robillard est une installation multidisciplinaire conçue pour la pratique d'activités physiques, le sport de haute performance et la tenue d'événements sportifs.

Il a été érigé pour les Jeux de la XXI^e Olympiade, qui se sont tenus à Montréal du 17 juillet au 1^{er} août 1976. Site des compétitions de handball et de water-polo, il servit également de lieu d'entraînement pour le hockey sur gazon, l'athlétisme, le football, la natation et le plongeon. Les travaux de construction s'échelonnèrent sur une période d'un peu moins de 21 mois. L'édifice fut inauguré le 18 mai 1976.

Grâce à la programmation diversifiée proposée par les divers organismes partenaires du complexe sportif, le citoyen actif sera heureux d'y pratiquer le sport de son choix ou de participer aux nombreuses activités offertes. Que vous soyez de niveau débutant, intermédiaire ou compétitif, le complexe sportif Claude-Robillard vous permettra de vivre une expérience en or!

Complexe sportif Claude-Robillard

1000, avenue Émile-Journault
Montréal (Québec) H2M 2E7

Renseignements : 514 872-6900
Télécopieur : 514 872-4718
Courriel : cscr@ville.montreal.qc.ca
WEB : ville.montreal.qc.ca/cscr

Heures d'ouverture
Du lundi au vendredi, de 7 h à 22 h
Les samedis et dimanches, de 7 h à 20 h

Comment s'y rendre

Pour vous rendre au complexe sportif en transport en commun, prenez le métro jusqu'à la station **Crémazie** (ligne orange), puis l'**autobus 146**. Le complexe est à quelques minutes de marche du métro. Le complexe sportif est également desservi par les lignes d'**autobus 30, 54 et 56**.

En voiture, optez pour la sortie Saint-Hubert – Christophe-Colomb du boulevard Métropolitain et dirigez-vous vers le nord. L'édifice est situé à moins d'un kilomètre. Le complexe sportif met des espaces de stationnement gratuits à la disposition des usagers et des visiteurs (370 places). Une voie cyclable nord-sud longe le site (rue Christophe-Colomb). Le complexe sportif est desservi par une station **BIXI**.



Crédits : O. Gariépy, photographie

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription en personne

Vous devez vous présenter au complexe sportif Claude-Robillard pour vous inscrire à l'activité de votre choix. Vous trouverez les journées et les heures exactes dans les pages suivantes. Veuillez noter que certains organismes partenaires offrent l'inscription en ligne.

Au moment de l'inscription à une activité offerte par la Ville de Montréal, assurez-vous d'avoir en votre possession :

- 1 L'une des preuves de résidence suivantes :**
 - Carte Accès Montréal
 - Compte de taxes municipales
 - Permis de conduire
 - Factures de services publics, datées d'au plus 4 mois, sur lesquelles apparaissent vos nom, prénom et adresse actuelle.

Un bail n'est pas considéré comme une preuve de résidence.

- 2 Votre paiement en argent comptant seulement**

Note : Pour les activités offertes par Sports Montréal inc., les cartes de crédit Visa et MasterCard ainsi que les paiements par Interac sont acceptés.

- 3 Une carte d'identité avec photo**

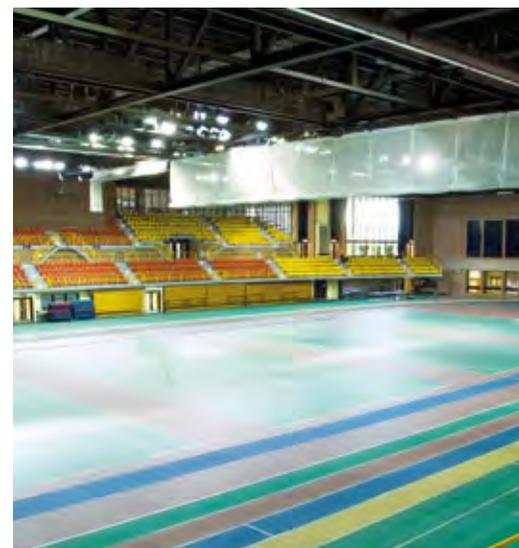
Veuillez noter que votre première carte d'identité est gratuite et qu'un montant de 6 \$ sera exigé pour son remplacement.

Une carte d'activité personnalisée vous sera remise au moment de l'inscription ou lors de la première séance d'activité. Par la suite, vous devrez avoir cette carte en votre possession lorsque vous participez à une activité.

La carte d'activité permet d'utiliser les vestiaires et, selon les horaires en vigueur et les disponibilités, de pratiquer le jogging libre et d'accéder à la salle de musculation (salle omnisports).

Inscription en ligne

ville.montreal.qc.ca/loisirsenligne



Crédits : O. Gariépy, photographie





ASSOCIATION RÉGIONALE D'ATHLÉTISME MONTRÉAL-CONCORDIA

Athlétisme
Inscr. : en tout temps
fpap@sympatico.ca

ASSOCIATION RÉGIONALE DE SOCCER CONCORDIA INC.

Soccer
Athlètes sélectionnés par l'association
arsc@soccerconcordia.ca
www.soccerconcordia.ca
514 722-2551, poste 205

BOXE MONTRÉAL.COM INC.

Boxe olympique
www.boxemontreal.com
514 383-8651

CLUB AQUATIQUE CAMO MONTRÉAL (NATATION) INC.

Natation
Club élite et Club des maîtres
École de natation (5-12 ans)
Inscr. : en tout temps
camonatation@videotron.ca
www.camonatation.org
514 872-1715

CLUB AQUATIQUE CAMO MONTRÉAL (WATER-POLO) INC.

Water-polo
Inscr. : en tout temps
guy@camowaterpolo.com
www.camowaterpolo.com
514 506-2261

CLUB 50 ANS+ DE CLAUDE-ROBILLARD (APADOR)

- Aérostep
- Aquaforme
- Aquajogging
- Badminton
- Cardiovélo
- Compétitions sportives
- Conditionnement physique
- Course à pied
- Danse de ligne
- Flex-plus
- Golf
- Musculation
- Natation
- Palet
- Pilates
- Sorties plein air
- Tai-chi
- Tennis
- Tennis de table
- Vélo stationnaire
- Volleyball
- Yoga
- Zumba

Inscription en ligne et en personne.

Automne 2012 :
Résidants
en ligne au www.club50anspluscr.com :
dès le mercredi 1^{er} août
en personne :
dès le mercredi 29 août (local 1.48)
Lundi au vendredi, de 9 h à 12 h
Pour tous : dès le jeudi 30 août

Hiver 2013 :
Résidants
en ligne au www.club50anspluscr.com :
dès le lundi 5 novembre
en personne :
dès le mercredi 5 décembre (local 1.48)
Lundi au vendredi, de 9 h à 12 h
Pour tous : dès le jeudi 6 décembre

info@club50anspluscr.com
www.club50anspluscr.com
514 389-3640

CLUB D'ÉLITE DE KARATÉ DE MONTRÉAL - CONCORDIA INC.

• **Autodéfense et combat**
• **Karaté traditionnel**
Inscr. :
Aut. : dès le 1^{er} septembre, de 18 h à 20 h
Hiv. : dès le 5 janvier, de 18 h à 20 h
cchautran@videotron.ca
www.cekmc.com
514 341-0663

CLUB D'ESCRIME FLEURET D'ARGENT

Escrime
Inscriptions pour l'automne 2012 :
Dès le 27 août, de 18 h à 20 h
www.eskrimemontreal.com
514 835-9164

CLUB D'HALTÉROPHILIE DE MONTRÉAL

Haltérophilie
Inscr. : en tout temps
nehme_mark@hotmail.com
438 888-8478

CLUB DE JUDO MÉTROPOLITAIN INC.

• **Judo**
• **Autodéfense**
Inscr. : en tout temps
www.clubjudo.com
info@clubjudo.com
514 918-5644

CLUB DE LUTTE INTER-CONCORDIA INC. (C.L.I.C.)

Lutte olympique
a.merlo@videotron.ca
Inscr. : en tout temps
514 697-6151

CLUB DE PLONGEON CAMO MONTRÉAL INC.

Plongeon
Inscr. : consulter le site Internet
camoplongeon@qc.aira.com
www.camoplongeon.ca
514 872-1838

CLUB DE TENNIS DE TABLE PRESTIGE DE MONTRÉAL

Tennis de table
Inscr. : en tout temps
www.clubprestige.ca
club-prestige@hotmail.com
514 872-1584

CLUB VAINQUEURS PLUS

Athlétisme
Inscr. : en tout temps
www.clubvainqueurs.com
jfmartel@clubvainqueurs.com
514 972-1322

CLUB DE TIR À L'ARC DE MONTRÉAL

Tir à l'arc
Inscr. : consulter le site Internet
infos@ctam.info
www.ctam.info
514 872-7935

LE CLUB GYMNIX INC.

Gymnastique artistique
Aut. : en ligne dès le 1^{er} sept.
En personne : le 6 sept., de 18 h à 20 h
Hiv. : en ligne dès le 1^{er} janvier
En personne : le 10 janv., de 18 h à 20 h
clubgymnix@gymnix.ca
www.gymnix.com
514 872-1536

CLUB D'ATHLÉTISME PERFMAX-RACING DE MONTRÉAL

Athlétisme
Inscr. : en tout temps
perfmmax_tc@videotron.ca
www.perfmmaxclub.com
514 939-6061

CLUB D'ATHLÉTISME FLEUR DE LYS

Athlétisme
Inscr. : en tout temps
fpap@sympatico.ca

ÉCOLE DE PLONGÉE SOUS-MARINE LES ANÉMONES BLEUES

Plongée sous-marine
Inscr. : consulter le site Internet
info@anemonesbleues.com
www.anemonesbleues.com
514 388-8588



SPORTS MONTRÉAL INC.

- Abdos-fessiers
- Aérobex
- Aqua boot camp
- Aquaforme
- Aquaforme prénatale
- Aquajogging
- Aquaspinning
- Aqua zumba
- Activités motrices Karibou
- Body design
- Body design pré ou post-natal
- Boot camp
- Cardiovélo
- Conditionnement physique
- Course à pied
- Danse
- Danse avec bébé
- En forme avec bébé
- Flexi-Plus
- Groove
- Gumbots
- Golf
- Kickboxing
- Musculation
- Natation
- Pilates
- Pilates avec bébé
- Power yoga
- Sauvetage
- Secourisme
- Stretching
- Tennis
- Workout
- Yoga
- Yoga pré ou post-natal
- Zumba

Inscr. en ligne et en personne
Aut. : dès le 22 août à midi
Hiv. : dès le 21 novembre à midi
En ligne : www.sportsmontreal.com :
24 h/7 jours

Inscr. en pers. à l'option santé (\$2.02) :
du lundi au vendredi,
de 9 h 30 à 20 h
Samedi et dimanche, de 9 h 30 à 15 h
www.sportsmontreal.com
info@sportsmontreal.com
514 872-7177

Bénéficiez de rabais supplémentaires en combinant 2 ou 3 activités. Certaines conditions s'appliquent.

TENNIS MONTRÉAL INC.

Tennis
Inscr. : en tout temps
www.tennismontreal.qc.ca
514 270-2724

VILLE DE MONTRÉAL

- Badminton
- Baignade libre
- Jogging
- Musculation
- Patinage libre
- Racquetball
- Squash
- Tennis

Inscr.
Résidants : Aut. : dès le 20 août
Hiv. : dès le 3 décembre
Tous : Aut. : dès le 4 sept.
Hiv. : dès le 3 janvier
Inscr. en pers. : lundi au vendredi,
de 9 h à 12 h et de 13 h à 21 h
Samedi et dimanche, de 9 h à 12 h et
de 13 h à 19 h
Inscription en ligne :
ville.montreal.qc.ca/loisirsenligne
514 872-6900

Activités sports aquatiques

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE AQUATIQUE

Aqua boot camp > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Piscine
Mardi ou jeudi, de 20 h à 20 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/97\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/83\$

Aquaforme > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Piscine
Lundi ou mercredi, de 10 h à 10 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/97\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/83\$

Aquaforme prénatale > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Piscine
Lundi ou mercredi, de 11 h à 11 h 55 ou mardi, de 9 h à 9 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/97\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/83\$

Aquaforme > 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Piscine
Lundi ou mercredi, de 11 h à 12 h
Mardi ou jeudi, de 10 h à 11 h
Automne : 12 sem./17 septembre
Hiver : 12 sem./14 janvier
Membre : 55\$/Non-membre : 95\$

Aquajogging > 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Piscine
Mardi ou jeudi, de 10 h à 11 h
Automne : 12 sem./17 septembre
Hiver : 12 sem./14 janvier
Membre : 55\$/Non-membre : 95\$

Aquajogging > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Piscine
Lundi ou mercredi, de 11 h à 11 h 55 ou Mardi ou jeudi, de 20 h à 20 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/97\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/83\$

Aquaspinning > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Piscine
Lundi ou mercredi, de 9 h à 9 h 45 ou de 10 h à 10 h 45 ou de 20 h à 20 h 45 ou de 21 h à 21 h 45 ou
Mardi, de 10 h 15 à 11 h ou de 11 h 15 à 12 h
Automne : 12 sem./10 septembre/114\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/97\$

Aqua Zumba > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Piscine
Mardi ou jeudi, de 21 h à 21 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/97\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/83\$

NATATION

Baignade libre > Tous
Ville de Montréal
Piscine
Horaire variable
Automne : 12 sem./4 septembre
Hiver : 12 sem./3 janvier
Gratuit
Pour connaître l'horaire, composez le 514 872-6900, options 5-1

Compétition/Développement > 6-10 ans
Club aquatique CAMO de Montréal (natation)
Piscine
Lundi au vendredi, de 18 h 30 de 19 h 30 ou de 18 h 30 à 19 h 45
Automne : 40 sem./4 septembre
\$ Variable selon le nombre d'heures d'entraînement
Carte de membre obligatoire

Compétition/Élite > 7-25 ans
Club aquatique CAMO de Montréal (natation)
Piscine
Lundi au samedi, de 6 h à 8 h 30 et/ou de 16 h 30 à 18 h 30
Automne : 40 sem./4 septembre
\$ Variable selon le nombre d'heures d'entraînement
Carte de membre obligatoire

Compétition/Maîtres > 20 ans +
Club aquatique CAMO de Montréal (natation)
Piscine
Lundi au vendredi, de 6 h à 8 h 30 et/ou de 18 h 30 à 19 h 45
Automne : 14 sem./10 septembre
Hiver : 14 sem./7 janvier
162\$: 3 fois/sem.
192\$: 6 fois/sem.
Carte de membre obligatoire

Cours/École de natation > 5-12 ans
Club aquatique CAMO de Montréal (natation)
Piscine
Automne : jeudi et vendredi, de 16 h à 20 h ou samedi, de 9 h à 12 h
Hiver : jeudi, de 16 h à 20 h
Automne : 10 sem./13 septembre/83\$
Hiver : 10 sem./10 janvier/83\$
Carte de membre obligatoire

Natation adulte/niveau 1 > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Piscine
Lundi, de 12 h 15 à 13 h 15 ou mardi, de 21 h à 22 h ou mercredi, de 12 h 15 à 13 h 15 ou jeudi, de 9 h à 10 h
Automne : 12 sem./10 septembre/109\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/93\$

Natation adulte/niveau 2 > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Piscine
Jeudi, de 10 h à 11 h ou de 11 h à 12 h ou de 21 h à 22 h
Automne : 12 sem./10 septembre/109\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/93\$

Niveaux multiples > 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Piscine
Lundi ou mercredi, de 10 h à 11 h
Automne : 12 sem./17 septembre
Hiver : 12 sem./14 janvier
Membre : 55\$/Non-membre : 95\$

PLONGÉE SOUS-MARINE

Niveaux multiples > 14 ans +
École de plongée sous-marine
Les anémones bleues
Piscine
Horaire variable
Carte de membre obligatoire

PLONGEON

Développement I > 7-11 ans
Club de plongeon CAMO de Montréal inc.
Piscine
Lundi au vendredi, de 18 h à 19 h 30
Automne : 10 sem./10 septembre
Hiver : 10 sem./7 janvier
180\$/2 fois semaine
250\$/3 fois semaine
300\$/4 fois semaine
Carte de membre obligatoire
Évaluation requise

Développement II > 12-16 ans
Club de plongeon CAMO de Montréal inc.
Piscine
Mardi, de 18 h 30 à 20 h 30
Jeudi et vendredi, de 17 h 30 à 19 h 30
Samedi, de 13 h à 15 h
Automne : 10 sem./10 septembre
Hiver : 10 sem./7 janvier
200\$/2 fois semaine
330\$/3 fois semaine
480\$/4 fois semaine
Carte de membre obligatoire
Évaluation requise



Relève > 5-7 ans
Club de plongeon CAMO de Montréal inc.
Piscine
Lundi et jeudi, de 18 h à 19 h 30
Automne : 10 sem./10 septembre
Hiver : 10 sem./7 janvier
180\$/session
Carte de membre obligatoire
Évaluation requise

Initiation > 6-15 ans
Club de plongeon CAMO de Montréal inc.
Piscine
Lundi au vendredi, de 17 h à 20 h
Mercredi ou vendredi, de 17 h à 20 h
Samedi ou dimanche, de 9 h à 15 h 45
Automne : 8 sem./10 septembre
Hiver : 8 sem./7 janvier
90\$/session
Carte de membre obligatoire

Récréatif > 9-16 ans
Club de plongeon CAMO de Montréal inc.
Piscine
Mardi et vendredi, de 18 h 30 à 20 h
Automne : 10 sem./10 septembre
Hiver : 10 sem./7 janvier
140\$/session
Carte de membre obligatoire
Évaluation requise

Maîtres > 17 ans +
Club de plongeon CAMO de Montréal inc.
Piscine
Lundi au vendredi, de 19 h 30 à 21 h
Automne : 10 sem./10 septembre
Hiver : 10 sem./7 janvier
De 85\$ à 345\$ selon le nombre de fois par semaine
Carte de membre obligatoire

WATER-POLO

Adultes récréatif > 18 ans +
Club aquatique CAMO de Montréal (water-polo)
Piscine
Mercredi, de 21 h à 22 h 30
Vendredi, de 20 h à 22 h
Dimanche, de 16 h 30 à 18 h 30
Automne : 41 sem./10 décembre/350\$
Carte de membre obligatoire

Compétitif/Femmes > 14 ans +
Club aquatique CAMO de Montréal (water-polo)
Piscine
Lundi au vendredi, de 18 h à 20 h
Automne : 41 sem./13 août/350\$ à 600\$
Carte de membre obligatoire

Compétitif/Hommes > 14 ans +
Club aquatique CAMO de Montréal (water-polo)
Piscine
Lundi au vendredi, de 18 h à 20 h
Automne : 41 sem./13 août/550\$
Carte de membre obligatoire

Compétitif/Hommes > 17 ans +
Club aquatique CAMO de Montréal (water-polo)
Piscine
Lundi au jeudi, de 20 h à 22 h
Automne : 41 sem./10 septembre
350\$ à 600\$
Carte de membre obligatoire

Activités de conditionnement physique

ACTIVITÉS MOTRICES

Le tour du monde de Karibou
Poussins coquins > 12 à 16 mois
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Vendredi, de 11 h à 11 h 50 ou samedi, de 16 h 30 à 17 h 20 ou dimanche, de 9 h à 9 h 50 ou 14 h 30 à 15 h 20
Automne : 10 sem./10 septembre/69\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/69\$
Un parent/enfant obligatoire

Le tour du monde de Karibou
Lapins taquins > 16 à 20 mois
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Vendredi ou dimanche, de 10 h à 10 h 50 ou Samedi ou dimanche, de 15 h 30 à 16 h 20
Automne : 10 sem./10 septembre/69\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/69\$
Un parent/enfant obligatoire

Le tour du monde de Karibou
Ratons fripons > 20 à 24 mois
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Vendredi, de 9 h à 9 h 50 ou samedi, de 14 h 30 à 15 h 20 ou dimanche, de 11 h à 11 h 50
Automne : 10 sem./10 septembre/69\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/69\$
Un parent/enfant obligatoire

Le tour du monde de Karibou
Oursons mignons > 2 à 2 1/2 ans
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02 ou salle de lutte ou salle de judo
Vendredi, de 15 h à 15 h 50 ou samedi, de 11 h à 11 h 50 ou de 16 h 30 à 17 h 20 ou
Dimanche, de 14 h 30 à 15 h 20
Automne : 10 sem./10 septembre/69\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/69\$
Un parent/enfant obligatoire

Le tour du monde de Karibou
P'tits loups filous > 2 1/2 à 3 ans
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02 ou salle de lutte ou salle de judo
Vendredi, de 16 h à 16 h 50 ou samedi, de 10 h à 10 h 50 ou de 15 h 30 à 16 h 20 ou
Dimanche, de 11 h à 11 h 50 ou
Automne : 10 sem./10 septembre/69\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/69\$
Un parent/enfant obligatoire

Le tour du monde de Karibou
Renards débrouillards > 3 à 4 ans
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02 ou salle de lutte ou salle de judo
Vendredi, de 14 h à 14 h 50 ou dimanche, de 9 h à 9 h 50
Automne : 10 sem./10 septembre/69\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/69\$
Un parent/enfant obligatoire

Le tour du monde de Karibou

Renards débrouillards
Option basketball > 3 à 4 ans
Sports Montréal inc.
Salle 2.02 ou salle de lutte ou salle de judo
Dimanche, de 15 h 30 à 16 h 20
Automne : 10 sem./10 septembre/69\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/69\$
Un parent/enfant obligatoire

Le tour du monde de Karibou

Renards débrouillards - Option danse > 3 à 4 ans
Sports Montréal inc.
Salle 2.02 ou salle de lutte ou salle de judo
Samedi, de 9 h à 9 h 50 ou dimanche, de 16 h 30 à 17 h 20
Automne : 10 sem./10 septembre/69\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/69\$
Un parent/enfant obligatoire

Le tour du monde de Karibou

Renards débrouillards - Option soccer > 3 à 4 ans
Sports Montréal inc.
Salle 2.02 ou salle de lutte ou de judo
Samedi, de 9 h à 9 h 50 ou dimanche, de 10 h à 10 h 50 ou de 16 h 30 à 17 h 20
Automne : 10 sem./10 septembre/69\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/69\$
Un parent/enfant obligatoire

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

Abdos-fessier > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle de judo
Lundi, de 9 h à 9 h 55
Vendredi, de 10 h 45 à 11 h 40
Automne : 12 sem./10 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$

Body design > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Collège André-Grasset
Lundi ou mercredi, de 19 h à 19 h 55
Automne : 12 sem./5 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$

Body design > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Mardi ou jeudi, de 9 h à 9 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$

Body design (90 minutes)
> 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle de judo
Vendredi, de 9 h à 10 h 25
Automne : 12 sem./10 septembre/109\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/93\$

Body design prénatal > 16 ans +
Sports Montréal inc.
Salle 2.02
Lundi ou mercredi, de 10 h 15 à 11 h 10
Automne : 12 sem./10 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$

Body design avec bébé > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Mercredi, de 13 h 15 à 14 h 10
Automne : 12 sem./10 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$
Enfant de 0 à 18 mois

Boot camp > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Mardi ou jeudi, de 17 h 45 à 19 h 10
Lundi ou mercredi, de 20 h 30 à 21 h 55
Vendredi, de 17 h 30 à 19 h
Automne : 12 sem./10 septembre/109\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/93\$

Boot camp ados > 13-15 ans
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Jeudi, de 16 h 30 à 17 h 25
Automne : 10 sem./10 septembre/75\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/75\$

Boot camp express > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Lundi ou mercredi, de 7 h à 7 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$

Boot camp extérieur > 16 ans +
Sports Montréal inc.
Terrain de baseball no.1
Mardi ou jeudi, de 18 h à 19 h 30 ou samedi, de 11 h à 12 h 30
Automne : 12 sem./10 septembre/109\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/93\$

Cardiovélo > 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Salle de musculation (local 1.04)
Lundi, mardi ou jeudi, de 11 h à 12 h
Automne : 12 sem./17 septembre
Hiver : 12 sem./14 janvier
Membre : 55\$/Non-membre : 95\$

Cardiovélo Ados > 12 à 15 ans
Sports Montréal inc.
Aire de cardiovélo
Lundi, de 17 h à 17 h 55
Automne : 8 sem./3 septembre/75\$
7 sem./29 octobre/66\$
Hiver : 8 sem./7 janvier/75\$
Apportez votre serviette

Cardiovélo express > 16 ans +
Sports Montréal inc.
Aire de cardiovélo
Lundi ou mercredi, de 12 h 15 à 12 h 50
Automne : 8 sem./3 septembre/60\$
7 sem./29 octobre/53\$
Hiver : 8 sem./7 janvier/60\$
Apportez votre serviette

Cardiovélo régulier > 16 ans +
Sports Montréal inc.
Aire de cardiovélo
Lundi, de 9 h à 9 h 45 ou de 13 h à 13 h 45 ou de 18 h à 18 h 45 ou de 19 h à 19 h 45 ou de 20 h à 20 h 45
Mardi ou jeudi, de 8 h 15 à 9 h ou de 17 h à 17 h 45 ou de 18 h à 18 h 45 ou de 19 h à 19 h 45 ou de 20 h à 20 h 45
Mercredi, de 9 h à 9 h 45 ou de 13 h à 13 h 45 ou de 17 h à 17 h 45 ou de 18 h à 18 h 45 ou de 19 h à 19 h 45 ou de 20 h à 20 h 45
Vendredi, de 18 h à 18 h 45 ou de 19 h à 19 h 45
Samedi, de 9 h à 9 h 45 ou de 10 h à 10 h 45
Automne : 8 sem./3 septembre/75\$
7 sem./29 octobre/66\$
Hiver : 8 sem./7 janvier/75\$
Apportez votre serviette

Cardiovélo tonus > 16 ans +
Sports Montréal inc.
Aire de cardiovélo et salle de judo
Mardi ou jeudi, de 7 h à 7 h 55
Automne : 8 sem./3 septembre/90\$
7 sem./29 octobre/79\$
Hiver : 8 sem./7 janvier/90\$
Apportez votre serviette

Conditionnement physique débutant > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle omnisports
Mardi ou jeudi, de 19 h à 19 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$

Conditionnement physique intermédiaire > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle omnisports
Mardi ou jeudi, de 20 h à 20 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$

Conditionnement physique avancé > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle omnisports
Mardi ou jeudi, de 19 h à 19 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$



Course à pied/débutant > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle omnisports
Mardi ou jeudi, de 18 h à 19 h 25
Automne : 12 sem./10 septembre/104\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/86\$

Course à pied/avancé > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle omnisports
Mardi ou jeudi, de 19 h à 20 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/109\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/95\$

Course à pied > 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Salle omnisports (local 1.80)
Mardi ou jeudi, 8 h 30
Automne : 12 sem./17 septembre
Hiver : 12 sem./14 janvier
Membre : 55\$/Non-membre : 95\$

En forme avec bébé > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle de lutte (local 1.02)
Mercredi, de 11 h à 12 h 25 ou vendredi, de 10 h 15 à 11 h 40
Automne : 12 sem./10 septembre/104\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/95\$
Enfant de moins de 6 mois

En forme avec bébé > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02 ou salle de judo
Jeudi, de 11 h 30 à 12 h 55 ou de 14 h à 15 h 25
Automne : 12 sem./10 septembre/104\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/95\$
Enfant de plus de 6 mois

Flexi-plus > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Mardi ou jeudi, de 19 h 15 à 20 h 10 ou mercredi, de 9 h à 9 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/104\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/89\$

Flex-plus/Forme-flex (Débutant)
> 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Local S2.36
Mercredi ou jeudi, de 11 h 30 à 12 h
Automne : 12 sem./17 septembre
Hiver : 12 sem./14 janvier
Membre : 55\$/Non-membre : 95\$

Groove > 16 ans +
Sports Montréal inc.
Collège André-Grasset
Lundi ou mercredi, de 18 h à 18 h 55
Automne : 12 sem./5 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$

Jogging/pratique libre > 16 ans +
Ville de Montréal
Piste d'athlétisme intérieure
Lundi et mercredi, de 7 h à 16 h et de 20 h à 22 h
Mardi et jeudi, de 7 h à 19 h et de 21 h à 22 h
Vendredi, de 7 h à 22 h
Automne : 12 sem./4 septembre
Hiver : 12 sem./3 janvier
16 et 17 ans : gratuit
Adultes : 52\$

Lève-tôt > 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Salle omnisports (local 1.80)
Lundi, mercredi et vendredi, de 7 h à 8 h
Automne : 15 sem./5 septembre/110\$
Hiver : 15 sem./4 janvier/110\$

Pilates avec bébé > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Lundi ou mercredi, de 14 h 30 à 15 h 25
Automne : 12 sem./10 septembre/104\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/89\$
Enfant de 0 à 18 mois

Pilates > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle de lutte (local 1.02)
Mardi, de 18 h à 19 h 10 ou jeudi, de 19 h 15 à 20 h 10 ou dimanche, de 11 h à 11 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/104\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/89\$

Pilates > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Mardi ou jeudi, de 10 h à 10 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/104\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/89\$

Pilates > 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Salle de lutte (local 1.02)
Lundi ou mardi, 11 h à 11 h 50
Automne : 12 sem./17 septembre
Hiver : 12 sem./14 janvier
Membre : 55\$/Non-membre : 95\$

Stretching > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Mardi ou jeudi, de 11 h à 11 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$

Stretching > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle de lutte
Mardi, de 19 h 15 à 20 h 10 ou jeudi, de 20 h 15 à 21 h 10
dimanche, de 12 h à 12 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$

Vélo stationnaire > 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Salle de musculation (local 1.04)
Lundi au jeudi, de 11 h ou 11 h 30
Automne : 12 sem./17 septembre
Hiver : 12 sem./14 janvier
Membre : 55\$/Non-membre : 95\$

Workout Mix > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle omnisports
Mardi, de 18 h à 18 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$

DANSE

Danse africaine/Gumboot
> 16 ans +
Sports Montréal inc.
Collège André-Grasset
Lundi ou mercredi, de 20 h à 20 h 55
Automne : 12 sem./5 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$

Danse avec bébé > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Mardi, de 14 h à 15 h 25
Automne : 12 sem./10 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$
Enfant de 0 à 18 mois

5 Complexe sportif Claude-Robillard

ACTIVITÉS OFFERTES

Danse découverte > 4-5 ans

Sports Montréal Inc.
Collège André-Grasset
Samedi, de 8 h 30 à 9 h 15 ou
de 9 h 20 à 10 h 05
Automne : 10 sem./8 septembre/69\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/69\$

Danse découverte > 5-6 ans

Sports Montréal Inc.
Collège André-Grasset
Samedi, de 10 h 10 à 10 h 55
Automne : 10 sem./8 septembre/69\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/69\$

Danse de ligne > 50 ans +

Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Hall (niveau 2)
Vendredi, de 10 h 30 à 11 h 30
Automne : 12 sem./17 septembre
Hiver : 12 sem./14 janvier
Membre : 55\$/Non-membre : 95\$

Danse Hip-hop > 6-8 ans

Sports Montréal Inc.
Collège André-Grasset
Samedi, de 11 h à 11 h 45
Automne : 10 sem./8 septembre/69\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/69\$

Zumba > 16 ans +

Sports Montréal Inc.
Collège André-Grasset
Lundi ou mercredi, de 21 h à 21 h 55
Automne : 12 sem./5 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$

Zumba > 16 ans +

Sports Montréal Inc.
Salle omnisports
Mardi, de 18 h à 18 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$

Zumba gold > 50 ans +

Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Salle omnisports
Lundi et mercredi, de 10 h à 11 h
Automne : 15 sem./4 septembre/110\$
Hiver : 15 sem./3 janvier/110\$

Zumba toning > 50 ans +

Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Salle omnisports
Mardi et jeudi, de 10 h à 11 h
Automne : 15 sem./4 septembre/110\$
Hiver : 15 sem./3 janvier/110\$

Zumbatic > 13-15 ans

Sports Montréal inc.
Salle 2.02
Mardi, de 16 h 30 à 17 h 25
Automne : 10 sem./10 septembre/75\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/75\$

MUSCULATION

Activité supervisée > 16 ans +

Sports Montréal inc.
Salle 2.02
Mercredi, de 19 h à 19 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/92\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/79\$

Activité supervisée > 50 ans +

Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Salle de musculation (local 1.04)
Lundi au jeudi, de 11 h à 12 h
Automne : 12 sem./10 septembre
Hiver : 12 sem./7 janvier
Membre : 55\$/Non-membre : 95\$

Musculation express > 16 ans +

Sports Montréal inc.
Salle 2.02
Lundi ou mercredi, de 12 h 15 à 12 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/67\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/57\$

Pratique libre > 18 ans +

Ville de Montréal
Salle de musculation (local 1.04)
Lundi au vendredi, de 7 h à 22 h
Samedi et dimanche, de 7 h à 20 h
Automne : 12 sem./4 septembre/75\$
Hiver : 10 sem./3 janvier/75\$

Niveaux multiples > 50 ans +

Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Salle omnisports (local 1.80)
Lundi au jeudi, de 8 h 30 à 10 h 30
Lundi et mercredi, à 13 h
Vendredi, de 9 h à 10 h
Automne : 15 sem./4 septembre/110\$
Hiver : 15 sem./3 janvier/110\$

TAI-CHI

Niveaux multiples > 50 ans +

Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Salle de lutte (local 1.02)
Lundi ou mardi, de 11 h 30 à 12 h 30
Automne : 12 sem./17 septembre
Hiver : 12 sem./14 janvier
Membre : 55\$/Non-membre : 95\$

YOGA

Power Yoga/Débutant > 16 ans +

Sports Montréal Inc.
Salle de lutte (local 1.02)
Mardi, de 20 h 15 à 21 h 10
Jeudi, de 18 h à 19 h 10
Dimanche, de 9 h 45 à 10 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/109\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/93\$
Apporter votre tapis

Yoga Initiation > 50 ans +

Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Salle de lutte (local 1.02)
Mercredi ou jeudi, de 11 h 30 à 12 h 30
Automne : 12 sem./17 septembre
Hiver : 12 sem./14 janvier
Membre : 55\$/Non-membre : 95\$

Yoga express > 16 ans +

Sports Montréal inc.
Salle 2.02
Mardi ou jeudi, de 7 h à 7 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/104\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/89\$
Apporter votre tapis

Yoga avec bébé > 16 ans +

Sports Montréal inc.
Salle de judo
Mercredi, de 11 h 30 à 13 h
Automne : 12 sem./10 septembre/111\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/99\$
Apporter votre tapis,
enfant de 0 à 18 mois

Yoga avec bébé > 16 ans +

Sports Montréal inc.
Salle 2.02
Vendredi, de 12 h 15 à 13 h 25
Automne : 12 sem./10 septembre/111\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/99\$
Apporter votre tapis,
enfant de 0 à 18 mois

Yoga prénatal/Débutant > 16 ans +

Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Lundi, de 18 h 45 à 20 h 10 ou
mardi ou jeudi, de 12 h 45 à 13 h 40
Automne : 12 sem./10 septembre/111\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/99\$
Apporter votre tapis

Yoga prénatal/Pour les couples

> 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Vendredi, de 19 h 15 à 20 h 40 ou
dimanche, de 12 h 30 à 13 h 55
Automne : 12 sem./10 septembre/140\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/125\$
Cours s'adressant uniquement
aux couples

Arts martiaux et sports de combat

BOXE OLYMPIQUE

Niveaux multiples > 11 ans +

Boxe Montréal.com Inc.
Salle de boxe (local S2.22)
Lundi, mardi, jeudi et vendredi,
de 15 h à 19 h
Automne : 15 sem./10 septembre
Hiver : 15 sem./7 janvier
\$ Selon la catégorie/Carte de membre
obligatoire + affiliation (F.Q.B.O.)

ESCRIME

Débutant/avancé > 8-12 ans

Club d'escrime Fleuret d'argent
Salle d'escrime (salle 2.20)
Mercredi, de 17 h 30 à 18 h 30 ou
vendredi, de 18 h à 19 h
Automne : 15 sem./5 septembre/115\$
Hiver : 10 sem./3 janvier/115\$
Carte de membre obligatoire
Matériel fourni

Débutant/avancé > 13 ans +

Club d'escrime Fleuret d'argent
Salle d'escrime (salle 2.20)
Jeudi, de 18 h à 20 h
Automne : 15 sem./6 septembre/135\$
Hiver : 10 sem./3 janvier/135\$
Carte de membre obligatoire
Matériel fourni

Débutant/avancé > 18 ans +

Club d'escrime Fleuret d'argent
Salle d'escrime (salle 2.20)
Jeudi, de 18 h 30 à 20 h 30
Automne : 15 sem./6 septembre/150\$
Hiver : 10 sem./5 janvier/150\$
Carte de membre obligatoire
Matériel fourni

Élite et compétitif > 18 ans +

Club d'escrime Fleuret d'argent
Salle d'escrime (salle 2.20)
Lundi au vendredi, de 15 h à 21 h 30
Automne : 45 sem./5 sept.
Coût selon les catégories
Carte de membre obligatoire

JUDO

Parent-enfant/niveaux multiples

> 3-5 ans
Club de judo métropolitain inc.
Salle de judo (salle 1.08)
Samedi de 10 h à 11 h ou
de 11 h 10 à 12 h 10
Automne : 10 sem./22 septembre/185\$
Hiver : 10 sem./19 janvier/185\$
Cours spécialisé
Carte de membre obligatoire

Parent-enfant/niveaux multiples

> 6-10 ans
Club de judo métropolitain inc.
Salle de judo (salle 1.08)
Samedi, de 8 h 50 à 9 h 50
Automne : 10 sem./22 septembre/185\$
Hiver : 10 sem./19 janvier/185\$
Cours spécialisé
Carte de membre obligatoire

Jeunes/débutant > 6-13 ans

Club de judo métropolitain inc.
Salle de judo (salle 1.08)
Lundi et mercredi, de 17 h 20 à 18 h 20
Automne : 12 sem./17 septembre/185\$
Hiver : 11 sem./14 janvier/185\$
Carte de membre obligatoire

Jeunes/intermédiaire et avancé

> 6-13 ans
Club de judo métropolitain inc.
Salle de judo (salle 1.08)
Lundi et mercredi, de 18 h 25 à 19 h 25
Vendredi, de 17 h 50 à 18 h 50
Automne : 12 sem./19 septembre/185\$
Hiver : 11 sem./14 janvier/185\$
Carte de membre obligatoire

Ados/niveaux multiples > 14-17 ans

Club de judo métropolitain inc.
Salle de judo (salle 1.08)
Lundi et mercredi, de 19 h à 20 h 30
Vendredi, de 19 h à 20 h 30
Automne : 13 sem./10 septembre/185\$
Hiver : 12 sem./14 janvier/185\$
Compétitif et non-compétitif
Carte de membre obligatoire

JUDO ET AUTODÉFENSE

Niveaux multiples > 14 ans +

Club de judo métropolitain inc.
Salle de judo (salle 1.08)
Samedi de 12 h 30 à 14 h
Automne : 10 sem./22 septembre/185\$
Hiver : 10 sem./19 janvier/185\$
Cours spécialisé/Autodéfense, judo,
jujitsu, aikido
Carte de membre obligatoire

KARATÉ

Avancé > 6 ans +

Club d'élite de karaté de
Montréal-Concordia
Salle de karaté (local S2.36)
Mardi, de 19 h à 20 h 30
Jeudi, de 19 h à 20 h 30
Samedi, de 8 h 30 à 11 h
Dimanche, de 17 h à 19 h
Automne : 17 sem./2 septembre/210\$
Hiver : 17 sem./4 janvier/210\$
20% de rabais pour le deuxième
membre d'une même famille

Auto-défense et combat/débutant

> 6 ans +
Club d'élite de karaté de
Montréal-Concordia
Salle de karaté (local S2.36)
Mercredi, de 18 h à 20 h 15
Vendredi, de 18 h à 19 h 15
Samedi, de 9 h 45 à 12 h
Dimanche, de 17 h à 19 h
Automne : 17 sem./2 septembre/190\$
Hiver : 17 sem./4 janvier/190\$
20% de rabais pour le deuxième
membre d'une même famille

Auto-défense et combat/

intermédiaire > 6 ans +
Salle de karaté (local S2.36)
Mercredi, de 18 h 45 à 20 h 15
Vendredi, de 18 h 45 à 20 h 15
Samedi, de 9 h 45 à 12 h
Dimanche, de 17 h à 19 h
Automne : 17 sem./2 septembre/190\$
Hiver : 17 sem./4 janvier/190\$
20% de rabais pour le deuxième
membre d'une même famille

KICKBOXING

Débutant > 9-12 ans

Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Lundi, de 16 h 30 à 17 h 25
Automne : 10 sem./10 septembre/75\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/75\$

Débutant > 13-15 ans

Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Mercredi, de 16 h 30 à 17 h 25
Automne : 10 sem./10 septembre/75\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/75\$

Débutant > 16 ans +

Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Lundi ou mercredi, de 17 h 30 à 18 h 40
Automne : 12 sem./10 septembre/109\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/93\$

Intermédiaire > 16 ans +

Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Mardi ou jeudi, de 20 h 15 à 21 h 25
Automne : 12 sem./10 septembre/109\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/93\$

LUTTE OLYMPIQUE

Niveaux multiples > 6-9 ans

Club de lutte Inter-Concordia inc.
Salle de lutte (local 1.02)
Samedi, de 10 h à 11 h 30
Mercredi, de 18 h à 19 h 30
Automne : 15 sem./24 septembre
Hiver : 15 sem./7 janvier
45\$ + 20\$ fédé/Carte de membre
obligatoire

5 Complexe sportif Claude-Robillard

ACTIVITÉS OFFERTES

Niveaux multiples > 10-13 ans
Club de lutte Inter-Concordia inc.
Salle de lutte (local 1.02)
Samedi, de 11 h 30 à 13 h
Mercredi, de 18 h à 19 h 30
Automne : 15 sem./24 septembre
Hiver : 15 sem./7 janvier
45 \$ + 20 \$ fédé/ Carte de membre obligatoire

Niveaux multiples > 15 ans +
Club de lutte Inter-Concordia inc.
Salle de lutte (local 1.02)
Lundi, mercredi et vendredi,
de 19 h à 21 h
Automne : 15 sem./5 septembre
Hiver : 15 sem./4 janvier
Adulte : 75 \$ + 45 \$ fédé
Jeune : 45 \$ + 20 \$ fédé/ Carte de membre obligatoire

Athlétisme

ATHLÉTISME

Clubs de développement et compétitifs > 12 ans +
Association régionale d'athlétisme de Montréal Concordia
Salle omnisports
Plusieurs clubs offrent l'activité
\$ Selon la catégorie, la discipline et le club/ Carte de membre obligatoire

Formation en sauvetage

SAUVETAGE

Recalification sauveteur national > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Piscine
Samedi 6 octobre, de 9 h à 14 h
85 \$/Brevet délivré par la Société de sauvetage

SECOURISME

Premiers soins - général > 14 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle 2.02
Samedi 15, 22 ou 29 sept. ou dimanche 30 sept., de 8 h 30 à 16 h 30
105 \$/Brevet délivré par la Société de sauvetage

Premiers secours/RCR - DEA > 14 ans +
Sports Montréal Inc.
Complexe sportif Claude-Robillard
Samedi 8 sept., 15 sept., 6 oct. ou 24 nov., de 8 h 30 à 16 h 30
85 \$/Brevet délivré par la Fondation des maladies du cœur

Sports collectifs

VOLLEYBALL

Pratique libre > 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Gymnase double
Lundi, mercredi, vendredi,
de 10 h à 12 h
Automne : 15 sem./4 septembre
Hiver : 15 sem./3 janvier
Gratuit/ Carte de membre obligatoire

Sports d'adresse ou de force

GOLF

Débutant > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle de tir à l'arc (local S2.20)
Mardi, de 18 h 30 à 19 h 45 ou
de 21 h à 22 h 15 ou
jeudi, de 19 h 45 à 21 h
Automne : 6 sem./22 octobre/141 \$
Hiver : 6 sem./14 janvier/144 \$

Intermédiaire > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle de tir à l'arc (local S2.20)
Mardi, de 19 h 45 à 21 h ou
jeudi, de 18 h 30 à 19 h 45 ou
de 21 h à 22 h 15
Automne : 6 sem./22 octobre/141 \$
Hiver : 6 sem./14 janvier/144 \$

Niveaux multiples > 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Salle de tir à l'arc (local S2.20)
Mercredi ou jeudi, de 11 h à 12 h
Automne : 12 sem./17 septembre
Hiver : 12 sem./14 janvier
Membre : 60 \$/Non-membre : 95 \$

Pratique libre > 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Salle de tir à l'arc (local S2.20)
Lundi au vendredi, de 9 h à 15 h
Automne : 12 sem./10 septembre
Hiver : 12 sem./17 janvier
Gratuit/ Carte de membre obligatoire

HALTÉROPHILIE

Compétition > 10 ans +
Club d'haltérophilie de Montréal
Salle d'haltérophilie (local S2.12)
Lundi, mercredi, vendredi et samedi,
de 10 h à 13 h
Lundi au vendredi, de 16 h à 19 h
10 à 17 ans : 100 \$ + 25 \$ (fédé)
Adulte : 190 \$ + 25 \$ (fédé)
Carte de membre obligatoire

PALET

Pratique libre > 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Local S2.20
Lundi au vendredi, de 9 h à 15 h
Automne : 15 sem./4 septembre
Hiver : 15 sem./3 janvier
Gratuit/ Carte de membre obligatoire

TIR À L'ARC

Activités de familiarisation > 9 ans +
Club de tir à l'arc de Montréal
Aires de tir à l'arc (S2.20)
Sur demande et réservation
Automne : en tout temps à compter du 2 septembre
Hiver : en tout temps à compter du 3 janvier
Coût : 200 \$ (maximum 10 personnes)
Équipement et encadrement inclus
Durée de l'activité 2 heures

Compétitif > 9 ans +
Club de tir à l'arc de Montréal
Entraînement équipes du Québec et nationales
Aires de tir à l'arc (S2.20)
Lundi au vendredi, de 18 h à 22 h
Automne : en tout temps à compter du 2 septembre
Hiver : en tout temps à compter du 3 janvier
Coût : selon le nombre d'heures d'encadrement et le niveau de coaching
Sur invitation seulement.

Cours récréatif/arc olympique > 9 ans +
Club de tir à l'arc de Montréal
Aires de tir à l'arc (S2.20)
Lundi au vendredi, de 18 h à 22 h
samedi, de 10 h à 13 h
Automne : 10 sem./24 septembre
Hiver : 10 sem./28 janvier
Coût : de 60 \$ à 140 \$ (selon le niveau)
Niveaux débutant, intermédiaire, avancé, cours familiaux disponibles.
Équipement fourni au niveau débutant.

Cours récréatif/arc à poulies > 15 ans +
Club de tir à l'arc de Montréal
Aires de tir à l'arc (S2.20)
Lundi au vendredi, de 18 h à 22 h
Automne : 10 sem./24 septembre
Hiver : 10 sem./28 janvier
Coût : de 130 \$ à 150 \$
Niveaux débutant, intermédiaire, avancé disponibles.
Équipement fourni pour les débutants

Cours récréatif/arc traditionnel > 15 ans +
Club de tir à l'arc de Montréal
Aires de tir à l'arc (S2.20)
Lundi, de 18 h à 19 h
Automne : 5 sem./24 septembre/75 \$
Hiver : 5 sem./28 janvier/75 \$
Équipement fourni pour les débutants

Développement/arc olympique > 9 ans +
Club de tir à l'arc de Montréal
Aires de tir à l'arc (S2.20)
Lundi, mercredi ou vendredi,
de 18 h à 20 h
Automne : 15 sem./24 septembre
Hiver : 15 sem./28 janvier
Enfant : 150 \$
Adulte : 200 \$
Sur évaluation seulement.
Récréatif complété.

Développement/arc à poulie > 9 ans +
Club de tir à l'arc de Montréal
Aires de tir à l'arc (local S2.20)
Mardi ou jeudi, de 18 h à 20 h
Automne : 15 sem./24 septembre
Hiver : 15 sem./28 janvier
Enfants : 150 \$
Adultes : 200 \$
Sur évaluation seulement.
Récréatif complété

Tir libre > 9 ans +
Club de tir à l'arc de Montréal
Aires de tir à l'arc (local S2.20)
Lundi au vendredi, de 18 h à 22 h
Samedi, de 10 h à 13 h
Automne : 14 sem./24 septembre
Hiver : 14 sem./28 janvier
Enfants : 50 \$
Adultes : 75 \$

Sports de raquette

BADMINTON

Initiation > 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Gymnase double
Mardi, de 13 h à 14 h
Automne : 12 sem./17 septembre
Hiver : 12 sem./14 janvier
Membre : 55 \$/Non-membre : 95 \$

Badminton > 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Gymnase double
Selon la disponibilité des plateaux
Automne : 12 sem./4 septembre
Hiver : 12 sem./3 janvier
Gratuit/ Carte de membre obligatoire

Pratique libre > 12-17 ans
Ville de Montréal
Gymnase double
Mardi et jeudi, de 17 h à 19 h
Automne : 12 sem./4 septembre/
Hiver : 12 sem./3 janvier/
Gratuit

Pratique libre > 18 ans +
Ville de Montréal
Gymnase double
Mardi et jeudi, de 17 h à 22 h
Automne : 12 sem./4 septembre/52 \$
Hiver : 12 sem./3 janvier/52 \$

RACQUETBALL

Pratique libre > 10 ans +
Ville de Montréal
Salle de racquetball (local S2.08)
Lundi au vendredi, de 7 h à 22 h
Samedi et dimanche, de 7 h à 20 h
(60 min. au choix/jour)
Automne : 12 sem./4 septembre/110 \$
Hiver : 12 sem./3 janvier/110 \$
10-17 ans : gratuit
Réservation obligatoire

SQUASH

Pratique libre > 10 ans +
Ville de Montréal
Salle de squash (local S2.04)
Lundi au vendredi, de 7 h à 22 h
Samedi et dimanche, de 7 h à 20 h
(60 min. au choix/jour)
Automne : 12 sem./4 septembre/110 \$
Hiver : 12 sem./3 janvier/110 \$
10-17 ans : gratuit
Réservation obligatoire

TENNIS

Débutant > 7-10 ans
Sports Montréal Inc.
Collège André-Grasset
Samedi, de 14 h à 14 h 45 ou
de 16 h 15 à 17 h
Automne : 10 sem./4 septembre/69 \$
Hiver : 10 sem./7 janvier/69 \$
Apporter votre raquette

Débutant > 11-15 ans
Sports Montréal Inc.
Collège André-Grasset
Samedi, de 14 h 45 à 15 h 30 ou
vendredi, de 19 h 30 à 20 h 15
Automne : 10 sem./4 septembre/69 \$
Hiver : 10 sem./7 janvier/69 \$
Apporter votre raquette

Débutant > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Collège André-Grasset
Samedi, de 9 h à 10 h ou de 13 h à 14 h
Automne : 12 sem./4 septembre/116 \$
Hiver : 10 sem./7 janvier/99 \$
Apporter votre raquette

Débutant > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle omnisport
Mardi, de 16 h à 17 h ou de 21 h 15 à 22 h 15 ou
jeudi, de 14 h à 15 h ou de 16 h à 17 h ou de 21 h 15 à 22 h 15
Automne : 12 sem./4 septembre/116 \$
Hiver : 10 sem./7 janvier/99 \$
Apporter votre raquette

Cours débutants > 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Salle omnisports
Lundi ou mardi, de 12 h à 13 h
Automne : 12 sem./17 septembre
Hiver : 12 sem./14 janvier
Membre : 55 \$/Non-membre : 95 \$

Pré-intermédiaire > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Collège André-Grasset
Mardi, de 20 h à 21 h ou
samedi, de 10 h à 11 h
Automne : 12 sem./4 septembre/116 \$
Hiver : 10 sem./7 janvier/99 \$
Apporter votre raquette

Pré-intermédiaire > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle omnisports
Mardi ou jeudi, de 15 h à 16 h
Automne : 12 sem./10 septembre/116 \$
Hiver : 10 sem./7 janvier/99 \$
Apporter votre raquette

Intermédiaire > 11-15 ans
Sports Montréal Inc.
Collège André-Grasset
Samedi, de 15 h 30 à 16 h 15
Automne : 10 sem./4 septembre/69 \$
Hiver : 10 sem./7 janvier/69 \$
Apporter votre raquette

Intermédiaire > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Salle omnisports
Mardi, de 14 h à 15 h
Automne : 12 sem./10 septembre
Hiver : 10 sem./7 janvier
Automne : une fois/sem. 116 \$
Hiver : une fois/sem. 99 \$
Apporter votre raquette

Intermédiaire > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Collège André-Grasset
Mardi, de 21 h à 22 h ou
vendredi, de 20 h 30 à 21 h 30 ou
samedi, de 11 h à 12 h
Automne : 12 sem./4 septembre/116 \$
Hiver : 10 sem./7 janvier/99 \$
Apporter votre raquette

5 Complexe sportif Claude-Robillard

ACTIVITÉS OFFERTES

Avancé > 16 ans +
Sports Montréal Inc.
Collège André-Grasset
Mardi, de 22 h à 23 h ou samedi,
de 12 h à 13 h
Automne : 12 sem./4 septembre/116\$
Hiver : 10 sem./7 janvier/99\$
Apporter votre raquette

Pratique libre > 18 ans +
Ville de Montréal
Salle omnisports
Lundi, mercredi et vendredi,
de 7 h à 13 h
Mardi et jeudi, de 7 h à 14 h
(60 min. au choix/jour)
Automne : 12 sem./4 septembre/110\$
Hiver : 12 sem./3 janvier/110\$
Réservation obligatoire

TENNIS DE TABLE

Primaire > 5-10 ans
Club de tennis de table Prestige
de Montréal
Salle polyvalente
Lundi, mercredi et vendredi,
de 17 h à 19 h
Samedi, de 10 h à 12 h
Automne : 19 sem./10 septembre
Hiver : 19 sem./14 février
À partir de 120\$ par session
Carte de membre obligatoire

Intermédiaire > 11-15 ans
Club de tennis de table Prestige
de Montréal
Salle polyvalente
Lundi, mercredi et vendredi,
de 17 h à 19 h
Samedi et dimanche, de 10 h à 12 h
Automne : 19 sem./10 septembre
Hiver : 19 sem./4 février
À partir de 140\$ par session
Carte de membre obligatoire

Élite >
Club de tennis de table Prestige
de Montréal
Salle polyvalente (local 1.06)
Lundi, mardi, jeudi, de 17 h à 19 h
Vendredi, de 19 h à 21 h
Samedi, de 12 h 30 à 15 h
Automne : 38 sem./10 septembre
À partir de 440\$ par session
Carte de membre obligatoire/
Évaluation requise

Excellence > 10 ans +
Club de tennis de table Prestige
de Montréal
Salle polyvalente
Lundi, mardi et jeudi, de 19 h à 21 h
Automne : 38 sem./10 septembre
À partir de 360\$ par session
Carte de membre obligatoire
Évaluation requise

Pratique libre > 18 ans +
Club de tennis de table Prestige
de Montréal
Salle d'appoint
Lundi au vendredi, de 7 h à 22 h
Samedi et dimanche, de 7 h à 20 h
Automne : 12 sem./10 septembre
Hiver : 12 sem./7 janvier
120\$/session
Carte de membre obligatoire

Adultes/récréatif > 18 ans +
Club de tennis de table Prestige
de Montréal
Salle polyvalente
Mercredi, de 20 h à 22 h
Samedi et dimanche, de 15 h à 17 h
Automne : 19 sem./10 septembre
Hiver : 19 sem./4 février
À partir de 140\$
Carte de membre obligatoire

Niveaux multiples > 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Salle polyvalente (local 1.06)
Lundi, de 9 h à 10 h
Automne : 12 sem./7 septembre
Hiver : 12 sem./14 janvier
Membre : 55\$/Non-membre : 95\$

Pratique libre > 50 ans +
Club 50 ans+ de Claude-Robillard
Salle polyvalente (local 1.06)
Lundi au vendredi, de 9 h à 12 h
Automne : 12 sem./10 septembre/25\$
Hiver : 12 sem./7 janvier/25\$

Sports gymniques

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

Petite-enfance > 2-7 ans
Le Club Gymnix inc.
Salle de gymnastique (local S2.32)
Lundi, mardi et mercredi,
de 18 h à 19 h
Mardi, de 9 h à 10 h
Samedi, de 9 h à 14 h 30
Dimanche, de 10 h à 14 h
Automne : 12 sem./22 septembre
125\$ à 450\$
Hiver : 10 sem./19 janvier/105\$ à 315\$
Affiliation annuelle

Initiation I > 8-16 ans
Le Club Gymnix inc.
Salle de gymnastique
(local S2.32)
Lundi au vendredi, de 18 h à 20 h
Samedi et dimanche, de 12 h 30
à 16 h 30
Automne : 12 sem./22 septembre
200\$ à 335\$
Hiver : 10 sem./19 janvier/165\$ à 280\$
Affiliation annuelle

Initiation II > 8-16 ans
Le Club Gymnix inc.
Salle de gymnastique (local S2.32)
Lundi au vendredi, de 18 h à 20 h
Samedi et dimanche, de 12 h 30
à 16 h 30
Automne : 12 sem./22 septembre
200\$ à 335\$
Hiver : 10 sem./19 janvier/165\$ à 280\$
Affiliation annuelle

Gym-adulte > 17 ans +
Le Club Gymnix inc.
Salle de gymnastique
(local S2.32)
Lundi, mercredi et jeudi,
de 20 h 30 à 22 h
10\$ par séance
Automne : 12 sem./22 septembre
Hiver : 10 sem./19 janvier
Affiliation annuelle

Cours adultes > 17 ans +
Club Gymnix
Salle de gymnastique (local S2.32)
Mardi, de 20 h 30 à 22 h
Automne : 12 sem./22 septembre
200\$
Hiver : 10 sem./19 janvier/165\$
Affiliation annuelle

Sports de glace

PATINAGE

Patinage libre > Tous
Ville de Montréal
Aréna Michel-Normandin
Jeudi et vendredi, de 13 h à 14 h
Du 4 octobre au 29 mars
À l'exception des jours fériés
et des événements spéciaux/Gratuit

Pour recevoir toutes les nouvelles
concernant l'arrondissement d'Achuntsic-Cartierville,
abonnez-vous à l'infolettre!

Le formulaire est disponible sur la page d'accueil du
ville.montreal.qc.ca/ahuntsic-cartierville



LOISIRS en ligne

ville.montreal.qc.ca/loisirsenligne

La programmation complète
des activités de sports et de loisirs
facile à consulter





2 dates à retenir : le **16 septembre** et le **2 décembre**.
Programmation spéciale et activité au profit de la Fondation
des maladies du cœur. Détails à venir !

**24, 25, 30 novembre
et 1^{er}, 2 décembre 2012**

Inscriptions les 10 et 11 septembre prochains ou selon l'organisme voir en page 34.

The logo for the 'Festival Sportif Ahuntsic-Cartierville'. The word 'Festival' is in a green, bubbly font, and 'Sportif' is in a blue, bubbly font. Above the text are various sports equipment: a soccer ball, a volleyball, a tennis racket, a golf club, and a tennis ball. The background is light blue with a green splash behind the text.

Festival Sportif

Ahuntsic-Cartierville

Tu veux y participer ?
Tu es âgé entre 6 et 12 ans ?
Inscris-toi pour la session
d'automne à ton activité
sportive préférée!

**Nouveauté 2012! Un
volet aîné sera offert
dans 5 disciplines
sportives.**

Pour plus d'information :
Communique avec ton centre
de loisirs ou ton organisme
sportif le plus près
de chez toi.

