

2015 - 2016

# Répertoire des activités

CULTURE • SPORTS • LOISIRS  
• DÉVELOPPEMENT SOCIAL •



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



Ahuntsic-Cartierville

Montréal 

# ÉNERGI'Z TOI!

PENSE. BOUGE. MANGE.



Intensifie ton plaisir de bouger plus et de manger mieux en adoptant un mode de vie sain!

Pour plus d'informations  
**438 935-NRGZ**

# LOISIRS en ligne

[ville.montreal.qc.ca/loisirsenligne](http://ville.montreal.qc.ca/loisirsenligne)



La programmation complète  
des activités de sports et de loisirs  
facile à consulter





Je salue de nouveau l'arrivée du *Répertoire des activités d'Ahuntsic-Cartierville*. L'automne 2015 et l'hiver 2016 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 en 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.

**Pierre Gagnier**  
Maire de l'arrondissement

Pour joindre un conseiller :  
**514 872-2246**

Pour tout savoir sur les services municipaux, composez le **311**



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



**Pierre Desrochers**  
Conseiller de la ville,  
district de Saint-Sulpice  
p.desrochers  
@ville.montreal.qc.ca



**Lorraine Pagé**  
Conseillère de la ville,  
district du Sault-au-  
Récollet  
lorraine.page  
@ville.montreal.qc.ca



**Émilie Thuillier**  
Conseillère de la ville,  
district d'Ahuntsic  
emilie.thuillier  
@ville.montreal.qc.ca

# Répertoire des activités

2015 - 2016

## Pour information

**Direction de la culture, des sports, des loisirs  
et du développement social (DCSLDS)**



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

Renseignements  
Tél. : 3 1 1

## Rédaction

Helen Brossard et Michèle Blais avec la collaboration des  
organismes partenaires et de la Direction CSLDS

## Graphisme

Sophie Thériault

## Dépôt légal

Bibliothèque et Archives nationales du Canada  
Août 2015  
ISSN 1923-7170

# Table des matières

## 1 Cartes des parcs et des installations

- 8 LIMITES DE L'ARRONDISSEMENT
- 10 DISTRICT DE BORDEAUX-CARTIERVILLE
- 12 DISTRICT D'AHUNTSIC
- 14 DISTRICT DE SAINT-SULPICE
- 16 DISTRICT DU SAULT-AU-RÉCOLLET

## 2 Organismes

- 20 ORGANISMES PARTENAIRES
- 26 ORGANISMES ET SERVICES POUR LES PERSONNES VIVANT AVEC UNE DÉFICIENCE

## 3 Sports et Loisirs

- 30 MODALITÉS D'INSCRIPTION
- 32 LIEUX DES ACTIVITÉS ET DES INSCRIPTIONS
- 34 ACTIVITÉS DE LOISIRS ET CULTURELLES
- 50 ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES
- 70 BAIN LIBRE, PATIN ET HOCKEY LIBRE ET ACTIVITÉS ESTIVALES

## 4 Le YMCA Cartierville

- 76 COORDONNÉES ET HEURES D'OUVERTURE DU CENTRE
- 76 INSTALLATIONS
- 77 ACTIVITÉS
- 78 DES À-CÔTÉS BIEN APPRÉCIÉS
- 79 FORMULES D'ABONNEMENT
- 79 VOLET COMMUNAUTAIRE

## 5 Complexe sportif Claude-Robillard

- 82 DESCRIPTION ET COORDONNÉES DU COMPLEXE SPORTIF
- 83 MODALITÉS D'INSCRIPTION
- 84 LISTE DES ORGANISMES SPORTIFS
- 86 ACTIVITÉS OFFERTES



# 1 Cartes des parcs et des installations

- 8 LIMITES DE L'ARRONDISSEMENT
- 10 DISTRICT DE BORDEAUX-CARTIERVILLE
- 12 DISTRICT D'AHUNTSIC
- 14 DISTRICT DE SAINT-SULPICE
- 16 DISTRICT DU SAULT-AU-RÉCOLLET



[www.ville.montreal.qc.ca/ahuntsic-cartierville](http://www.ville.montreal.qc.ca/ahuntsic-cartierville)





## District du Sault-au-Récollet



Votre conseillère :  
Lorraine Pagé

## District d'Ahuntsic



Votre conseillère :  
Emilie Thuillier



1

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

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

## District de Saint-Sulpice



Votre conseiller :  
Pierre Desrochers



### Installations et points d'intérêt

- |    |   |  |
|----|---|--|
| 1  | Bibliothèque de Cartierville : 5900, rue De Salaberry             |  |
| 2  | Bibliothèque de Salaberry : 4170, rue De Salaberry                |  |
| 3  | YMCA Cartierville : 11 885, boulevard Laurentien                  |  |
| 4  | École Alice-Parizeau : 11 715, rue Filion                         |  |
| 5  | École François-de-Laval : 2005, rue Victor-Doré                   |  |
| 6  | École Gilles-Vigneault : 11 400, avenue de Poutrincourt           |  |
| 7  | École La Dauversière : 11 600, boulevard de l'Acadie              |  |
| 8  | École Sainte-Odile : 12055, rue Dépatie                           |  |
| 9  | Église Sainte-Odile : 4545, rue De Salaberry                      |  |
| 10 | Maison des jeunes Bordeaux-Cartierville : 12 120, rue Grenet      |  |
| 11 | Éco-quartier/Point de service Gouin : 5765, boulevard Gouin Ouest |  |



Aire de jeux



Basketball



Pataugeoire



Randonnée pédestre



Tennis



Aire de loisirs (adultes)



BBQ



Patinage



Raquette



Toboggan



Aire d'exercice canin



Canotage



Pavillon (chalet de parc)



Ski de randonnée



Voie cyclable



Athlétisme



Football



Piscine extérieure



Soccer



Volleyball



Baseball



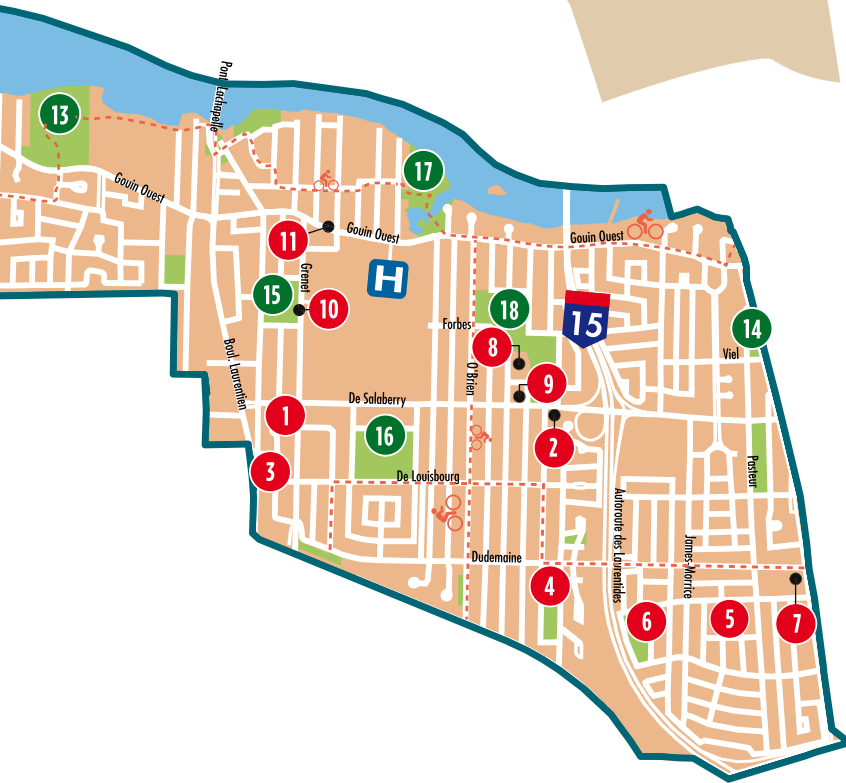
Jeux d'eau



Planche à roulettes



Stations d'exercice



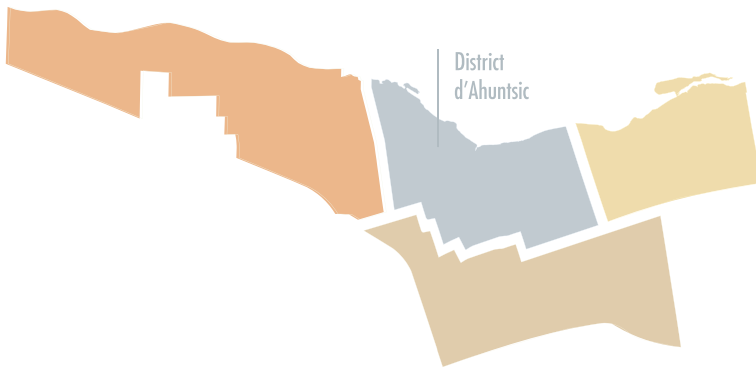
### Parcs et activités

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 : 12 120, rue Grenet	
16	Parc de Louisbourg : rue de Louisbourg/rue De Tracy	
17	Parc Raimbault : 12 377, rue Notre-Dame-Des-Anges	
18	Parc Sainte-Odile : rue Dépatie/rue Forbes	
19	Parc-nature du Bois-de-Saraguay : <b>fermé au public</b> 9300, boulevard Gouin Ouest	



### Installations et points d'intérêt

- |    |   |  |
|----|---|--|
| 1  | Aréna Ahuntsic : 10 560, rue Saint-Hubert   |  |
| 2  | Aréna Marcelin-Wilson : 11 301, boulevard de l'Acadie                                   |  |
| 3  | Bibliothèque d'Ahuntsic : 10 300, rue Lajeunesse  |  |
| 4  | Café de Da (Internet) : 545, rue Fleury Est   |  |
| 5  | Centre communautaire de Bordeaux-Cartierville : 1405, boulevard Henri-Bourassa Ouest    |  |
| 6  | Centre UFA : 161, boulevard Henri-Bourassa Ouest  |  |
| 7  | École Ahuntsic : 10 615, boulevard Saint-Laurent  |  |
| 8  | École Évangéline : 11 845, boulevard de l'Acadie  |  |
| 9  | École François-de-Laval : 12 050, avenue du Bois-de-Boulogne                            |  |
| 10 | École Saint-André-Apôtre : 215, rue Prieur Ouest  |  |
| 11 | École Saint-Benoît : 500, avenue du Mont-Cassin   |  |
| 12 | Église Sainte-Rita (Scalabrini) : 655, rue Sauriol Est                                  |  |
| 13 | Église Saint-Joseph-de-Bordeaux : 12 075, rue Sauriol Est                               |  |
| 14 | Église Saint-Jude : 10 120, avenue D'Auteuil  |  |
| 15 | Maison de la culture Ahuntsic-Cartierville : 10 300, rue Lajeunesse                     |  |
| 16 | Éco-quartier Ahuntsic-Cartierville/Point de service Lajeunesse : 10 416, rue Lajeunesse |  |

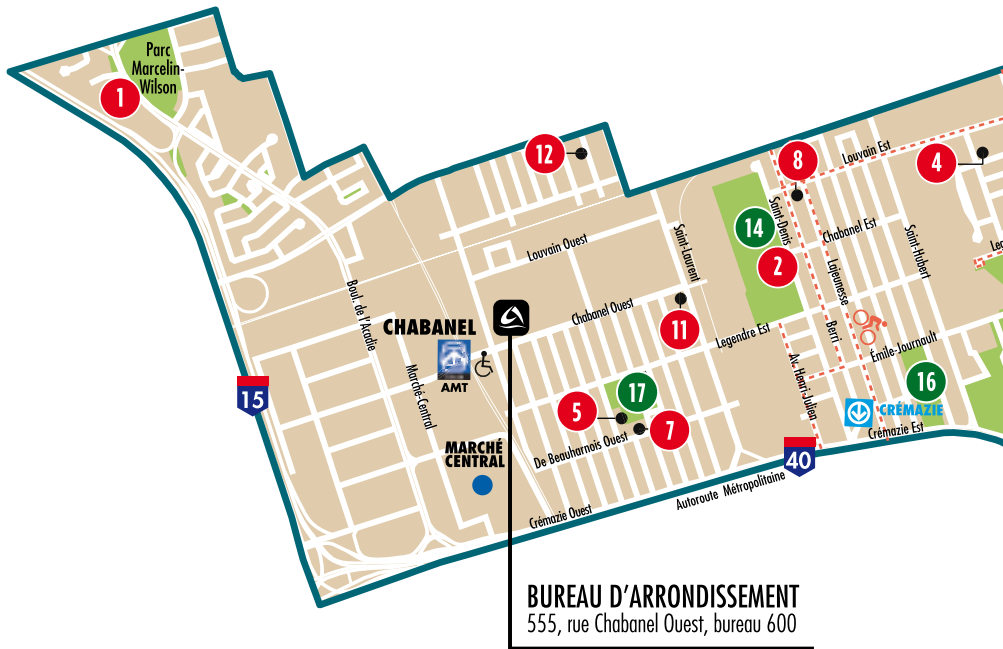


District  
d'Ahuntsic


## Parcs et activités

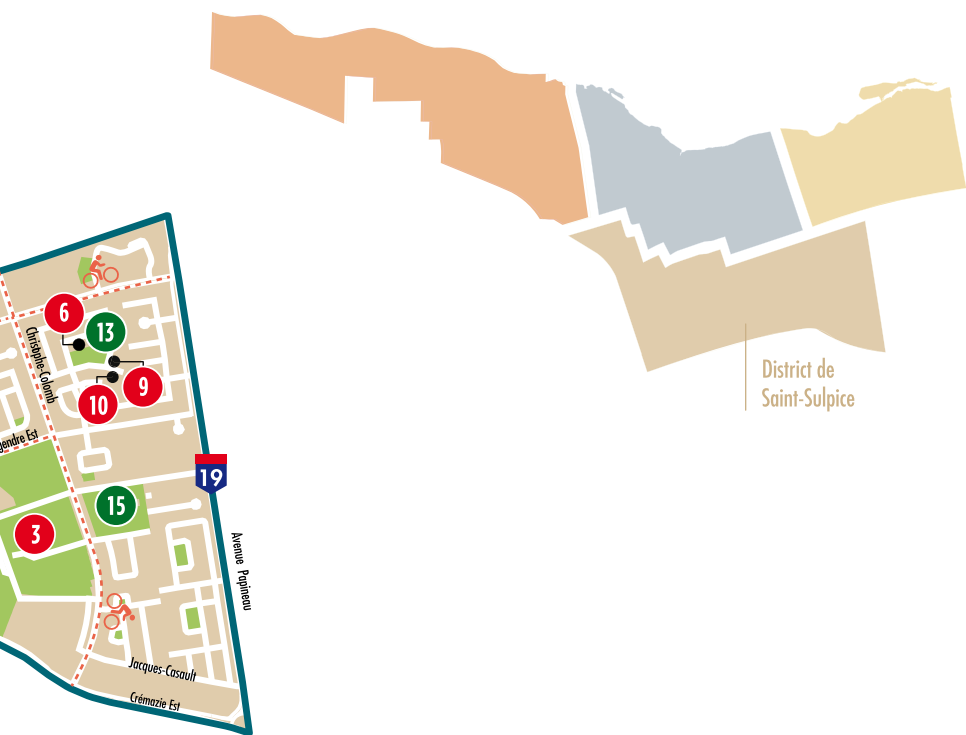
- |    |  |  |
|----|--|--|
| 17 | Parc Ahuntsic :<br>10 555, rue Lajeunesse  |  |
| 18 | Parc D'Auteuil :<br>350, rue Sauvé Est   |  |
| 19 | Parc de la Merci :<br>boulevard Gouin Ouest/rue Poincaré                           |  |
| 20 | Parc Marcelin-Wilson :<br>boulevard Henri-Bourassa Ouest/<br>boulevard de l'Acadie |  |
| 21 | Parc Nicolas-Viel :<br>95, boulevard Gouin Ouest                                   |  |
| 22 | Parc Saint-André-Apôtre :<br>215, rue Prieur Ouest                                 |  |
| 23 | Parc Saint-Benoît :<br>rue Sauvé Ouest/rue Meilleur                                |  |





### Installations et points d'intérêt

- |    |   |  |
|----|---|--|
| 1  | Centre de bocce l'Acadie : 10 526, 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, app. 1 |  |
| 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 (Rival) : 9810-C, 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	

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



### Installations et points d'intérêt

- |    |  |
|----|--|
| 1  | Centre Saints-Martyrs-Canadiens : 10 125, rue Parthenais               |
| 2  | Collège Mont-Saint-Louis : 1700, boulevard Henri-Bourassa Est          |
| 3  | École La Visitation : 10 591, rue Séguin                               |
| 4  | École Fernand-Séguin : 10 050, avenue Durham                           |
| 5  | École Saint-Antoine-Marie-Claret : 10 600, avenue Larose               |
| 6  | École Saint-Paul-de-la-Croix : 10 495, 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 : 10 007, rue Parthenais               |
| 11 | Maison des Hirondelles : rue Fleury Est/avenue Larose                  |
| 12 | Maison des jeunes d'Ahuntsic (Le squatt) : 1239 A, boulevard Gouin Est |
| 13 | Complexe Sophie-Barat : 10 851, avenue Saint-Charles                   |

Fermeture de la piscine intérieure Sophie-Barat à compter du 24 septembre pour travaux de réfection.





## Parcs et activités

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





## 2 Organismes

- 20 ORGANISMES PARTENAIRES
- 26 ORGANISMES ET SERVICES POUR LES PERSONNES VIVANT AVEC UNE DÉFICIENCE



## CULTURELS

**CITÉ HISTORIA**

Promouvoir le patrimoine du Sault-au-Récollet, situé dans l'arrondissement d'Ahuntsic-Cartierville. Musée, animations historiques et bistro.

**Maison du Meunier (administration)**  
10 897, rue du Pont, H2B 2H3  
514 850-4222

**Maison du Pressoir**  
10 865, rue du Pressoir, H2B 2L1  
www.citehistoria.qc.ca  
info@citehistoria.qc.ca

**FESTIBLUES**

International de Montréal

**FESTIBLUES INTERNATIONAL DE MONTRÉAL**

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

**LE FOYER DE LA DANSE AHUNTSIC-CARTIERVILLE**

Enseignement de la danse classique, jazz, cheerleading, afro-caribé, flamenco, etc. Production de spectacles multiculturels.

1405, boul. Henri-Bourassa Ouest  
Bureau 005, H3M 3B2  
514 334-6549  
poladians@hotmail.com

**SOCIÉTÉ POUR LA PROMOTION DE LA DANSE TRADITIONNELLE QUÉBÉCOISE SPDTQ/ESPACE-TRAD**

Faire la promotion de la musique, de la danse, de la chanson, du conte et de l'histoire de ce patrimoine vivant québécois dans une ambiance conviviale.

10 300, rue Lajeunesse, 2<sup>e</sup> étage,  
local 2.116, H3L 2E5  
514 273-0880  
www.espacetrad.org  
info@espacetrad.org

## 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**

Promouvoir le jeu d'échecs dans un cadre convivial et pour tous les âges.

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

## LES

**COPAINS DE SAINT-SIMON**

Offrir une diversité d'activités aux enfants âgés de 6 à 12 ans et tenir un club de vacances durant la saison estivale.

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

**LOISIRS DE L'ACADIE DE MONTRÉAL INC.**

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.

1405, boul. Henri-Bourassa Ouest,  
H3M 3B2  
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, rue Larose, H2B 2Z3  
514 872-6036

**LOISIRS SOPHIE-BARAT**

Carrefour d'activités sportives et culturelles, LSB offre à tous une programmation diversifiée et accessible au cœur d'Ahuntsic.

1239, boul. Gouin Est, H2C 1B3  
1221, rue Fleury Est, C.P 35053  
H2C 3K4 (adresse postale)

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 13 ans.

10 125, rue Parthenais, H2B 2L6  
514 872-5333  
www.loisirsstsmartyrs.com  
loisirs\_saints\_martyrs@hotmail.com

**MONOVIE AHUNTSIC**

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  
www.monovie.ca  
velovie2012@gmail.com

**SERVICE DES LOISIRS CHRIST-ROI**

Offrir à nos résidents des activités diversifiées à un coût abordable.

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

Contribuer à la promotion et à la défense des droits de la famille, organiser des loisirs sociaux et culturels pour les membres de la famille.

161, boul. Henri-Bourassa Ouest,  
H3L 1N2

514 331-6413

www.loisirsufa.ca



### MAISON DE JEUNES

#### CENTRE DES JEUNES

#### SAINT-SULPICE

Favoriser la réussite scolaire et le développement personnel, social et professionnel des jeunes âgés de 6 à 25 ans résidant dans les milieux HLM du quartier Ahuntsic.

9455, rue Olivier-Maurault, app. 1,  
H2M 1Z5

514 383-0282

www.saint-sulpice.org  
info@saint-sulpice.org



#### JEUNESSE 2000 SAINTS-MARTYRS- CANADIENS

Offrir aux adolescents âgés de 12 à 18 ans un lieu de rencontre et des activités variées POUR les jeunes et organisées PAR les jeunes.

10 125, rue Parthenais, H2B 2L6

514 872-9209

Facebook : Jeunesse SMC  
www.j2000.jimdo.com  
jeunessesmc@gmail.com



### MAISON DES JEUNES BORDEAUX- CARTIERVILLE

Offrir aux jeunes âgés de 12 à 17 ans du quartier, du mardi au samedi, un lieu de rencontre animé, des activités sportives, culturelles, artistiques et des projets POUR et PAR les jeunes.

12 120, rue Grenet, H4J 2P4

514 333-5103

www.mdjbc.org  
info@mdjbc.org



### MAISON DES JEUNES D'AHUNTSIC

Offrir un lieu de rencontre animé pour les jeunes âgés de 12 à 17 ans qui, grâce à l'implication d'adultes significatifs, les aidera à devenir des citoyens critiques, actifs et responsables au sein de leur milieu de vie.

1239 A, boul. Gouin Est, H2C 1B3

514 383-6193

lesquatt@gmail.com



### PLEIN AIR

#### ASSOCIATION RÉCRÉOCULTURELLE AHUNTSIC-CARTIERVILLE

Mettre en valeur le potentiel récréoculturel de l'arrondissement d'Ahuntsic-Cartierville en proposant des activités de plein-air et de loisirs, notamment le long des berges de la rivière des Prairies.

545, rue Fleury Est, H3L 1G6

514 606-2722

www.arac.biz  
arac.info@gmail.com



#### CLUB D'ORNITHOLOGIE D'AHUNTSIC

Promouvoir le loisir ornithologique.

10 780, rue Laverdure, H3L 2L9

438 338-4138

www.coahuntsic.org  
coamessages@gmail.com

### MONOVIE AHUNTSIC

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

514 388-9664

www.monovie.ca  
velovie20@gmail.com

### SPORTIFS

#### ACADÉ-KICKS

Éduquer le public en offrant des cours, des séminaires et des ateliers sur la santé physique et mentale, à travers les arts martiaux.

9850, rue Tolhurst, H3L 2Z8

514 995-4257

www.acadekicks.com  
info@acadekicks.com



#### ASSOCIATION DE BASEBALL AHUNTSIC-CARTIERVILLE

Promouvoir le baseball et offrir un encadrement aux filles et aux garçons âgés de 4 à 22 ans pour la pratique du baseball récréatif.

514 962-3424

www.baseball-ac.com  
info@baseball-ac.com

#### ASSOCIATION DES BRAVES D'AHUNTSIC

Offrir la pratique du hockey débutants à avancés, pour les jeunes âgés de 3 à 21 ans et les adultes âgés de 22 à 77 ans.

9300, rue Saint-Denis, H2M 1P1

514 956-1955

www.ahmba.ca  
braves1955@hotmail.com



#### ASSOCIATION DE KARATÉ DOJOKAI

Promouvoir le karaté style shotokan et faire découvrir aux jeunes les valeurs de l'effort, de la discipline, de la persévérance et du respect.

4655 B, boul. Des Grandes-Prairies,  
HIR 1A5 (adresse postale)

514 969-4482

www.dojokai.com  
mdrago2004@yahoo.ca



2

**CLUB AQUATIQUE  
LES PIRANHAS  
DU NORD**

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

10 851 av. Saint-Charles, H2C 3H7  
**514 385-1525**

[www.clubcapn.com](http://www.clubcapn.com)  
[infos@clubcapn.com](mailto:infos@clubcapn.com)

**CLUB D'ATHLÉTISME  
IMPULSION**

Le Club d'athlétisme Impulsion permet aux jeunes âgés entre 6 et 17 ans de l'arrondissement d'Ahuntsic-Cartierville d'être initiés à l'athlétisme dans les disciplines du 50m, du saut en longueur, du saut en hauteur et du lancer du poids.

[www.clubimpulsion.ca](http://www.clubimpulsion.ca)  
[info@clubimpulsion.ca](mailto:info@clubimpulsion.ca)

**CLUB DE  
BADMINTON  
LES RAQUETTES  
DU NORD DE  
MONTREAL**

Promouvoir le badminton et permettre aux personnes de s'épanouir en pratiquant cette discipline sportive pour le plaisir ou encore en visant l'excellence pour se dépasser.

Facebook : Club de badminton les raquettes du nord de Montréal  
[www.cbrnm.com](http://www.cbrnm.com)  
[cbrnm.info@gmail.com](mailto:cbrnm.info@gmail.com)

**CLUB DE BOXE RING 83**

Initier les jeunes au sport de la boxe olympique.



9810-C, rue Saint-Urbain, H3L 2T2  
**514 872-6138**

**CLUB DE HANDBALL  
D'AHUNTSIC-  
CARTIERVILLE**

Mettre sur pied, entraîner et encadrer des équipes de handball représentant l'arrondissement d'Ahuntsic-Cartierville dans diverses compétitions.

11 837, rue De Tracy, H4J 2C1  
(adresse postale)  
**514 856-6134**  
[www.handball-chac.com](http://www.handball-chac.com)  
[handball-chac@hotmail.ca](mailto:handball-chac@hotmail.ca)

**CLUB DE JUDO  
HAKUDOKAN**

Cours de judo pour tous les niveaux



10 142, boul. Saint-Laurent, H3L 2N7  
**514 387-6978**  
[www.judohakudokan.com](http://www.judohakudokan.com)  
[club@judohakudokan.com](mailto:club@judohakudokan.com)

**CLUB DE PATINAGE  
ARTISTIQUE  
L'ACADIE**

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



Aréna Marcelin-Wilson  
(lieu de l'activité)  
**514 686-2720**  
[www.cpaacadie.com](http://www.cpaacadie.com)  
[info@cpaacadie.com](mailto:info@cpaacadie.com)

**CLUB DE  
PATINAGE  
ARTISTIQUE  
AHUNTSIC**

Offrir des cours de groupe d'initiation et de perfectionnement au patinage et des cours privés de patinage artistique.

Aréna Ahuntsic (lieu de l'activité)  
C.P 35048, Montréal, H2C 3K4  
(adresse postale)  
**438 989-6576**  
[www.cpaahuntsic.com](http://www.cpaahuntsic.com)  
[info@cpaahuntsic.com](mailto:info@cpaahuntsic.com)

**CLUB DE  
PATINAGE DE  
VITESSE  
MONTREAL  
AHUNTSIC**

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

Aréna Marcelin-Wilson  
(lieu de l'activité)  
1380, rue Prieur, H2C 1L2  
(adresse postale)  
**514 622-4017**  
[www.cpvma.org](http://www.cpvma.org)  
[cpvmah@gmail.com](mailto:cpvmah@gmail.com)

**CLUB DE SOCCER  
LES BRAVES  
D'AHUNTSIC**

Promouvoir et favoriser la pratique du soccer, l'initiation à la compétition, voire l'excellence, et ce, 12 mois par année.

B.P 283, succ. Ahuntsic, H3L 3N8  
(adresse postale)

350, rue Sauvè Est au pavillon du parc d'Auteuil (siège social)

**514 384-6737** (boîte postale)  
[www.braves-ahuntsic.ca](http://www.braves-ahuntsic.ca)  
[info@braves-ahuntsic.ca](mailto:info@braves-ahuntsic.ca)

**CLUB GYMNIX**

Offrir « Le tour du monde de Karibou », activités motrices pour enfants âgés de 1 à 4 ans accompagnés d'un parent.



YMCA Cartierville (lieu de l'activité)  
**514 872-1536**  
[www.gymnix.com](http://www.gymnix.com)  
[clubgymnix@gymnix.ca](mailto:clubgymnix@gymnix.ca)

**FÉDÉRATION  
SPORTIVE  
SALABERRY**

Initier les jeunes à la pratique du soccer en les accompagnants à travers un encadrement adéquat et facilitant leur épanouissement dans un environnement régulé.

1405, boul. Henri-Bourassa Ouest,  
bureau 015, H3M 3B2  
**514 334-3200**  
[www.fssalaberry.ca](http://www.fssalaberry.ca)  
[fssalaberry@bellnet.ca](mailto:fssalaberry@bellnet.ca)

## CADETS

### **CORPS DE CADETS 977 LA DAUVERSIÈRE**

Offrir une activité gratuite aux adolescent(e)s âgés de 12 à 18 ans qui permet de développer des qualités de leadership, d'améliorer leur forme physique et bien plus au travers d'activités stimulantes tel que des compétitions sportives, des survies supervisées en forêt et des exercices d'entraînement par l'aventure.

Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
10 125, rue Parthenais, H2B 2L6  
www.cc977.ca  
corpsdecadets977@gmail.com

## CLUBS D'ÂGE D'OR

### **ÂGE D'OR JOHN CABOTO**

Briser l'isolement des personnes du 3<sup>e</sup> âge avec des activités sociales ou autres.

École John Caboto  
8955, rue Meunier, H2N 1W3  
514 872-3272

### **ANTENNE AHUNTSIC- BORDEAUX-CARTIERVILLE DE L'UNIVERSITÉ DU TROISIÈME ÂGE**

Sous-sol de l'église Saint-Jude  
10 120, av. D'Auteuil, H3L 2K1  
514 327-9566  
www.usherbrooke.ca/uta/abc  
gltrepanier@videotron.ca

### **CLUB ÂGE D'OR L'HARMONIE**

Regrouper les aînés de la paroisse et des environs provenant de diverses nationalités par des jeux, des loisirs, des voyages et un service d'entraide.

Sous-sol de l'église Saint-Simon-Apôtre  
8900, rue de Reims, H2N 1T3  
514 389-1708  
rgprtrs@hotmail.com

### **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.

Pavillon du parc Saint-Alphonse  
8888, av. De Châteaubriand, H2M 1X5  
514 729-6571

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

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

Sous-sol de l'église  
Saints-Martyrs-Canadiens  
10 007, rue Parthenais, H2B 2L3  
514 387-7081

### **CLUB DE L'ÂGE D'OR SAINT-NICOLAS/SAINT-JUDE**

Rencontres tous les lundis au sous-sol de l'église Saint-Jude pour groupe d'aînés. Jeux, pétanque, cartes, discussions diverses et voyages.

Sous-sol de l'église Saint-Jude  
10 120, av. D'Auteuil, H3L 2K1  
514 331-7296

### **CLUB MARCELIN-WILSON**

Offrir des activités de loisirs aux personnes du 3<sup>e</sup> âge et les sortir de leur isolement.

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

### **CLUB SOCIAL HENRI-JULIEN**

Sortir les aînés(es) de leur isolement, maintenir des activités, des sorties culturelles, un accès à l'informatique, aux voyages et à des soirées de danse pour garder la forme. Initiation aux nouvelles techniques (tablette et iPad)

Centre Henri-Julien  
9300, rue Saint-Denis, H2M 1P1  
514 389-5932  
duluc@videotron.ca

### **LES PIONNIERS**

Offrir des activités de loisirs aux personnes du 3<sup>e</sup> âge et les sortir de leur isolement.

Centre Henri-Julien  
9300, rue Saint-Denis, H2M 1P1  
514 872-3272

## SCOUTS

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

www.scoutsmm.qc.ca  
pour trouver les autres groupes scouts.

### **IST DAVID THOMPSON**

École John Caboto  
8955, rue Meunier, H2N 1W3  
514 389-5626  
www.qc.scouts.ca  
ron.zemancik@gmail.com

### **105<sup>E</sup> GROUPE SCOUTS CHRIST-ROI**

Centre Henri-Julien  
9300, rue Saint-Denis, H3M 1P1  
438 994-2323  
raksha.105cr@gmail.com

## SOUTIEN COMMUNAUTAIRE

### **AUTOUR DU BÉBÉ**

Accompagner les parents en période pré et post-natale dans leur nouveaux rôles de parents afin d'en faire une expérience positive et équilibrée.

10 780, rue Laverdure,  
Bureau 101-102, H3L 2L9  
514 667-0584  
www.autourdubebe.org  
organisme@autourdubebe.org

### **CARREFOUR D'AIDE AUX NOUVEAUX ARRIVANTS (CANA)**

Favoriser la participation économique et sociale des personnes immigrantes à la société québécoise 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 (CJE ABC)**

Services d'aide à la recherche d'emploi offerts uniquement aux résidents de l'arrondissement d'Ahuntsic-Cartierville âgés entre 16 et 35 ans.

10 794, rue Lajeunesse, suite 105,  
H3L 2E8

514 383-1136

www.cje-abc.qc.ca

administration@cje-abc.qc.ca

**CARTIER ÉMILIE**

Organisme à but non lucratif (OBNL), la friperie a pour mission d'aider les personnes démunies, les nouveaux arrivants et les personnes dans le besoin. Ateliers pour une clientèle vulnérable qui offre des activités de reconnaissance et de formation pour les bénévoles.

12 395, rue Lachapelle, H4J 2P7

514 658-3126

www.cartieremilie.com

mirnademy@yahoo.ca

**CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE  
DE BORDEAUX-CARTIERVILLE**

Favoriser l'engagement social et la mobilisation citoyenne dans le but de renforcer le tissu social de la communauté.

1405, boul. Henri-Bourassa Ouest,  
Bureau 200, H3M 3B2

514 856-3553

www.cabbc.org

cabbc@cabbc.org

**CENTRE D'APPUI AUX COMMU-  
Nautés IMMIGRANTES (CACI)**

Contribuer à l'intégration socioéconomique des personnes immigrantes dans la société québécoise et à leur pleine participation démocratique.

4770, rue De Salaberry, H4J 1H6

514 856-3511

www.caci-bc.org

info@caci-bc.org

**CENTRE DE RESSOURCES  
ÉDUCATIVES ET  
COMMUNAUTAIRES POUR  
ADULTES (CRÉCA)**

Développer des ressources éducatives répondant aux besoins de la population adulte et particulièrement des personnes socialement et économiquement défavorisées, des analphabètes fonctionnels, des immigrants et des allophones.

10 770, rue Chambord, H2C 2R8

514 596-7629

www.creca.net

accueil@creca.net

**CERCLE DE FERMIERES  
AHUNTSIC**

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

Maison des Hirondelles

2574, rue Fleury Est, H2M 2G7

514 387-1264

**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 par le biais d'un emploi stable.

Centre Saints-Martyrs-Canadiens

10 125, rue Parthenais, H2B 2L6

514 389-6644

jamuc2013@gmail.com

**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.

1405, boul. Henri-Bourassa Ouest,  
bureau 012, H3M 3B2

514 336-3733

www.concertationfemme.ca

info@concertationfemme.ca

**LA CORBEILLE  
BORDEAUX-CARTIERVILLE**

Offrir des services en sécurité alimentaire pour les personnes démunies. Favoriser l'autonomie et la prise en charge pour améliorer la qualité de vie et l'implication citoyenne. Épicerie communautaire, formation en insertion socioprofessionnelle, cuisines collectives, jardinage collectif, récupération et transformation alimentaire, soupers communautaires, ateliers d'improvisation culinaire, activités en sécurité alimentaire.

5080, rue Dudemaine, H4J 1N6

514 856-0838

www.lacorbeillebc.org

info@lacorbeillebc.org

**CDEC AHUNTSIC-  
CARTIERVILLE (CLD)**

Leader du développement local. Soutien au développement des entreprises (conseils, financement, subventions au démarrage). Placement en emploi. Soutien aux projets structurants du milieu.

433, rue Chabanel Ouest, bureau 304,  
H2N 2J9

514 858-1018

www.cdec.qc.ca

info@cdec.qc.ca

**ENTRAIDE AHUNTSIC-NORD**

Préserver la vie active des personnes âgées en perte d'autonomie, résidant à domicile, en leur offrant des services de soutien dans la communauté et diverses activités susceptibles de briser leur isolement.

10 780, rue Laverdure, H3L 2L9

514 382-9171

www.entraidennord.org

dir@entraidennord.org

**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

1405, boul. Henri-Bourassa Ouest,  
bureau 207, H3M 3B2

514 332-4222

www.entraideboisdeboulogne.org

entraidebdb@bellnet.ca



### LA MAISON BUISSONNIÈRE

Offre un espace de jeu et un lieu de socialisation aux enfants âgés de 0 à 4 ans accompagnés de leur(s) parent(s).

10 125, rue Parthenais, H2B 2L6  
**514 384-8181**  
www.maisonbuissonniere.org  
info@maisonbuissonniere.org

### LA MAISON DES PARENTS DE BORDEAUX-CARTIERVILLE

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

5680, rue Lachapelle H4J 1J7  
**514 745-1144**  
www.lamdpb-c.org  
info@lamdpb-c.org

### L'ŒUVRE DES SAMARITAINS

Aider les personnes à faible revenu par le biais d'un centre de distribution alimentaire et les référer aux autres organismes qui pourraient les aider.

9413, rue Lajeunesse, H2M 1S5  
**514 388-4095**  
www.lessamaritains.com  
lds@live.ca

### PAUSE-FAMILLE

Un organisme communautaire destiné aux familles d'Ahuntsic qui ont des enfants âgés de 0 à 5 ans, plus spécifiquement aux familles ayant des conditions de vie difficiles. Il offre un soutien concret, de l'accompagnement et un environnement favorable au développement de l'enfant, au renforcement des capacités des parents et à leur intégration dans la vie communautaire du milieu.

10 780, rue Laverdure, H3L 2L9  
**514 382-3224**  
www.pausefamille.ca  
info@pausefamille.ca

### RAP JEUNESSE

Venir en aide, par le biais du travail de rue et de proximité, aux adolescents, jeunes adultes et adultes vivant des problèmes psycho-sociaux dans le secteur nord de Montréal.

10 780, rue Laverdure, H3L 2L9  
**514 388-7336**  
www.rapjeunesse.org  
info@rapjeunesse.org

### SERVICE DE NUTRITION ET D'ACTION COMMUNAUTAIRE (SNAC)

Offrir des services pour améliorer la sécurité alimentaire des résidents du quartier d'Ahuntsic qui ont un revenu sous le seuil du faible revenu.

10 780, rue Laverdure, H3L 2L9  
**514 385-6499**  
www.lesnac.com  
info@lesnac.com

### TANDEM AHUNTSIC-CARTIERVILLE

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

1405, boul. Henri-Bourassa Ouest, Bureau 004, H3M 3B2  
**514 335-0545**  
www.tandem-ahuntsic-cartierville.com  
tmac@bellnet.ca

### VILLE EN VERT

Ville en vert a pour mission de sensibiliser, éduquer, et de soutenir tant les citoyens que les organisations en matière de développement durable, principalement dans l'arrondissement d'Ahuntsic-Cartierville. Elle vise notamment à favoriser l'adoption de comportements favorables à la protection de l'environnement et à l'adoption de saines habitudes de vie.

10 416, rue Lajeunesse, H3L 2E5  
**514 856-9053**  
www.villeenvert.ca  
info@villeenvert.ca

### CONCERTATIONS LOCALES

#### CONSEIL LOCAL DES INTERVENANTS COMMUNAUTAIRES DE BORDEAUX-CARTIERVILLE



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

1405, boul. Henri-Bourassa Ouest, Bureau 204, H3M 3B2  
**514 332-6348**  
Facebook : CLIC de Bordeaux-Cartierville  
www.clic-bc.ca  
infos@clic-bc.ca

#### SOLIDARITÉ AHUNTSIC



Mobiliser les acteurs locaux autour de cibles de développement social qui améliorent la qualité de vie de la population d'Ahuntsic.

10 780, rue Laverdure, H3L 2L9  
**514 382-9090**  
www.solidariteahuntsic.org  
direction@solidariteahuntsic.org

#### TABLE DE CONCERTATION JEUNESSE AHUNTSIC

Faire la promotion et favoriser le développement du plein potentiel des jeunes Ahuntsicois. Favoriser la concertation, les échanges et le transfert d'expertise entre les groupes, organismes, institutions ou citoyens intéressés au mieux-être et au développement des Ahuntsicois. Susciter des actions communes visant les jeunes du territoire.

10 780, rue Laverdure, H3L 2L9  
tcjahuntsic@gmail.com

#### TABLE DE CONCERTATION JEUNESSE BORDEAUX-CARTIERVILLE

Contribuer au développement des jeunes âgés de 0 à 25 ans de Bordeaux-Cartierville par la concertation, l'harmonisation, la consolidation et la mise en place d'actions répondant à leurs besoins.

1405, boul. Henri-Bourassa Ouest, bureau 210, H3M 3B2  
**514 336-5554**  
adjoint@tcjbc.com

# 2 Organismes

## ORGANISMES ET SERVICES POUR LES PERSONNES VIVANT AVEC UNE DÉFICIENCE



Crédits : Patrick Beauchemin



Crédits : François Lacasse



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

**514 933-2739** (ATS)

[info@altergo.ca](mailto:info@altergo.ca)

[www.altergo.ca](http://www.altergo.ca)

Pour toutes questions concernant les organismes et les services, veuillez communiquer avec AlterGo.

### 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.ca](http://www.altergo.ca) > onglet [Ressources](#)

### 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.ca](http://www.altergo.ca) > onglet [Programmes/soutien financier](#)

### 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**

### 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**

### 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 la liste complète des sites qui disposent de ce système : [www.adsmq.org](http://www.adsmq.org).

## Recensement des personnes qui ont 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 ou de sinistre, ce programme permet aux pompiers d'intervenir plus efficacement.

**514 872-3775**

## Publiphone

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

**514 277-4401**, poste 4

Service offert du lundi au vendredi, à compter de 16 h 30, le samedi et le dimanche toute la journée.

## 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.

**I 800 463-4315**

[www.habitation.gouv.qc.ca](http://www.habitation.gouv.qc.ca) > onglet [Adapter mon logement](#)

## 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 qui vivent avec une déficience intellectuelle, psychique ou visuelle.

**514 280-8211**, poste 4  
[www.stm.info/fr](http://www.stm.info/fr)

## 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**

## Vignette de stationnement mobile

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](http://www.saaq.gouv.qc.ca)

## Vignette d'accompagnement touristique et de loisirs (VATL)

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

**514 933-2739**  
[www.altergo.ca](http://www.altergo.ca) > onglet [Programmes/soutien financier](#)



Crédits: Gillies Savoie



# 3 Sports et Loisirs

- 30 MODALITÉS D'INSCRIPTION
- 32 LIEUX DES ACTIVITÉS ET DES INSCRIPTIONS
- 34 ACTIVITÉS DE LOISIRS ET CULTURELLES
- 50 ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES
- 70 BAIN LIBRE, PATIN ET HOCKEY LIBRE ET ACTIVITÉS ESTIVALES



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!

### 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 qui offrent l'activité pour connaître les modalités de paiement acceptées. **Toutes les taxes sont incluses dans la tarification.**

### Priorité d'inscription

Les personnes qui résident à Montréal ont priorité pour s'inscrire aux activités de sports et de loisirs.

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

### 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 qui ne peut plus participer à une activité pourra 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](http://www.opc.gouv.qc.ca).

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



## Inscriptions

---

### GÉNÉRALES

#### Automne 2015 :

Mardi 15 et mercredi 16 septembre

Heures : 19 h à 21 h

#### Hiver 2016 :

Mardi 12 et mercredi 13 janvier

Heures : 19 h à 21 h

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

---

### SPORTS AQUATIQUES

Club aquatique les Piranhas du Nord  
[www.clubcapn.com](http://www.clubcapn.com)

En raison de la fermeture, à compter du 24 septembre 2015, de la piscine intérieure Sophie-Barat afin d'y réaliser les travaux de réfection, certaines activités ont été relocalisées vers d'autres installations.

**C'est pourquoi nous vous invitons à communiquer avec le Club aquatique les Piranhas du Nord (CAPN) afin de connaître tous les détails.**

3

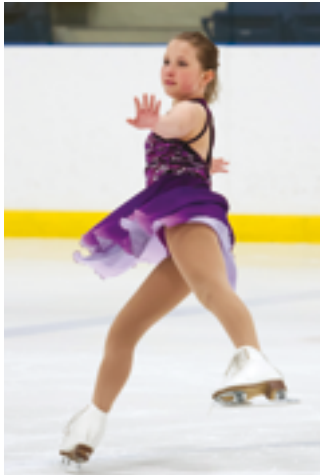
### HORAIRE DES ACTIVITÉS SUJET À CHANGEMENTS

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 organismes partenaires qui offrent une programmation avant l'inscription; leur programmation est celle qui s'applique.



= 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

**Aréna Michel-Normandin**

Complexe sportif Claude-Robillard  
850, av. Émile-Journault  
514 872-6913



## BIBLIOTHÈQUES

**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

**Café de Da (café Internet)**

545, rue Fleury Est  
514 872-5674



## CENTRES DE LOISIRS

**Centre communautaire de Bordeaux-Cartierville (B-C)**

1405, boul. Henri-Bourassa Ouest  
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224

**Centre de bocce l'Acadie**

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

**Centre UFA**

161, boul. Henri-Bourassa Ouest  
Union des Familles d'Ahuntsic  
514 331-6413

**Centre Henri-Julien**

9300, rue Saint-Denis  
514 872-3272

**Centre Saints-Martyrs-Canadiens**

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

**Maison Berthe-Louard**

1322, rue Chabanel Est  
Loisirs Sophie-Barat  
514 872-6699

**Maison des Hirondelles**

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

**Maison du Monde**

20, rue Chabanel Ouest  
Solidarité Ahuntsic  
514 387-1515

**Le TAZ - roulodôme et skatepark**

8931, av. Papineau  
514 284-0051  
www.taz.ca

## 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

**Église Sainte-Rita**

(Scalbrini)  
655, rue Sauriol Est  
Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015

**Église Saint-Isaac-Jogues**

1331, rue Chabanel Est  
Loisirs Sophie-Barat  
514 872-6699

**Église Saint-Joseph-de-Bordeaux**

12 075, rue Valmont  
Loisirs l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224

**Église Saints-Martyrs-Canadiens**

10 007, rue Parthenais  
514 872-7099

## GYMNASES

**Collège Mont-Saint-Louis**

1700, boul. Henri-Bourassa Est  
514 868-4082

**Complexe Sophie-Barat**

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

**Complexe sportif**

**Claude-Robillard**  
1000, av. Émile-Journault  
514 872-6900

**École Ahuntsic**

10 615, boul. Saint-Laurent  
Union des Familles d'Ahuntsic  
514 331-6413

**École Alice-Parizeau**

11 715, rue Filion  
Service des loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016





#### École Évangéline

11 845, boul. l'Acadie  
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224

#### École Fernand-Séguin

10 050, av. Durham  
Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015

#### École François-de-Laval

12 050, av. Bois-de-Boulogne  
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224

#### École Gilles-Vigneault

11 400, av. Pourincourt  
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  
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333

#### 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  
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  
514 331-6413

#### École Saint-Isaac-Jogues

9355, av. de Galinée  
Loisirs Sophie-Barat  
514 872-6699

#### École Sainte-Odile

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

#### École Saints-Martyrs-Canadiens

9920, rue 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

#### École St-Pius-X

9955, av. Papineau  
514 868-4082

#### YMCA Cartierville

11 885, boul. Laurentien  
514 313-1047



### MAISONS DE JEUNES

#### Centre des jeunes Saint-Sulpice

9455, av. Olivier-Maurault, app. 1  
514 383-0282

#### Jeunesse 2000

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

#### Maison des jeunes de Bordeaux-Cartierville

12 120, rue Grenet  
514 333-5103



#### Maison des jeunes d'Ahuntsic (Le Squatt)

1239 A, boul. Gouin Est  
514 383-6193

### MAISON DE LA CULTURE

#### Maison de la culture Ahuntsic-Cartierville (AC)

10 300, rue Lajeunesse  
514 872-8749



### PISCINES INTÉRIEURES

#### Piscine Claude-Robillard

1000, av. Emile-Journault  
514 872-6900



#### Piscine Sophie-Barat

10 851, av. Saint-Charles  
514 872-1136



#### Piscine YMCA Cartierville

11 885, boul. Laurentien  
514 313-1047



3



**ACTIVITÉS POUR  
LES TOUT-PETITS****Anglais/éveil > 2 - 4 ans**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Lundi 9 h 30 à 12 h

Aut. : 10 semaines/70 \$/28 septembre

Hiv. : 10 semaines/70 \$/25 janvier

Frais annuels 5 \$

**Parent/enfant > 2 - 5 ans**

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

École La Dauversière  
Samedi 9 h à 10 h

Aut. : 10 semaines/23 \$/3 octobre

Hiv. : 14 semaines/23 \$/30 janvier

Inscr. : centre communautaire de B-C

**Parent/enfant > 2 - 5 ans**

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

École La Dauversière  
Dimanche 9 h à 10 h

Aut. : 10 semaines/23 \$/4 octobre

Hiv. : 14 semaines/23 \$/31 janvier

Inscr. : centre communautaire de B-C

**3 - 5 ans**

Loisirs Sophie-Barat

514 872-1015

Église Sainte-Rita (Scalabrini)

Mardi 9 h à 12 h

Aut. : 10 semaines/65 \$/22 septembre

Hiv. : 12 semaines/75 \$/19 janvier

**OU**

Jeudi 9 h à 12 h

Aut. : 10 semaines/65 \$/24 septembre

Hiv. : 12 semaines/75 \$/21 janvier

Des frais administratifs peuvent  
s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**3 - 5 ans**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens

514 872-5333

Centre Saint-Martyrs-Canadiens

Vendredi 10 h à 15 h

Aut. : 10 semaines/140 \$/2 octobre

Hiv. : 10 semaines/140 \$/29 janvier

Frais annuels 5 \$

**Activité 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/140 \$/30 septembre

Hiv. : 10 semaines/140 \$/27 janvier

Frais annuels 5 \$

**Anglais par le jeu > 3 - 5 ans**

Loisirs Sophie-Barat

514 872-1015

Église Sainte-Rita (Scalabrini)

Vendredi 9 h à 12 h

Aut. : 10 semaines/65 \$/25 septembre

Hiv. : 12 semaines/75 \$/22 janvier

Des frais administratifs

peuvent s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**Anglais par le jeu > 3 - 5 ans**

L'union des familles d'Ahuntsic

514 331-6413

Centre UFA

Samedi 9 h 15 à 10 h 15

Aut. : 10 semaines/40 \$/3 octobre

Hiv. : 10 semaines/40 \$/30 janvier

**OU**

Samedi 10 h 30 à 11 h 30

Aut. : 10 semaines/40 \$/3 octobre

Hiv. : 10 semaines/40 \$/30 janvier

**Mini-gym/parent et enfant  
> 3 - 6 ans**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens

514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens

Samedi 9 h à 10 h

Aut. : 10 semaines/70 \$/3 octobre

Hiv. : 10 semaines/70 \$/30 janvier

Frais annuels 5 \$

**Karibou/****Poussins coquins > 1 - 2 ans**

Club Gymnix inc.

514 872-1536

YMCA Cartierville

Samedi 9 h à 9 h 50

Aut. : 10 semaines/85 \$/26 septembre

Hiv. : 10 semaines/85 \$/16 janvier

Print. : 10 semaines/85 \$/2 avril

**Karibou/****Lapins taquins > 1 - 2 ans**

Club Gymnix inc.

514 872-1536

YMCA Cartierville

Samedi 10 h à 10 h 50

Aut. : 10 semaines/85 \$/26 septembre

Hiv. : 10 semaines/85 \$/16 janvier

Print. : 10 semaines/85 \$/2 avril

**Karibou/****Ratons fripons > 1 - 2 ans**

Club Gymnix inc.

514 872-1536

YMCA Cartierville

Samedi 11 h à 11 h 50

Aut. : 10 semaines/85 \$/26 septembre

Hiv. : 10 semaines/85 \$/16 janvier

Print. : 10 semaines/85 \$/2 avril

**Karibou/****Oursoups mignons > 2 - 3 ans**

Club Gymnix inc.

514 872-1536

YMCA Cartierville

Dimanche 9 h à 9 h 50

Aut. : 10 semaines/85 \$/26 septembre

Hiv. : 10 semaines/85 \$/16 janvier

Print. : 10 semaines/85 \$/3 avril

**Karibou/****P'tits loups filous > 2 - 3 ans**

Club Gymnix inc.

514 872-1536

YMCA Cartierville

Dimanche 10 h à 10 h 50

Aut. : 10 semaines/85 \$/26 septembre

Hiv. : 10 semaines/85 \$/16 janvier

Print. : 10 semaines/85 \$/3 avril

**Karibou/****Renards débrouillards > 3 - 4 ans**

Club Gymnix inc.

514 872-1536

YMCA Cartierville

Dimanche 11 h à 11 h 50

Aut. : 10 semaines/85 \$/26 septembre

Hiv. : 10 semaines/85 \$/16 janvier

Print. : 10 semaines/85 \$/3 avril

**Histoire et bricolage > 3 - 6 ans**

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret

514 872-6036

École Saint-Antoine-Marie-Claret

Samedi 9 h à 11 h

Aut. : 10 semaines/60 \$/3 octobre

Hiv. : 10 semaines/60 \$/30 janvier

**APPRENTISSAGE  
DES LANGUES****ANGLAIS****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/65 \$/3 octobre

Hiv. : 10 semaines/65 \$/30 janvier

Frais annuels 5 \$

**Débutant > 6 - 8 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Mardi 16 h 30 à 17 h 30  
Aut. : 10 semaines/50 \$/29 septembre  
Hiv. : 14 semaines/65 \$/26 janvier

**Débutant > 6 - 9 ans**

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Mardi 15 h 45 à 16 h 45  
Aut. : 10 semaines/40 \$/29 septembre  
Hiv. : 12 semaines/45 \$/26 janvier

**Intermédiaire > 6 - 8 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Mardi 17 h 30 à 18 h 30  
Aut. : 10 semaines/50 \$/29 septembre  
Hiv. : 14 semaines/65 \$/26 janvier

**Avancé > 6 - 8 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Mardi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/50 \$/29 septembre  
Hiv. : 14 semaines/65 \$/26 janvier

**Débutant > 6 - 10 ans**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Mercredi 16 h 30 à 17 h 30  
Aut. : 10 semaines/40 \$/30 septembre  
Hiv. : 12 semaines/50 \$/27 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/65 \$/3 octobre  
Hiv. : 10 semaines/65 \$/30 janvier  
Frais annuels 5 \$

**Débutant > 9 - 12 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Jeudi 16 h 30 à 17 h 30  
Aut. : 10 semaines/50 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 14 semaines/65 \$/28 janvier

**Intermédiaire > 9 - 12 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Jeudi 17 h 30 à 18 h 30  
Aut. : 10 semaines/50 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 14 semaines/65 \$/28 janvier

**Avancé > 9 - 12 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Jeudi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/50 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 14 semaines/65 \$/28 janvier

**Débutant > 11 - 15 ans**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Mercredi 17 h 30 à 18 h 30  
Aut. : 10 semaines/40 \$/30 septembre  
Hiv. : 12 semaines/50 \$/27 janvier

**Débutant > 16 ans +**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Mardi 20 h à 21 h 30  
Aut. : 10 semaines/80 \$/29 septembre  
Hiv. : 14 semaines/95 \$/26 janvier

**Intermédiaire > 16 ans +**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Jeudi 20 h à 21 h 30  
Aut. : 10 semaines/80 \$/29 septembre  
Hiv. : 14 semaines/95 \$/26 janvier

**Conversation > 18 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Jeudi 13 h 30 à 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/70 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/85 \$/28 janvier  
**OU**  
Jeudi 19 h 30 à 21 h 30  
Aut. : 10 semaines/70 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/85 \$/28 janvier

**Débutant > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Sophie-Barat  
Mardi 18 h 30 à 21 h  
Aut. : 10 semaines/90 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/26 janvier  
Prévoir l'achat d'un livre (30 \$)  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**Débutant > 18 ans +**

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Jeudi 20 h à 21 h 30  
Aut. : 10 semaines/85 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/90 \$/28 janvier

**Débutant I > 18 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Lundi 13 h à 15 h  
Aut. : 10 semaines/70 \$/28 septembre  
Hiv. : 12 semaines/85 \$/25 janvier  
Matériel non inclus  
**OU**  
Lundi 19 h 30 à 21 h 30  
Aut. : 10 semaines/70 \$/28 septembre  
Hiv. : 12 semaines/85 \$/25 janvier  
Matériel non inclus

**Débutant II > 18 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Lundi 19 h 30 à 21 h 30  
Aut. : 10 semaines/70 \$/28 septembre  
Hiv. : 12 semaines/85 \$/25 janvier

**Intermédiaire > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Sophie-Barat  
Mercredi 18 h 30 à 21 h  
Aut. : 10 semaines/90 \$/30 septembre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/27 janvier  
Prévoir l'achat d'un livre (30 \$)  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**Intermédiaire > 18 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Mercredi 13 h 30 à 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/70 \$/30 septembre  
Hiv. : 12 semaines/85 \$/27 janvier  
**OU**  
Mercredi 19 h 30 à 21 h 30  
Aut. : 10 semaines/70 \$/30 septembre  
Hiv. : 12 semaines/85 \$/27 janvier  
Matériel non inclus

**APPRENTISSAGE  
DES LANGUES (SUITE)****ANGLAIS****Avancé > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015

École Sophie-Barat  
Jeudi 18 h 30 à 21 h

Aut. : 10 semaines / 90 \$ / 1<sup>er</sup> octobre

Hiv. : 10 semaines / 90 \$ / 28 janvier

Prévoir l'achat d'un livre (30 \$)

Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**CHINOIS****Mandarin > 18 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413

Centre UFA

Mercredi 19 h 15 à 20 h 45

Aut. : 10 semaines / 65 \$ / 30 septembre

Hiv. : 10 semaines / 65 \$ / 27 janvier

**ESPAGNOL****Conversation > 16 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413

Centre UFA

Mercredi 19 h 15 à 20 h 45

Aut. : 10 semaines / 65 \$ / 30 septembre

Hiv. : 12 semaines / 75 \$ / 27 janvier

Matériel non inclus

**Débutant I > 16 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413

Centre UFA

Lundi 13 h 30 à 15 h

Aut. : 10 semaines / 65 \$ / 28 septembre

Hiv. : 12 semaines / 75 \$ / 25 janvier

Matériel non inclus

**OU**

Lundi 19 h 15 à 20 h 45

Aut. : 10 semaines / 65 \$ / 28 septembre

Hiv. : 12 semaines / 75 \$ / 25 janvier

Matériel non inclus

**Débutant II > 16 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413

Centre UFA

Mardi 19 h 15 à 20 h 45

Aut. : 10 semaines / 65 \$ / 29 septembre

Hiv. : 12 semaines / 75 \$ / 26 janvier

Matériel non inclus

**Débutant II > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015

École Sophie-Barat

Mardi 18 h 30 à 21 h

Aut. : 10 semaines / 90 \$ / 29 septembre

Hiv. : 10 semaines / 90 \$ / 26 janvier

Prévoir l'achat d'un livre (30 \$)

Des frais administratifs

peuvent s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**Débutant III > 16 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413

Centre UFA

Lundi 13 h 30 à 15 h

Aut. : 10 semaines / 65 \$ / 28 septembre

Hiv. : 12 semaines / 75 \$ / 25 janvier

Matériel non inclus

**Débutant > 18 ans +**

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

Centre communautaire de B-C

Mercredi 18 h 30 à 20 h

Aut. : 10 semaines / 80 \$ / 30 septembre

Hiv. : 14 semaines / 95 \$ / 27 janvier

**Intermédiaire I > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015

École Sophie-Barat

Mercredi 18 h 30 à 21 h

Aut. : 10 semaines / 90 \$ / 30 septembre

Hiv. : 10 semaines / 90 \$ / 27 janvier

Prévoir l'achat d'un livre (30 \$)

Des frais administratifs

peuvent s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**Intermédiaire II > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015

École Sophie-Barat

Mercredi 18 h 30 à 21 h

Aut. : 10 semaines / 90 \$ / 30 septembre

Hiv. : 10 semaines / 90 \$ / 27 janvier

Prévoir l'achat d'un livre (30 \$)

Des frais administratifs

peuvent s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**Avancé > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015

École Sophie-Barat

Jeudi 18 h 30 à 21 h

Aut. : 10 semaines / 90 \$ / 1<sup>er</sup> octobre

Hiv. : 10 semaines / 90 \$ / 28 janvier

Prévoir l'achat d'un livre (30 \$)

Des frais administratifs

peuvent s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**Intermédiaire I > 18 ans +**

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

Centre communautaire de B-C

Lundi 18 h 30 à 20 h

Aut. : 10 semaines / 80 \$ / 28 septembre

Hiv. : 14 semaines / 95 \$ / 25 janvier

**Intermédiaire II > 18 ans +**

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

Centre communautaire de B-C

Mercredi 20 h à 21 h 30

Aut. : 10 semaines / 80 \$ / 30 septembre

Hiv. : 14 semaines / 95 \$ / 27 janvier

**FRANÇAIS****Langue seconde > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015

École Sophie-Barat

Mardi 18 h 30 à 21 h

Aut. : 10 semaines / 90 \$ / 29 septembre

Hiv. : 10 semaines / 90 \$ / 26 janvier

Prévoir l'achat d'un livre (30 \$)

Des frais administratifs

peuvent s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**ITALIEN****Conversation I > 16 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413

Centre UFA

Samedi 10 h à 12 h

Aut. : 10 semaines / 70 \$ / 3 octobre

Hiv. : 12 semaines / 85 \$ / 30 janvier

**Conversation / avancé > 16 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413

Centre UFA

Lundi 19 h 15 à 21 h 15

Aut. : 10 semaines / 70 \$ / 28 septembre

Hiv. : 12 semaines / 85 \$ / 25 janvier

**Débutant > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015

École Sophie-Barat

Lundi 18 h 30 à 21 h

Aut. : 10 semaines / 90 \$ / 29 septembre

Hiv. : 10 semaines / 90 \$ / 25 janvier

Prévoir l'achat d'un livre (30 \$)

Des frais administratifs

peuvent s'appliquer

Inscr. : Complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**Débutant I > 16 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413

Centre UFA

Mardi 13 h 30 à 15 h 30

Aut. : 10 semaines / 70 \$ / 29 septembre

Hiv. : 12 semaines / 85 \$ / 26 janvier

**Débutant I > 18 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Mardi 19 h 30 à 21 h 30  
Aut. : 10 semaines/70 \$/29 septembre  
Hiv. : 12 semaines/80 \$/26 janvier

**Débutant II > 16 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Jeudi 13 h 30 à 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/70 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/85 \$/28 janvier

**Débutant III > 16 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Mardi 19 h à 21 h  
Aut. : 10 semaines/70 \$/29 septembre  
Hiv. : 12 semaines/80 \$/26 janvier

**Intermédiaire I > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Sophie-Barat  
Mercredi 18 h 30 à 21 h  
Aut. : 10 semaines/90 \$/30 septembre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/27 janvier  
Prévoir l'achat d'un livre (30 \$)  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**Intermédiaire II > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Sophie-Barat  
Mercredi 18 h 30 à 21 h  
Aut. : 10 semaines/90 \$/30 septembre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/27 janvier  
Prévoir l'achat d'un livre (30 \$)  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**Avancé > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Sophie-Barat  
Jeudi 18 h 30 à 21 h  
Aut. : 10 semaines/90 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/28 janvier  
Prévoir l'achat d'un livre (30 \$)  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**AROMATHÉRAPIE****18 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Vendredi 19 h 30 à 21 h  
Aut. : 5 semaines/55 \$/2 octobre  
Hiv. : 5 semaines/55 \$/29 janvier

**ART CULINAIRE****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/85 \$/29 septembre  
Hiv. : 12 semaines/90 \$/26 janvier

**Mini Cuis'tôt/familial > 5 - 9 ans**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Sophie-Barat  
Samedi 9 h 15 à 10 h 30  
Aut. : 8 semaines/60 \$/26 septembre  
Hiv. : 8 semaines/60 \$/23 janvier  
Prévoir apporter des plats  
pour les recettes.  
Un enfant et un parent  
pour le montant demandé  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer

**Cuisine santé/Débutant >**

**6 - 12 ans**  
L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Samedi 9 h 30 à 11 h 30  
Aut. : 8 semaines/65 \$/3 octobre  
Hiv. : 8 semaines/65 \$/30 janvier

**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/85 \$/28 septembre  
Hiv. : 12 semaines/90 \$/25 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/90 \$/3 octobre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/30 janvier  
Frais annuels 5 \$

**Mini Cuis'tôt/ado > 10 - 13 ans**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Sophie-Barat  
Samedi 10 h 15 à 11 h 45  
Aut. : 8 semaines/60 \$/26 septembre  
Hiv. : 8 semaines/60 \$/23 janvier  
Prévoir apporter des plats  
pour les recettes  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer

**P'tits pâtisseries/Débutant >****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/85 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/90 \$/28 janvier

**P'tits pâtisseries/Débutant >****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/85 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/90 \$/28 janvier

**ASTROLOGIE****Astrologie-discussion > 18 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Jeudi 13 h 30 à 15 h 30  
Aut. : 5 semaines/50 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 5 semaines/50 \$/28 janvier

**ARTS PLASTIQUES****Débutant > 5 - 7 ans**

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Lundi 15 h 45 à 16 h 45  
Aut. : 10 semaines/45 \$/28 septembre  
Hiv. : 12 semaines/50 \$/25 janvier

# 3 Sports et Loisirs

## ACTIVITÉS DE LOISIRS ET CULTURELLES



### ARTS PLASTIQUES (SUITE)

#### Débutant > 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/45 \$/28 septembre  
Hiv. : 12 semaines/50 \$/25 janvier

### BANDE DESSINÉE

#### 6 - 8 ans

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Lundi 15 h 15 à 16 h 15  
Aut. : 12 semaines/45 \$/21 septembre  
Hiv. : 12 semaines/45 \$/18 janvier

#### Introduction à la BD > 6 - 8 ans

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Fernand-Séguin  
Mardi 18 h 05 à 18 h 50  
Aut. : 10 semaines/20 \$/28 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/25 janvier  
Prévoir l'achat d'un cahier de croquis et des crayons HB  
Des frais administratifs peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et école Saint-Isaac-Jogues

#### Introduction à la BD > 9 - 12 ans

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Fernand-Séguin  
Mardi 18 h 50 à 19 h 35  
Aut. : 10 semaines/20 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/26 janvier  
Prévoir l'achat d'un cahier de croquis et des crayons HB  
Des frais administratifs peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et école Saint-Isaac-Jogues

#### 9 - 12 ans

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Lundi 16 h 30 à 17 h 30  
Aut. : 12 semaines/45 \$/21 septembre  
Hiv. : 12 semaines/45 \$/18 janvier

#### 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/85 \$/3 octobre  
Hiv. : 10 semaines/85 \$/30 janvier  
Frais annuels 5 \$

### BINGO

#### Libre > 18 ans +

Club social Henri-Julien  
514 389-5932  
Centre Henri-Julien  
Mercredi 13 h à 16 h  
Aut. : 15 semaines/0 \$/9 septembre  
Hiv. : 15 semaines/0 \$/13 janvier  
Frais annuels 7 \$  
Inscr. : par téléphone

#### Libre/récréatif > 50 ans +

Club de l'âge d'or Les Pionniers  
514 872-3272  
Centre Henri-Julien  
Vendredi 14 h à 16 h  
Aut. : 16 semaines/0 \$/4 septembre  
Hiv. : 16 semaines/0 \$/8 janvier  
Frais annuels 8 \$  
Inscr. : en tout temps

### BRODERIE JAPONAISE

#### Niveaux multiples > 18 ans +

L'union des familles d'Ahuentsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Mardi 13 h à 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/80 \$/29 septembre  
Hiv. : 12 semaines/95 \$/26 janvier  
**OU**  
Mardi 18 h 30 à 21 h  
Aut. : 10 semaines/80 \$/29 septembre  
Hiv. : 12 semaines/95 \$/26 janvier

### CINÉMA

#### Atelier/débutant > 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/55 \$/29 septembre  
Hiv. : 12 semaines/60 \$/26 janvier

### CIRQUE

#### Atelier de cirque > 6 - 8 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Église Saint-Joseph-de-Bordeaux  
Mardi 16 h 30 à 17 h 30  
Aut. : 10 semaines/23 \$/4 octobre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/31 janvier  
Inscr. : centre communautaire de B-C

#### Atelier de cirque > 9 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Église Saint-Joseph-de-Bordeaux  
Mardi 17 h 30 à 18 h 30  
Aut. : 10 semaines/23 \$/4 octobre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/31 janvier  
Inscr. : centre communautaire de B-C

#### Cirque familial > 6 ans +

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Saint-Isaac-Jogues  
Samedi 11 h à 12 h  
Aut. : 10 semaines/50 \$/26 septembre  
Hiv. : 10 semaines/50 \$/23 janvier  
Un enfant et un parent pour le montant demandé  
Des frais administratifs peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et école Saint-Isaac-Jogues

### COURS ET ATELIERS

#### Calcul mental Kids/débutant > 6 - 12 ans

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Samedi 10 h à 12 h  
Aut. : 12 semaines/260 \$/3 octobre  
Hiv. : 12 semaines/260 \$/30 janvier  
Matériel inclus

#### Calteur de danse québécoise/avancé > 18 ans +

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880  
Maison de la culture, salle 2.110  
Hiv. : Pavillon Ahuentsic  
Mardi 20 h 15 à 21 h 15  
Aut. : 5 semaines/88 \$/20 octobre  
Hiv. : 5 semaines/88 \$/17 janvier  
Rabais pour étudiants et pers. âgées  
Inscr. : par téléphone

**Formation Diplôme d'aptitude aux fonctions d'animateur/ D.A.F.A. > 15 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Jeudi 18 h à 21 h et  
Dimanche 9 h 30 à 16 h  
Dates à déterminer/160 \$

**Formation Diplôme d'aptitude aux fonctions d'animateur/ D.A.F.A. > 15 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Vendredi 18 h à 21 h et  
Dimanche 9 h 30 à 16 h  
Dates à déterminer/160 \$

**Gardiens avertis > 12 - 17 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Mercredi 17 h à 18 h  
Aut. : 5 semaines/40 \$/30 septembre  
Hiv. : 5 semaines/40 \$/27 janvier

**Jeux d'esprit > 50 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Jeudi 14 h à 16 h  
Aut. : 10 semaines/120 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/120 \$/28 janvier  
Frais annuels 5 \$

**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/190 \$/7 octobre  
Frais annuels 5 \$

**Parent-guide/parent-complice > 18 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Vendredi 13 h à 15 h 30  
Aut. : 8 semaines/190 \$/9 octobre  
Frais annuels 5 \$

**Parlez en public > 18 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Mercredi 19 h à 22 h  
Aut. : 10 semaines/210 \$/30 septembre  
Hiv. : 10 semaines/210 \$/27 janvier  
Frais annuels 5 \$

**Rencontres culturelles Haïti-Québec-Cuba-Mexique > 6 ans +**

Centre d'union multiculturelle et artistique des jeunes de Montréal  
514 389-6644  
Église Saints-Martyrs-Canadiens  
Dimanche 16 h à 21 h  
Aut. : 27 septembre  
Hiv. : 24 janvier  
Frais annuels 10 \$  
Rencontres ponctuelles

**CRÉATION DE BIJOUX**

**18 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Jeudi 13 h à 15 h  
Aut. : 5 semaines/60 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 5 semaines/60 \$/28 janvier  
Matériel non inclus

**DANSE**

**BALADI**

**18 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
École Ahuntsic  
Mercredi 19 h 45 à 21 h  
Aut. : 10 semaines/70 \$/30 septembre  
Hiv. : 12 semaines/80 \$/27 janvier  
Inscr. : centre UFA

**Débutant > 18 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Mercredi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines/110 \$/30 septembre  
Hiv. : 15 semaines/165 \$/27 janvier  
Frais annuels 5 \$

**Intermédiaire/avancé > 18 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Jeudi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines/110 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 15 semaines/165 \$/28 janvier  
Frais annuels 5 \$

**BALLET CLASSIQUE**

**Mini-ballet > 3 ans**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
Église Sainte-Rita (Scalabrini)  
Samedi 9 h à 10 h  
Aut. : 10 semaines/65 \$/26 septembre  
Hiv. : 12 semaines/72 \$/23 janvier  
Prévoir l'achat de chaussons souples ou rigides  
Possibilité d'acheter le costume du spectacle  
Des frais administratifs peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et école Saint-Isaac-Jogues



**Mini-ballet > 4 ans**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
Église Sainte-Rita (Scalabrini)  
Samedi 10 h à 11 h  
Aut. : 10 semaines/65 \$/26 septembre  
Hiv. : 12 semaines/72 \$/23 janvier  
Prévoir l'achat de chaussons souples ou rigides  
Possibilité d'acheter le costume du spectacle  
Des frais administratifs peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et école Saint-Isaac-Jogues

**Pré-ballet > 4 ans**

Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville  
514 334-6549  
Centre communautaire de B-C  
Samedi 9 h 30 à 10 h 30  
Aut. : 12 semaines/160 \$/19 septembre  
Hiv. : 14 semaines/160 \$/23 janvier

**5 ans**

Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville  
514 334-6549  
Centre communautaire de B-C  
Samedi 10 h 30 à 11 h 30  
Aut. : 12 semaines/160 \$/19 septembre  
Hiv. : 14 semaines/160 \$/23 janvier

**Mini-ballet > 5 - 6 ans**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
Église Sainte-Rita (Scalabrini)  
Samedi 11 h à 12 h  
Aut. : 10 semaines/65 \$/26 septembre  
Hiv. : 12 semaines/72 \$/23 janvier  
Prévoir l'achat de chaussons souples ou rigides  
Possibilité d'acheter le costume du spectacle  
Des frais administratifs peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et école Saint-Isaac-Jogues

**BALLET CLASSIQUE (SUITE)****6 ans**

Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville  
514 334-6549

Centre communautaire de B-C

Samedi 11 h 30 à 12 h 30

Aut. : 12 semaines/160 \$/19 septembre

Hiv. : 14 semaines/160 \$/23 janvier

**5 - 7 ans**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens

514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens

Vendredi 16 h 45 à 17 h 45

Aut. : 10 semaines/75 \$/2 octobre

Hiv. : 15 semaines/150 \$/29 janvier

Frais annuels 5 \$

**7 ans**

Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville

514 334-6549

Centre communautaire de B-C

Samedi 11 h 30 à 12 h 30

Aut. : 12 semaines/180 \$/19 septembre

Hiv. : 14 semaines/180 \$/23 janvier

**Mini-ballet > 7 ans**

Loisirs Sophie-Barat

514 872-1015

Église Sainte-Rita (Scalabrini)

Samedi 12 h à 13 h

Aut. : 10 semaines/65 \$/26 septembre

Hiv. : 10 semaines/50 \$/23 janvier

Prévoir l'achat de chaussons

souples ou rigides

Possibilité d'acheter le costume

du spectacle

Des frais administratifs

peuvent s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et

école Saint-Isaac-Jogues

**8 - 9 ans**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens

514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens

Vendredi 17 h 45 à 18 h 45

Aut. : 10 semaines/75 \$/2 octobre

Hiv. : 15 semaines/150 \$/29 janvier

Frais annuels 5 \$

**8 - 9 ans**

Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville

514 334-6549

Centre communautaire de B-C

Samedi 12 h 45 à 13 h 45

Aut. : 12 semaines/180 \$/19 septembre

Hiv. : 14 semaines/180 \$/23 janvier

**10 ans**

Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville

514 334-6549

Centre communautaire de B-C

Samedi 9 h 30 à 10 h 30

Aut. : 12 semaines/180 \$/19 septembre

Hiv. : 14 semaines/180 \$/23 janvier

**11 - 12 ans**

Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville

514 334-6549

Centre communautaire de B-C

Samedi 10 h 30 à 11 h 30

Aut. : 12 semaines/180 \$/19 septembre

Hiv. : 14 semaines/180 \$/23 janvier

**Intermédiaire > 14 - 18 ans**

Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville

514 334-6549

Centre communautaire de B-C

Vendredi 18 h 30 à 19 h 30

Aut. : 12 semaines/180 \$/18 septembre

Hiv. : 14 semaines/180 \$/22 janvier

**Avancé > 18 ans +**

Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville

514 334-6549

Centre communautaire de B-C

Mardi 18 h 30 à 19 h 45

Aut. : 12 semaines/200 \$/22 septembre

Hiv. : 14 semaines/200 \$/26 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/23 \$/21 septembre

Hiv. : 14 semaines/28 \$/18 janvier

Inscr. : école Sainte-Odile

**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/75 \$/28 septembre

Hiv. : 15 semaines/150 \$/25 janvier

Frais annuels 5 \$

**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/75 \$/29 septembre

Hiv. : 14 semaines/150 \$/26 janvier

Frais annuels 5 \$

**8 - 12 ans**

Loisirs Sainte-Odile

514 872-6016

Église Sainte-Odile

Lundi 16 h 30 à 17 h 30

Aut. : 12 semaines/23 \$/21 septembre

Hiv. : 14 semaines/28 \$/18 janvier

Inscr. : école Sainte-Odile

**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/75 \$/28 septembre

Hiv. : 15 semaines/150 \$/25 janvier

Frais annuels 5 \$

**BREAKDANCE****Niveaux multiples > 6 - 12 ans**

Service des loisirs Christ-Roi

514 872-6696

Église Christ-Roi

Mercredi 15 h 45 à 16 h 45

Aut. : 10 semaines/20 \$/30 septembre

Hiv. : 12 semaines/20 \$/27 janvier

Présentation d'un spectacle

**Niveaux multiples > 13 - 17 ans**

Service des loisirs Christ-Roi

514 872-6696

Église Christ-Roi

Mercredi 17 h 45 à 18 h 45

Aut. : 10 semaines/45 \$/30 septembre

Hiv. : 12 semaines/50 \$/27 janvier

Présentation d'un spectacle

**CLAQUETTES****Débutant > 6 - 12 ans**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens

514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens

Mardi 17 h à 18 h

Aut. : 10 semaines/80 \$/29 septembre

Hiv. : 15 semaines/160 \$/26 janvier

Frais annuels 5 \$

**Débutant > 18 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens

514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens

Mardi 19 h à 20 h

Aut. : 10 semaines/90 \$/29 septembre

Hiv. : 15 semaines/135 \$/26 janvier

Frais annuels 5 \$



## 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/90 \$/3 octobre  
Hiv. : 15 semaines/180 \$/30 janvier  
Frais annuels 5 \$

### 8 - 9 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Samedi 10 h à 11 h 15  
Aut. : 10 semaines/90 \$/3 octobre  
Hiv. : 15 semaines/180 \$/30 janvier  
Frais annuels 5 \$

### 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/90 \$/3 octobre  
Hiv. : 15 semaines/180 \$/30 janvier  
Frais annuels 5 \$

## DANSE CRÉATIVE

### Débutant I > 3 - 5 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Jeudi 10 h à 11 h  
Aut. : 10 semaines/70 \$/2 octobre  
Hiv. : 15 semaines/140 \$/29 janvier  
Frais annuels 5 \$

### Débutant II > 3 - 5 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Samedi 13 h à 14 h  
Aut. : 10 semaines/70 \$/3 octobre  
Hiv. : 15 semaines/140 \$/30 janvier  
Frais annuels 5 \$

### Débutant III > 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/70 \$/3 octobre  
Hiv. : 15 semaines/140 \$/30 janvier  
Frais annuels 5 \$

## DANSE EN LIGNE

### Débutant > 18 ans +

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Mercredi 11 h 30 à 12 h 30  
Aut. : 10 semaines/50 \$/30 septembre  
Hiv. : 12 semaines/60 \$/27 janvier

### Intermédiaire > 18 ans +

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Mercredi 12 h 30 à 13 h 30  
Aut. : 10 semaines/50 \$/30 septembre  
Hiv. : 12 semaines/60 \$/27 janvier

### 55 ans +

Club Marcelin-Wilson  
514 331-4555  
Centre de bocce l'Acadie  
Vendredi 13 h 30 à 15 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/à déterminer  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/à déterminer  
Inscr. : par téléphone

## DANSE FOLKLORIQUE

### Initiation > 13 ans +

Centre d'union multiculturelle et artistique des jeunes de Montréal  
514 389-6644  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Mercredi 18 h à 20 h  
Aut. : 10 semaines/35 \$/2 octobre  
Hiv. : 10 semaines/35 \$/29 janvier

## DANSE LATINE

### Chorégraphique > 16 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Vendredi 20 h à 21 h  
Aut. : 10 semaines/100 \$ ou  
150 \$ couple/2 octobre  
Hiv. : 15 semaines/150 \$ ou  
225 \$ couple/29 janvier  
Frais annuels 5 \$

### Débutant > 16 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Vendredi 19 h à 20 h  
Aut. : 10 semaines/100 \$ ou  
150 \$ couple/2 octobre  
Hiv. : 15 semaines/150 \$ ou  
225 \$ couple/29 janvier  
Frais annuels 5 \$

### 18 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Lundi 20 h à 21 h 30  
Aut. : 10 semaines/80 \$/28 septembre  
Hiv. : 14 semaines/95 \$/25 janvier

### 55 ans +

Club Marcelin-Wilson  
514 331-4555  
Centre de bocce l'Acadie  
Dimanche 19 h à 22 h 30  
Annuelle 52 semaines/1 \$ par séance  
Inscr. : par téléphone

### Débutant > 18 ans +

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Jeudi 19 h 15 à 20 h 30  
Aut. : 10 semaines/65 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/75 \$/28 janvier

### Danse latine > 16 ans +

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
Église Sainte-Rita (Scalabrini)  
Lundi et mercredi 19 h 15 à 20 h 15  
Aut. : 10 semaines/90 \$/28 septembre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/25 janvier  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

### Intermédiaire > 18 ans +

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Jeudi 20 h 30 à 21 h 45  
Aut. : 10 semaines/65 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/75 \$/28 janvier

## DANSE TRADITIONNELLE QUÉBÉCOISE

### Débutant > 14 ans +

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880  
Maison de la culture, salle 2.110  
Hiv. : Pavillon Ahuntsic  
Mardi 19 h à 20 h  
Aut. : 10 semaines/128 \$/22 septembre  
Hiv. : 10 semaines/128 \$/19 janvier  
Rabais pour étudiants et pers. âgées  
Inscr. : par téléphone

## GIGUE

### Débutant > 14 ans +

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880  
Maison de la culture, salle 2.110  
Lundi 19 h 45 à 20 h 45  
Aut. : 10 semaines/175 \$/21 septembre  
Hiv. : 10 semaines/175 \$/18 janvier  
Rabais pour étudiants et pers. âgées  
Inscr. : par téléphone

### Intermédiaire > 14 ans +

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880  
Maison de la culture, salle 2.110  
Lundi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/175 \$/21 septembre  
Hiv. : 10 semaines/175 \$/18 janvier  
Rabais pour étudiants et pers. âgées  
Inscr. : par téléphone

**GIGUE (SUITE)****Avancé > 14 ans +**

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880

Maison de la culture, salle 2.110

Mardi 18 h 30 à 19 h 30

Hiv. : 10 semaines / 175 \$ / 19 janvier

Rabais pour étudiants et pers. âgées

Inscr. : par téléphone

**HIP - HOP****5 - 6 ans**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016

Église Sainte-Odile

Mardi 15 h 15 à 16 h 15

Aut. : 12 semaines / 23 \$ / 21 septembre

Hiv. : 14 semaines / 28 \$ / 19 janvier

Inscr. : école Sainte-Odile

**Débutant > 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 / 20 \$ / 29 septembre

Hiv. : 12 semaines / 20 \$ / 26 janvier

Présentation d'un spectacle

**Débutant > 5 - 7 ans**

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696

Église Christ-Roi

Samedi 10 h à 11 h

Aut. : 10 semaines / 20 \$ / 3 octobre

Hiv. : 12 semaines / 20 \$ / 30 janvier

Présentation d'un spectacle

**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 / 70 \$ / 28 septembre

Hiv. : 15 semaines / 140 \$ / 25 janvier

Frais annuels 5 \$

**6 - 9 ans**

L'union des familles d'Ahuntsic

514 331-6413

École Saint Benoît

Lundi 18 h à 19 h

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

Hiv. : 12 semaines / 20 \$ / 25 janvier

Inscr. : centre UFA

**6 - 9 ans**

L'union des familles d'Ahuntsic

514 331-6413

Centre UFA

Mardi 16 h 30 à 17 h 30

Aut. : 10 semaines / 40 \$ / 29 septembre

Hiv. : 12 semaines / 50 \$ / 26 janvier

**7 - 8 ans**

Loisirs Sainte-Odile

514 872-6016

Église Sainte-Odile

Mardi 16 h 30 à 17 h 30

Aut. : 12 semaines / 23 \$ / 22 septembre

Hiv. : 14 semaines / 28 \$ / 19 janvier

Inscr. : école Sainte-Odile

**7 - 9 ans**

Les copains de Saint-Simon

514 872-3273

École Saint-Simon-Apôtre

Vendredi 18 h à 19 h

Aut. : 10 semaines / 20 \$ / 2 octobre

Hiv. : 10 semaines / 20 \$ / 29 janvier

**Niveaux multiples > 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 / 20 \$ / 29 septembre

Hiv. : 12 semaines / 20 \$ / 26 janvier

Présentation d'un spectacle

**Niveaux multiples > 8 - 12 ans**

Service des loisirs Christ-Roi

514 872-6696

Église Christ-Roi

Samedi 11 h à 12 h

Aut. : 10 semaines / 20 \$ / 3 octobre

Hiv. : 12 semaines / 20 \$ / 30 janvier

Présentation d'un spectacle

**10 - 12 ans**

L'union des familles d'Ahuntsic

514 331-6413

École Saint-Benoît

Lundi 19 h à 20 h

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

Hiv. : 12 semaines / 20 \$ / 25 janvier

Inscr. : centre UFA

**10 - 12 ans**

Les copains de Saint-Simon

514 872-3273

École Saint-Simon-Apôtre

Vendredi 19 h à 20 h

Aut. : 10 semaines / 20 \$ / 2 octobre

Hiv. : 10 semaines / 20 \$ / 29 janvier

**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 / 70 \$ / 28 septembre

Hiv. : 15 semaines / 140 \$ / 25 janvier

Frais annuels 5 \$

**9 - 15 ans**

Loisirs Sainte-Odile

514 872-6016

Église Sainte-Odile

Mardi 17 h 45 à 18 h 45

Aut. : 12 semaines / 23 \$ / 21 septembre

Hiv. : 14 semaines / 28 \$ / 19 janvier

Inscr. : école Sainte-Odile

**10 - 15 ans**

L'union des familles d'Ahuntsic

514 331-6413

Centre UFA

Mardi 17 h 30 à 18 h 30

Aut. : 10 semaines / 40 \$ / 29 septembre

Hiv. : 12 semaines / 50 \$ / 26 janvier

**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 \$ / 28 septembre

Hiv. : 15 semaines / 150 \$ / 25 janvier

Frais annuels 5 \$

**Niveaux multiples > 13 - 17 ans**

Service des loisirs Christ-Roi

514 872-6696

Église Christ-Roi

Mardi 17 h 45 à 18 h 45

Aut. : 10 semaines / 45 \$ / 29 septembre

Hiv. : 12 semaines / 50 \$ / 26 janvier

Présentation d'un spectacle

**Niveaux multiples > 13 - 17 ans**

Service des loisirs Christ-Roi

514 872-6696

Église Christ-Roi

Samedi 12 h à 13 h

Aut. : 10 semaines / 45 \$ / 3 octobre

Hiv. : 12 semaines / 50 \$ / 30 janvier

Présentation d'un spectacle

## PRÉ-JAZZ

### Débutant > 5 - 6 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Samedi 13 h à 14 h

Aut. : 10 semaines/75 \$/3 octobre

Hiv. : 15 semaines/150 \$/30 janvier

Frais annuels 5 \$

### Débutant > 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/75 \$/3 octobre

Hiv. : 15 semaines/150 \$/30 janvier

Frais annuels 5 \$



## SOIRÉES DANSANTES

### 18 ans +

Club social Henri-Julien

514 389-5932

Centre Henri-Julien

Samedi 17 h à 24 h

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

Hiv. : 10 semaines/15 \$/16 janvier

Frais annuels 7 \$/un samedi par mois

Inscr. : par téléphone

## TANGO ARGENTIN

### Débutant > 18 ans +

Service des loisirs Christ-Roi

514 872-6696

Centre Henri-Julien

Mercredi 20 h 30 à 22 h

Aut. : 10 semaines/100 \$/30 septembre

Hiv. : 12 semaines/105 \$/27 janvier

Inscr. : église Christ-Roi

## VALSE

### Débutant > 14 ans +

SPDTQ/EspaceTrad

514 273-0880

Maison de la culture, salle 2.110

Mardi 19 h 45 à 20 h 45

Hiv. : 5 semaines/97 \$/19 janvier

Rabais pour étudiants et pers. âgées

Inscr. : par téléphone

## DESSIN

### 6 - 8 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.

514 856-2224

Centre communautaire de B-C

Vendredi 16 h 30 à 17 h 30

Aut. : 10 semaines/23 \$/2 octobre

Hiv. : 14 semaines/23 \$/29 janvier

### Dessin et couleur > 8 - 12 ans

L'union des familles d'Ahuntsic

514 331-6413

Centre UFA

Lundi 17 h à 18 h 15

Aut. : 8 semaines/40 \$/28 septembre

Hiv. : 10 semaines/50 \$/25 janvier

Matériel non inclus

### Dessin > 18 ans +

L'union des familles d'Ahuntsic

514 331-6413

Centre UFA

Lundi 19 h 30 à 22 h

Aut. : 10 semaines/70 \$/28 septembre

Hiv. : 10 semaines/70 \$/25 janvier

Matériel non inclus

## DESSIN-PEINTURE

### 6 - 12 ans

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret

514 872-6036

École Saint-Antoine-Marie-Claret

Samedi 9 h à 12 h

Aut. : 5 semaines/80 \$/3 octobre

Hiv. : 5 semaines/80 \$/30 janvier

Matériel inclus

### 9 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.

514 856-2224

Centre communautaire de B-C

Vendredi 16 h 30 à 17 h 30

Aut. : 10 semaines/23 \$/2 octobre

Hiv. : 14 semaines/23 \$/29 janvier

### Niveaux multiples > 18 ans +

Service des loisirs Christ-Roi

514 872-6696

Église Christ-Roi

Mercredi 19 h à 21 h

Aut. : 10 semaines/115 \$/30 septembre

Hiv. : 12 semaines/120 \$/27 janvier

### Modèle vivant > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens

514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens

Lundi 19 h à 22 h

Aut. : 10 semaines/225 \$/28 septembre

Hiv. : 10 semaines/225 \$/25 janvier

Frais annuels 5 \$

### Pastel > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens

514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens

Mardi 13 h à 16 h

Aut. : 10 semaines/215 \$/29 septembre

Hiv. : 10 semaines/215 \$/26 janvier

Frais annuels 5 \$

## ÉCHECS (JEU)

### 6 - 12 ans

Loisirs Sophie-Barat

514 872-1015

Maison Berthe-Louard

Mardi 15 h 30 à 16 h 30

Aut. : 10 semaines/50 \$/28 septembre

Hiv. : 10 semaines/50 \$/26 janvier

Des frais administratifs

peuvent s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et

école Saint-Isaac-Jogues

### 7 ans +

Club d'échecs d'Ahuntsic

info@echecsahuntsic.com

École Saints-Martyrs-Canadiens

Samedi 12 h à 17 h

Aut. : 14 semaines/0 \$/19 septembre

Hiv. : semaines/0 \$/16 janvier

Frais annuels 30 \$

Inscr. : sur place

## 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 \$/29 septembre

Hiv. : 10 semaines/160 \$/26 janvier

Participation au Festivités culturelles

Inscr. : église Christ-Roi

### 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 \$/30 septembre

Hiv. : 10 semaines/160 \$/27 janvier

Participation au Festivités culturelles

Inscr. : église Christ-Roi

### 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 \$/30 septembre

Hiv. : 10 semaines/160 \$/27 janvier

Participation au Festivités culturelles

Inscr. : église Christ-Roi

**IMPROVISATION****6 - 8 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Lundi 16 h 30 à 17 h 30  
Aut. : 10 semaines/23 \$/28 septembre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/25 janvier

**8 - 12 ans**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Vendredi 16 h à 17 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/2 octobre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/29 janvier

**9 - 12 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Lundi 17 h 30 à 18 h 30  
Aut. : 10 semaines/23 \$/28 septembre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/25 janvier

**13 - 17 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Lundi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/23 \$/28 septembre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/25 janvier

**10 - 13 ans**

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret  
514 872-6036  
École Saint-Antoine-Marie-Claret  
Jeudi 18 h 30 à 19 h 45  
Aut. : 10 semaines/50 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/50 \$/28 janvier

**13 - 17 ans**

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret  
514 872-6036  
École Saint-Antoine-Marie-Claret  
Jeudi 19 h 45 à 21 h  
Aut. : 10 semaines/50 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/50 \$/28 janvier

**INFORMATIQUE****Ipad Débutant 18 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Mercredi 13 h 30 à 15 h  
Aut. : 5 semaines/50 \$/30 septembre

**Ipad > 50 ans +**

Club social Henri-Julien  
514 389-5932  
Centre Henri-Julien  
Mardi 13 h 30 à 16 h  
Aut. : 10 semaines/0 \$/15 septembre  
Hiv. : 10 semaines/0 \$/12 janvier  
Frais annuels 7 \$  
Inscr. : par téléphone

**Ipad > 50 ans +**

Club social Henri-Julien  
514 389-5932  
Centre Henri-Julien  
Mardi 9 h à 11 h 30  
Aut. : 10 semaines/0 \$/15 septembre  
Hiv. : 10 semaines/0 \$/22 janvier  
Frais annuels 7 \$  
Inscr. : par téléphone

**Ipad > 50 ans +**

Club social Henri-Julien  
514 389-5932  
Centre Henri-Julien  
Jeudi 13 h 30 à 16 h  
Aut. : 10 semaines/0 \$/17 septembre  
Hiv. : 10 semaines/0 \$/22 janvier  
Frais annuels 7 \$  
Inscr. : par téléphone

**Photoshop/débutant > 18 ans +**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Mardi 18 h 30 à 20 h  
Aut. : 5 semaines/60 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/60 \$/26 janvier

**Word/Excel/Power point/  
Internet/débutant > 18 ans +**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Jeudi 18 h 30 à 20 h  
Aut. : 10 semaines/80 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/80 \$/28 janvier

**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/50 \$/3 octobre  
Hiv. : 10 semaines/50 \$/30 janvier

**Donjons et dragons > 8 - 12 ans**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
Maison Berthe-Louard  
Lundi 15 h 30 à 17 h 30  
Aut. : 10 semaines/65 \$/28 septembre  
Hiv. : 10 semaines/65 \$/25 janvier

**OU**

Samedi 10 h 15 à 12 h 15  
Aut. : 10 semaines/65 \$/26 septembre  
Hiv. : 10 semaines/65 \$/23 janvier  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**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/50 \$/3 octobre  
Hiv. : 10 semaines/50 \$/30 janvier

**Donjons et dragons > 13 - 16 ans**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
Maison Berthe-Louard  
Samedi 12 h 15 à 14 h 15  
Aut. : 10 semaines/65 \$/26 septembre  
Hiv. : 10 semaines/65 \$/23 janvier  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**LECTURE****Lire aux éclats/atelier lecture/  
débutant > 5 - 12 ans**

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Lundi 15 h 45 à 16 h 45  
Aut. : 10 semaines/90 \$/28 septembre  
Hiv. : 12 semaines/95 \$/25 janvier

**LOISIRS****Camp du samedi/  
activités diverses > 6 - 12 ans**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Samedi 10 h à 15 h  
Aut. : 10 semaines/150 \$/3 octobre  
Hiv. : 10 semaines/150 \$/30 janvier

**LOISIRS SCIENTIFIQUES****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/80 \$/3 octobre  
Hiv. : 10 semaines/80 \$/30 janvier  
Frais annuels 5 \$

## Folie de la science/ débutant > 8 - 12 ans

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Samedi 11 h à 12 h  
Aut. : 10 semaines/45 \$/3 octobre  
Hiv. : 12 semaines/50 \$/30 janvier

## MENUISERIE

### Fabrication d'objets miniatures > 7 - 9 ans

L'union des familles d'Ahuentsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Samedi 9 h à 10 h 30  
Aut. : 10 semaines/45 \$/3 octobre  
Hiv. : 10 semaines/45 \$/30 janvier  
Matériel non inclus

### Fabrication d'objets miniatures > 10 - 12 ans

L'union des familles d'Ahuentsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Samedi 10 h 30 à 12 h  
Aut. : 10 semaines/45 \$/3 octobre  
Hiv. : 10 semaines/45 \$/30 janvier  
Matériel non inclus

## MUSIQUE

### ACCORDÉON

#### Débutant > 14 ans +

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880  
Maison de la culture, salle 2.110  
Mercredi 20 h à 21 h  
Aut. : 10 semaines/194 \$/23 septembre  
Hiv. : 10 semaines/194 \$/20 janvier  
Rabais pour étudiants et pers. âgées  
Inscr. : par téléphone

#### Initiation > 14 ans +

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880  
Maison de la culture, salle 2.110  
Mercredi 18 h 45 à 19 h 45  
Aut. : 10 semaines/194 \$/23 septembre  
Hiv. : 10 semaines/194 \$/21 janvier  
Rabais pour étudiants et pers. âgées  
Inscr. : par téléphone

#### Intermédiaire > 14 ans +

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880  
Maison de la culture, salle 2.138  
Mercredi 19 h 45 à 20 h 45  
Aut. : 10 semaines/194 \$/23 septembre  
Hiv. : 10 semaines/194 \$/22 janvier  
Rabais pour étudiants et pers. âgées  
Inscr. : par téléphone

#### Intermédiaire/avancé > 14 ans +

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880  
Maison de la culture, salle 2.138  
Mardi 18 h 15 à 19 h 15  
Aut. : 10 semaines/194 \$/22 septembre  
Hiv. : 10 semaines/194 \$/19 janvier  
Rabais pour étudiants et pers. âgées  
Inscr. : par téléphone

## CHANT

#### 6 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Lundi 15 h à 22 h  
Aut. : 10 semaines/200 \$/28 septembre  
Hiv. : 14 semaines/280 \$/25 janvier

#### 6 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Mardi 15 h à 22 h  
Aut. : 10 semaines/200 \$/29 septembre  
Hiv. : 14 semaines/280 \$/26 janvier

#### 6 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Mercredi 15 h à 22 h  
Aut. : 10 semaines/200 \$/30 septembre  
Hiv. : 14 semaines/280 \$/27 janvier

#### 6 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Jeudi 15 h à 22 h  
Aut. : 10 semaines/200 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 14 semaines/280 \$/28 janvier

#### 6 ans +

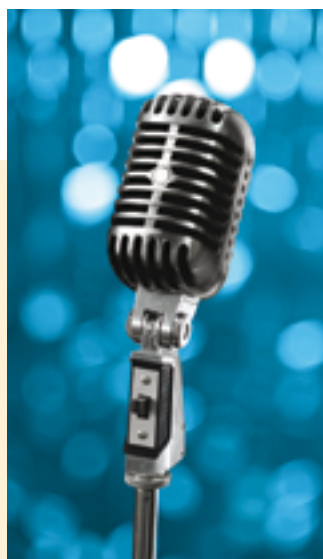
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Vendredi 15 h à 22 h  
Aut. : 10 semaines/200 \$/2 octobre  
Hiv. : 14 semaines/280 \$/29 janvier

#### 6 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Samedi 9 h à 15 h  
Aut. : 10 semaines/200 \$/3 octobre  
Hiv. : 14 semaines/280 \$/30 janvier

#### Chanson traditionnelle québécoise/intermédiaire >14 ans+

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880  
Pavillon Ahuentsic  
Jeudi 18 h 30 à 19 h 45  
Aut. : 8 semaines/194 \$/24 septembre  
Hiv. : 8 semaines/194 \$/22 janvier  
Rabais pour étudiants et pers. âgées  
Inscr. : par téléphone



#### Glee Club > 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/75 \$/28 septembre  
Hiv. : 15 semaines/150 \$/25 janvier  
Frais annuels 5 \$

#### Glee Club > 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 \$/28 septembre  
Hiv. : 15 semaines/150 \$/25 janvier  
Frais annuels 5 \$

#### Chant/libre > 18 ans +

L'union des familles d'Ahuentsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Mardi 13 h 30 à 15 h  
Aut. : 10 semaines/40 \$/29 septembre

## GUITARE

#### 6 ans +

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Lundi 15 h 15 à 19 h 15  
Aut. : 12 semaines/240 \$/21 septembre  
Hiv. : 16 semaines/340 \$/18 janvier  
Cours privé de 30 minutes

#### 6 ans +

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Mardi 15 h 15 à 19 h 15  
Aut. : 12 semaines/240 \$/22 septembre  
Hiv. : 16 semaines/340 \$/19 janvier  
Cours privé de 30 minutes

#### 6 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Mercredi 15 h à 22 h  
Aut. : 10 semaines/200 \$/30 septembre  
Hiv. : 14 semaines/280 \$/27 janvier

**GUITARE (SUITE)****6 ans +**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Mercredi 15 h 15 à 19 h 45  
Aut. : 12 semaines/240 \$/23 septembre  
Hiv. : 16 semaines/340 \$/20 janvier  
Cours privé de 30 minutes

**6 ans +**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Jeudi 15 h 15 à 19 h 45  
Aut. : 12 semaines/240 \$/24 septembre  
Hiv. : 16 semaines/340 \$/21 janvier  
Cours privé de 30 minutes

**6 ans +**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Vendredi 15 h 15 à 17 h 15  
Aut. : 12 semaines/240 \$/25 septembre  
Hiv. : 16 semaines/340 \$/22 janvier  
Cours privé de 30 minutes

**Guitare/DADGAD (avec soliste)/  
avancé > 14 ans +**

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880  
Maison de la culture, salle 2.138  
Jeudi 18 h 40 à 19 h 40  
Aut. : 10 semaines/233 \$/24 septembre  
Hiv. : 10 semaines/233 \$/22 janvier  
Rabais pour étudiants et pers. âgées  
Inscr. : par téléphone

**Guitare-accompagnement/  
débutant > 14 ans +**

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880  
Maison de la culture, salle 2.138  
Mercredi 20 h à 21 h  
Aut. : 10 semaines/194 \$/23 septembre  
Hiv. : 10 semaines/194 \$/20 janvier  
Rabais pour étudiants et pers. âgées  
Inscr. : par téléphone

**Guitare/Cours privé > 8 ans +**

L'Union des familles d'Ahuentsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Lundi dès 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/150 \$/28 septembre  
Hiv. : 15 semaines/225 \$/25 janvier  
**OU**

Mardi dès 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/150 \$/29 septembre  
Hiv. : 15 semaines/225 \$/26 janvier  
**OU**  
Mercredi dès 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/150 \$/30 septembre  
Hiv. : 15 semaines/225 \$/27 janvier

**OU**

Jeudi dès 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/150 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 15 semaines/225 \$/28 janvier

**Guitare/Cours semi privé**

**45 minutes > 13 ans +**  
Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Sophie-Barat  
Lundi 18 h 30 à 21 h 45  
Aut. : 10 semaines/90 \$/28 septembre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/25 janvier

**OU**

Mardi 18 h 30 à 21 h 45  
Aut. : 10 semaines/90 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/26 janvier  
Horaire à finaliser avec le professeur  
suivant l'inscription  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**Guitare-accompagnement (avec  
soliste)/intermédiaire > 14 ans +**

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880  
Maison de la culture, salle 2.138  
Mardi 19 h30 à 20 h 30  
Aut. : 10 semaines/233 \$/22 septembre  
Hiv. : 10 semaines/233 \$/19 janvier  
Rabais pour étudiants et pers. âgées  
Inscr. : par téléphone

**Solfège et guitare > 12 - 17 ans**

Centre d'union multiculturelle et artis-  
tique des jeunes de Montréal  
514 389-6644  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Mardi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines/65 \$ résident et  
90 \$ non résident/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/65 \$ résident et  
90 \$ non résident/26 janvier  
Matériel nécessaire : guitare et  
cahier de solfège  
Forfait pour 2 enfants : 95 \$

**Solfège et guitare > 18 ans +**

Centre d'union multiculturelle et artis-  
tique des jeunes de Montréal  
514 389-6644  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Vendredi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines/65 \$ résident et  
90 \$ non résident/2 octobre  
Hiv. : 10 semaines/65 \$ résident et  
90 \$ non résident/29 janvier  
Matériel nécessaire :  
guitare et cahier de solfège  
Rabais pour aînés

**Introduction à la guitare/  
initiation > 14 ans +**

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880  
Maison de la culture, salle 2.138  
Jeudi 20 h à 21 h  
Aut. : 10 semaines/194 \$/24 septembre  
Hiv. : 10 semaines/194 \$/22 janvier  
Rabais pour étudiants et pers. âgées  
Inscr. : par téléphone

**HARMONICA****débutant > 14 ans +**

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880  
Maison de la culture, salle 2.138  
Lundi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/194 \$/21 septembre  
Hiv. : 10 semaines/194 \$/19 janvier  
Rabais pour étudiants et pers. âgées  
Inscr. : par téléphone

**PIANO****6 ans +**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Lundi 15 h à 22 h  
Aut. : 10 semaines/200 \$/28 septembre  
Hiv. : 14 semaines/280 \$/25 janvier

**6 ans +**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Lundi 15 h 15 à 19 h 15  
Aut. : 12 semaines/240 \$/21 septembre  
Hiv. : 16 semaines/340 \$/18 janvier  
Cours privé de 30 minutes

**6 ans +**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Mardi 15 h à 22 h  
Aut. : 10 semaines/200 \$/29 septembre  
Hiv. : 14 semaines/280 \$/26 janvier



**6 ans +**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Mardi 15 h 15 à 19 h 15  
Aut. : 12 semaines/240 \$/22 septembre  
Hiv. : 16 semaines/340 \$/19 janvier  
Cours privé de 30 minutes

**6 ans +**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Mercredi 15 h à 22 h  
Aut. : 10 semaines/200 \$/30 septembre  
Hiv. : 14 semaines/280 \$/27 janvier

**6 ans +**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Mercredi 15 h 15 à 19 h 45  
Aut. : 12 semaines/240 \$/23 septembre  
Hiv. : 16 semaines/340 \$/20 janvier  
Cours privé de 30 minutes

**6 ans +**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Jeudi 15 h à 22 h  
Aut. : 10 semaines/200 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 14 semaines/280 \$/28 janvier

**6 ans +**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Jeudi 15 h 15 à 19 h 45  
Aut. : 12 semaines/240 \$/24 septembre  
Hiv. : 16 semaines/340 \$/21 janvier  
Cours privé de 30 minutes

**6 ans +**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Vendredi 15 h à 22 h  
Aut. : 10 semaines/200 \$/2 octobre  
Hiv. : 14 semaines/280 \$/29 janvier

**6 ans +**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Vendredi 15 h 15 à 17 h 15  
Aut. : 12 semaines/240 \$/25 septembre  
Hiv. : 16 semaines/340 \$/22 janvier  
Cours privé de 30 minutes

**6 ans +**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Samedi 9 h à 15 h  
Aut. : 10 semaines/200 \$/3 octobre  
Hiv. : 14 semaines/280 \$/30 janvier

**Piano Cours/privé de 30 minutes > 6 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Samedi dès 9 h  
Aut. : 10 semaines/150 \$/3 octobre  
Hiv. : 15 semaines/225 \$/30 janvier

**OU**

Lundi dès 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/150 \$/28 septembre  
Hiv. : 15 semaines/225 \$/25 janvier

**OU**

Mardi dès 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/150 \$/29 septembre  
Hiv. : 15 semaines/225 \$/26 janvier

**OU**

Mercredi dès 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/150 \$/30 septembre  
Hiv. : 15 semaines/225 \$/27 janvier

**OU**

Jeudi dès 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/150 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 15 semaines/225 \$/28 janvier

**OU**

Vendredi dès 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/150 \$/2 octobre  
Hiv. : 15 semaines/225 \$/29 janvier

**VIOLON****Cours semi privé de 30 minutes > 7 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Mardi dès 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/150 \$/29 septembre  
Hiv. : 12 semaines/180 \$/26 janvier  
Matériel non inclus

**OU**

Jeudi dès 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/150 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/180 \$/28 janvier  
Matériel non inclus

**OU**

Vendredi dès 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/150 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/180 \$/28 janvier  
Matériel non inclus

**OU**

Samedi dès 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/150 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/180 \$/28 janvier  
Matériel non inclus

**OU**

Samedi dès 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/150 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/180 \$/28 janvier  
Matériel non inclus

**Débutant > 14 ans +**

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880  
Pavillon Ahuntsic  
Lundi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/194 \$/21 septembre  
Hiv. : 10 semaines/194 \$/18 janvier  
Rabais pour étudiants et pers. âgées  
Inscr. : par téléphone

**Intermédiaire > 14 ans +**

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880  
Maison de la culture, salle 2.110  
Jeudi 18 h 30 à 19 h 45  
Aut. : 8 semaines/194 \$/24 septembre  
Hiv. : 8 semaines/194 \$/21 janvier  
Rabais pour étudiants et pers. âgées  
Inscr. : par téléphone

**Avancé > 14 ans +**

SPDTQ/EspaceTrad  
514 273-0880  
Maison de la culture, salle 2.110  
Jeudi 20 h à 21 h 15  
Aut. : 8 semaines/194 \$/24 septembre  
Hiv. : 8 semaines/194 \$/21 janvier  
Rabais pour étudiants et pers. âgées  
Inscr. : par téléphone

**6 ans +**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Samedi 9 h à 15 h  
Aut. : 10 semaines/200 \$/3 octobre  
Hiv. : 14 semaines/280 \$/30 janvier

**PEINTURE****Acrylique et huile > 18 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Lundi 19 h à 22 h  
Aut. : 10 semaines/150 \$/28 septembre  
Hiv. : 10 semaines/150 \$/25 janvier  
Frais annuels 5 \$

**Acrylique > 18 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Jeudi 19 h 30 à 22 h  
Aut. : 10 semaines/80 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/80 \$/28 janvier  
Matériel non inclus

**Aquarelle/créativité et gestuelle > 18 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Mercredi 13 h à 16 h  
Aut. : 10 semaines/210 \$/30 septembre  
Hiv. : 10 semaines/210 \$/27 janvier  
Frais annuels 5 \$



### PEINTURE (SUITE)

#### Aquarelle/débutant et intermédiaire > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Mercredi 19 h à 22 h

Aut. : 10 semaines/210 \$/30 septembre  
Hiv. : 10 semaines/210 \$/27 janvier  
Frais annuels 5 \$

#### Atelier studio d'artistes/libre > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Jeudi 10 h à 15 h

Aut. : 10 semaines/70 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/70 \$/28 janvier  
Frais annuels 5 \$

#### 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/115 \$/28 septembre  
Hiv. : 12 semaines/120 \$/25 janvier  
Matériel non inclus/participation au  
Festivités culturelles  
Inscr. : église Christ-Roi

#### 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/115 \$/30 septembre  
Hiv. : 12 semaines/120 \$/27 janvier  
Matériel non inclus/participation au  
Festivités culturelles  
Inscr. : église Christ-Roi

#### 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/115 \$/3 octobre  
Hiv. : 12 semaines/120 \$/30 janvier  
Matériel non inclus/participation au  
Festivités culturelles  
Inscr. : église Christ-Roi

#### 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/115 \$/3 octobre  
Hiv. : 12 semaines/120 \$/30 janvier  
Matériel non inclus/participation au  
Festivités culturelles  
Inscr. : église Christ-Roi

#### 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/150 \$/2 octobre  
Hiv. : 10 semaines/150 \$/29 janvier  
Frais annuels 5 \$

#### Peinture à l'huile (classe de Maîtres) > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Lundi 13 h à 16 h

Aut. : 10 semaines/150 \$/28 septembre  
Hiv. : 10 semaines/150 \$/25 janvier  
Frais annuels 5 \$

#### 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/80 \$/3 octobre  
Hiv. : 10 semaines/80 \$/30 janvier  
Frais annuels 5 \$

#### Peinture > 18 ans +

Club social Henri-Julien  
514 389-5932

Centre Henri-Julien  
Jeudi 10 h à 11 h

Aut. : 10 semaines/120 \$/17 septembre  
Hiv. : 10 semaines/120 \$/14 janvier  
Frais annuels 7 \$  
Inscr. : par téléphone



### PHOTOGRAPHIE

#### Niveaux multiples > 18 ans +

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696

Centre Henri-Julien  
Mardi 19 h à 21 h

Aut. : 10 semaines/90 \$/29 septembre  
Hiv. : 12 semaines/95 \$/26 janvier  
Matériel non inclus/participation au  
Festivités culturelles  
Inscr. : église Christ-Roi

#### Adobe Lightroom 5 > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Jeudi 19 h à 20 h 30

Aut. : 5 semaines/60 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 5 semaines/60 \$/28 janvier  
Frais annuels 5 \$

#### Numérique > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Mercredi 15 h à 16 h 30

Aut. : 5 semaines/60 \$/30 septembre  
Hiv. : 5 semaines/60 \$/27 janvier  
Frais annuels 5 \$

#### Numérique et Photoshop > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Lundi 19 h à 20 h 30

Aut. : 10 semaines/100 \$/28 septembre  
Hiv. : 10 semaines/100 \$/25 janvier  
Frais annuels 5 \$

### POTERIE

#### Débutant > 18 ans +

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696

Église Christ-Roi  
Jeudi 19 h à 21 h 30

Aut. : 10 semaines/165 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/170 \$/28 janvier  
Matériel non inclus/participation au  
Festivités culturelles



## SCIENCES

### Sciences en folie/familial >

#### 5 - 9 ans

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015

Maison Berthe-Louard

Samedi 9 h 15 à 10 h 15

Aut. : 8 semaines/60 \$/26 septembre

Hiv. : 8 semaines/60 \$/23 janvier

Un enfant et un parent pour le montant demandé

Des frais administratifs peuvent s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et école Saint-Isaac-Jogues

## SCULPTURE DE BOIS

#### 16 ans +

L'union des familles d'Ahuntsic

514 331-6413

Centre UFA

Mardi 13 h à 16 h

Aut. : 10 semaines/80 \$/29 septembre

Hiv. : 15 semaines/120 \$/26 janvier

**OU**

Mercredi 19 h à 22 h

Aut. : 10 semaines/80 \$/30 septembre

Hiv. : 15 semaines/120 \$/27 janvier

**OU**

Jeudi 19 h à 22 h

Aut. : 10 semaines/80 \$/1<sup>er</sup> octobre

Hiv. : 15 semaines/120 \$/28 janvier

## SPECTACLE ET PROMOTION ARTISTIQUE

### Découverte de jeunes talents > 13 ans +

Centre d'union multiculturelle et artistique des jeunes de Montréal  
514 389-6644

Église Saints-Martyrs-Canadiens

Dimanche 17 h à 21 h

Aut. : 14 semaines/0 \$/27 septembre

Hiv. : 14 semaines/0 \$/24 janvier

Frais annuels 10 \$

## THÉÂTRE

### Théâtre des p'tits rigolos/débutant > 5 - 8 ans

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696

Église Christ-Roi

Jeudi 16 h 45 à 17 h 45

Aut. : 10 semaines/40 \$/1<sup>er</sup> octobre

Hiv. : 12 semaines/45 \$/28 janvier

Matériel inclus

#### 6 - 8 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.

514 856-2224

Centre communautaire de B-C

Mercredi 16 h 30 à 17 h 30

Aut. : 10 semaines/23 \$/30 septembre

Hiv. : 14 semaines/23 \$/27 janvier

#### 8 - 10 ans

Loisirs Sophie-Barat

514 872-1015

Église Sainte-Rita (Scalabrini)

Jeudi 18 h à 19 h

Aut. : 10 semaines/60 \$/1<sup>er</sup> octobre

Hiv. : 10 semaines/60 \$/28 janvier

Des frais administratifs

peuvent s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et

école Saint-Isaac-Jogues

#### 9 - 13 ans

L'union des familles d'Ahuntsic

514 331-6413

Centre UFA

Mercredi 16 h 30 à 17 h 45

Aut. : 10 semaines/45 \$/30 septembre

Hiv. : 12 semaines/55 \$/27 janvier

#### 9 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.

514 856-2224

Centre communautaire de B-C

Mercredi 17 h 30 à 18 h 30

Aut. : 10 semaines/23 \$/30 septembre

Hiv. : 14 semaines/23 \$/27 janvier

#### 9 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.

514 856-2224

Centre communautaire de B-C

Mercredi 17 h 30 à 18 h 30

Aut. : 10 semaines/23 \$/30 septembre

Hiv. : 14 semaines/23 \$/27 janvier

#### 11 - 13 ans

Loisirs Sophie-Barat

514 872-1015

Église Sainte-Rita (Scalabrini)

Jeudi 19 h à 20 h 15

Aut. : 10 semaines/60 \$/1<sup>er</sup> octobre

Hiv. : 10 semaines/60 \$/28 janvier

Des frais administratifs

peuvent s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et

école Saint-Isaac-Jogues

#### Saynète > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens

514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens

Jeudi 19 h à 22 h

Aut. : 10 semaines/210 \$/1<sup>er</sup> octobre

Frais annuels 5 \$

#### 18 ans +

Club social Henri-Julien

514 389-5932

Centre Henri-Julien

Mercredi 10 h à 11 h 30

Aut. : 10 semaines/70 \$/16 septembre

Hiv. : 10 semaines/70 \$/13 janvier

Frais annuels 7 \$

Inscr. : par téléphone

## TRICOT

#### 10 - 13 ans

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret

514 872-6036

École Saint-Antoine-Marie-Claret

Samedi 12 h 30 à 14 h

Aut. : 5 semaines/80 \$/3 octobre

Hiv. : 5 semaines/80 \$/30 janvier

Matériel inclus

#### 16 ans +

Loisirs Sophie-Barat

514 872-1015

École Sophie-Barat

Mercredi 18 h 30 à 20 h 30

Aut. : 10 semaines/80 \$/30 janvier

Hiv. : 10 semaines/80 \$/27 janvier

Des frais administratifs

peuvent s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et

école Saint-Isaac-Jogues

#### 13 - 17 ans

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret

514 872-6036

École Saint-Antoine-Marie-Claret

Samedi 14 h 30 à 16 h

Aut. : 10 semaines/80 \$/3 octobre

Hiv. : 10 semaines/80 \$/30 janvier

Matériel inclus

#### Niveaux multiples > 18 ans +

Service des loisirs Christ-Roi

514 872-6696

Église Christ-Roi

Jeudi 19 h à 21 h

Aut. : 10 semaines/95 \$/1<sup>er</sup> octobre

Hiv. : 12 semaines/100 \$/28 janvier



## ACTIVITÉS AQUATIQUES

En raison de la fermeture, à compter du 24 septembre 2015, de la piscine intérieure Sophie-Barat afin d'y réaliser les travaux de réfection, certaines activités ont été relocalisées vers d'autres installations. C'est pourquoi nous vous invitons à communiquer avec le Club aquatique les Piranhas du Nord (CAPN) afin de connaître tous les détails.

**Club aquatique  
Les Piranhas du Nord  
(CAPN)**  
514 385-1525  
Information :  
[www.clubcapn.com](http://www.clubcapn.com)

## ATHLÉTISME

**Débutant > 6 - 12 ans**  
Club d'athlétisme Impulsion  
[info@clubimpulsion.ca](mailto:info@clubimpulsion.ca)  
École La Dauversière  
Dimanche 10 h 15 à 11 h 15  
Aut. : 10 semaines/20 \$/4 octobre  
Hiv. : 14 semaines/24 \$/31 janvier  
Frais suppl. pour l'achat d'un chandail (facultatif)  
Inscr. : centre commautaire de B-C

**Débutant > 6 - 8 ans**  
Club d'athlétisme Impulsion  
[info@clubimpulsion.ca](mailto:info@clubimpulsion.ca)  
École Saint-Isaac-Jogues  
Mercredi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/30 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/20 janvier  
Frais suppl. pour l'achat d'un chandail (facultatif)  
Inscr. : complexe Sophie-Barat

**Débutant > 6 - 8 ans**  
Club d'athlétisme Impulsion  
[info@clubimpulsion.ca](mailto:info@clubimpulsion.ca)  
École Ahuntsic  
Jeudi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/21 janvier  
Frais suppl. pour l'achat d'un chandail (facultatif)  
Inscr. : centre UFA

**Débutant > 6 - 12 ans**  
Club d'athlétisme Impulsion  
[info@clubimpulsion.ca](mailto:info@clubimpulsion.ca)  
Église Christ-Roi  
Vendredi 16 h 45 à 17 h 45  
Aut. : 10 semaines/20 \$/2 octobre  
Hiv. : 12 semaines/20 \$/29 janvier  
Frais suppl. pour l'achat d'un chandail (facultatif)

**Débutant > 6 - 12 ans**  
Club d'athlétisme Impulsion  
[info@clubimpulsion.ca](mailto:info@clubimpulsion.ca)  
École John-Caboto  
Vendredi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/2 octobre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/22 janvier  
Frais suppl. pour l'achat d'un chandail (facultatif)  
Inscr. : école Saint-Simon-Apôtre

**Débutant > 6 - 8 ans**  
Club d'athlétisme Impulsion  
[info@clubimpulsion.ca](mailto:info@clubimpulsion.ca)  
École Saint-Paul-de-la-Croix  
Samedi 9 h à 10 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/26 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/23 janvier  
Frais suppl. pour l'achat d'un chandail (facultatif)  
Inscr. : complexe Sophie-Barat

**Débutant > 6 - 8 ans**  
Club d'athlétisme Impulsion  
[info@clubimpulsion.ca](mailto:info@clubimpulsion.ca)  
École Saint-Antoine-Marie-Claret  
Samedi 14 h 45 à 15 h 45  
Aut. : 10 semaines/20 \$/3 octobre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/30 janvier  
Frais suppl. pour l'achat d'un chandail (facultatif)

**Avancé > 8 - 15 ans**  
Club d'athlétisme Impulsion  
[info@clubimpulsion.ca](mailto:info@clubimpulsion.ca)  
Collège Mont-Saint-Louis  
Jeudi 19 h à 20 h 30  
Aut. : 10 semaines/20 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 14 semaines/24 \$/28 janvier  
Frais suppl. pour l'achat d'un chandail (facultatif)

**Développement > 8 - 12 ans**  
Club d'athlétisme Impulsion  
[info@clubimpulsion.ca](mailto:info@clubimpulsion.ca)  
École Fernand-Séguin  
Mardi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/26 janvier  
Frais suppl. pour l'achat d'un chandail (facultatif)  
Inscr. : complexe Sophie-Barat

**Débutant > 9 - 12 ans**  
Club d'athlétisme Impulsion  
[info@clubimpulsion.ca](mailto:info@clubimpulsion.ca)  
École Saint-Isaac-Jogues  
Mercredi 19 h à 20 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/30 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/20 janvier  
Frais suppl. pour l'achat d'un chandail (facultatif)  
Inscr. : complexe Sophie-Barat

**Débutant > 9 - 12 ans**  
Club d'athlétisme Impulsion  
[info@clubimpulsion.ca](mailto:info@clubimpulsion.ca)  
École Ahuntsic  
Jeudi 19 h à 20 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/21 janvier  
Frais suppl. pour l'achat d'un chandail (facultatif)  
Inscr. : centre UFA

**Débutant > 9 - 12 ans**  
Club d'athlétisme Impulsion  
[info@clubimpulsion.ca](mailto:info@clubimpulsion.ca)  
École Saint-Paul-de-la-Croix  
Samedi 10 h à 11 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/26 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/23 janvier  
Frais suppl. pour l'achat d'un chandail (facultatif)  
Inscr. : complexe Sophie-Barat

## AUTODÉFENSE

**16 ans +**  
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret  
514 872-6036  
École Saint-Antoine-Marie-Claret  
Jeudi 19 h 45 à 21 h 15  
Aut. : 10 semaines/80 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/80 \$/28 janvier

## BADMINTON

**Familial > 6 ans +**  
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École La Dauversière  
Dimanche 12 h à 13 h  
Aut. : 10 semaines/23 \$/4 octobre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/31 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C



#### Familial > 6 - 12 ans

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
École Saint-André-Apôtre  
Samedi 10 h 30 à 12 h  
Aut. : 10 semaines/65 \$/3 octobre  
Hiv. : 10 semaines/65 \$/30 janvier  
Un parent et un enfant  
Inscr. : centre UFA

#### 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/65 \$/3 octobre  
Hiv. : 10 semaines/65 \$/30 janvier  
Un parent et un enfant  
Inscr. : centre UFA

#### Familial > 8 - 15 ans

Club de badminton les Raquettes du Nord de Montréal  
514 382-1560 poste 317  
Collège Mont-Saint-Louis  
Dimanche 9 h à 10 h 30  
Aut. : 12 semaines/50 \$/13 septembre  
Hiv. : 12 semaines/50 \$/10 janvier  
Les adultes doivent être accompagnés d'un enfant.  
Participation ponctuelle 8 \$

#### Débutant > 6 - 9 ans

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
École Saint-André-Apôtre  
Vendredi 18 h à 18 h 45  
Aut. : 10 semaines/20 \$/2 octobre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/29 janvier  
Inscr. : centre UFA

#### Libre/récréatif > 7 - 9 ans

Les copains de Saint-Simon  
514 872-3273  
École Saint-Simon-Apôtre  
Mardi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/26 janvier

#### 8 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École La Dauversière  
Dimanche 11 h à 12 h  
Aut. : 10 semaines/15 \$/4 octobre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/31 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

#### 8 - 13 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Lundi 17 h à 18 h 30  
Aut. : 10 semaines/23 \$/21 septembre  
Hiv. : 10 semaines/23 \$/25 janvier

#### Libre/récréatif > 10 - 12 ans

Les copains de Saint-Simon  
514 872-3273  
École Saint-Simon-Apôtre  
Mardi 19 h à 20 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/26 janvier

#### Libre/récréatif > 10 - 12 ans

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
École Saint-André-Apôtre  
Vendredi 18 h 45 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/20 \$/2 octobre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/29 janvier  
Inscr. : centre UFA

#### Débutant et intermédiaire >

#### 8 - 15 ans

Club de badminton les Raquettes du Nord de Montréal  
514 382-1560 poste 317  
Collège Mont-Saint-Louis  
Lundi 18 h 30 à 20 h 30  
Aut. : 12 semaines/20 \$/14 septembre  
Hiv. : 12 semaines/20 \$/11 janvier  
Frais de tournoi en sus

#### Débutant et intermédiaire >

#### 8 - 15 ans

Club de badminton les Raquettes du Nord de Montréal  
514 382-1560 poste 317  
Collège Mont-Saint-Louis  
Mercredi 18 h 30 à 20 h 30  
Aut. : 12 semaines/20 \$/9 septembre  
Hiv. : 12 semaines/20 \$/13 janvier

#### Débutant et intermédiaire >

#### 8 - 15 ans

Club de badminton les Raquettes du Nord de Montréal  
514 382-1560 poste 317  
Collège Mont-Saint-Louis  
Samedi 9 h à 12 h  
Aut. : 12 semaines/20 \$/12 septembre  
Hiv. : 12 semaines/20 \$/9 janvier  
Frais de tournoi en sus

#### Débutant et intermédiaire >

#### 8 - 15 ans

Club de badminton les Raquettes du Nord de Montréal  
514 382-1560 poste 317  
Collège Mont-Saint-Louis  
Lundi et mercredi 18 h 30 à 20 h 30  
Aut. : 12 semaines/30 \$/9 septembre  
Hiv. : 12 semaines/30 \$/11 janvier  
Frais de tournoi en sus

#### Débutant et intermédiaire >

#### 8 - 15 ans

Club de badminton les Raquettes du Nord de Montréal  
514 382-1560 poste 317  
Collège Mont-Saint-Louis  
Lundi et mercredi 18 h 30 à 20 h 30 et Samedi 9 h à 12 h  
Aut. : 12 semaines/30 \$/9 septembre  
Hiv. : 12 semaines/30 \$/9 janvier  
Frais de tournoi en sus

#### Débutant et intermédiaire >

#### 8 - 15 ans

Club de badminton les Raquettes du Nord de Montréal  
514 382-1560 poste 317  
Collège Mont-Saint-Louis  
Lundi 18 h 30 à 20 h 30 et Samedi 9 h à 12 h  
Aut. : 12 semaines/30 \$/12 septembre  
Hiv. : 12 semaines/30 \$/9 janvier  
Frais de tournoi en sus

#### Débutant et intermédiaire >

#### 8 - 15 ans

Club de badminton les Raquettes du Nord de Montréal  
514 382-1560 poste 317  
Collège Mont-Saint-Louis  
Mercredi 18 h 30 à 20 h 30 et Samedi 9 h à 12 h  
Aut. : 12 semaines/30 \$/9 septembre  
Hiv. : 12 semaines/30 \$/9 janvier  
Frais de tournoi en sus

**BADMINTON (SUITE)****13 - 17 ans**

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

École La Dauversière

Dimanche 13 h à 14 h

Aut. : 10 semaines/23 \$/4 octobre

Hiv. : 14 semaines/23 \$/31 janvier

Inscr. : centre commautaire de B-C

**Libre/récréatif > 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/45 \$/28 septembre

Hiv. : 15 semaines/65 \$/25 janvier

Inscr. : centre UFA

**Libre/récréatif > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat

514 872-1015

École Sophie-Barat

Lundi 20 h 30 à 22 h

Aut. : 10 semaines/70 \$/28 septembre

Hiv. : 10 semaines/70 \$/25 janvier

Apportez raquettes et volants

Des frais administratifs

peuvent s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et

école Saint-Isaac-Jogues

**Libre/récréatif > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat

514 872-1015

École Sophie-Barat

Mardi 20 h 30 à 22 h

Aut. : 10 semaines/70 \$/29 septembre

Hiv. : 10 semaines/70 \$/26 janvier

Apportez raquettes et volants

Des frais administratifs

peuvent s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et

école Saint-Isaac-Jogues

**Libre/récréatif > 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/45 \$/30 septembre

Hiv. : 15 semaines/65 \$/27 janvier

Inscr. : centre UFA

**Libre/récréatif > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat

514 872-1015

École Sophie-Barat

Mercredi 20 h 30 à 22 h

Aut. : 10 semaines/70 \$/30 septembre

Hiv. : 10 semaines/70 \$/27 janvier

Apportez raquettes et volants

Des frais administratifs

peuvent s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et

école Saint-Isaac-Jogues

**Libre/récréatif > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat

514 872-1015

École Sophie-Barat

Jeudi 20 h 30 à 22 h

Aut. : 10 semaines/70 \$/1<sup>er</sup> octobre

Hiv. : 10 semaines/70 \$/28 janvier

Apportez raquettes et volants

Des frais administratifs peuvent

s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et école

Saint-Isaac-Jogues

**Libre/récréatif > 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/45 \$/2 octobre

Hiv. : 10 semaines/45 \$/29 janvier

Inscr. : centre UFA

**Libre/récréatif > 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/45 \$/2 octobre

Hiv. : 15 semaines/65 \$/29 janvier

Inscr. : centre UFA

**Libre > 16 ans +**

Loisirs Sainte-Odile

514 872-6016

École Sainte-Odile

Mardi 19 h à 21 h

Aut. : 12 semaines/5 \$ par sem./22 sept.

Hiv. : 16 semaines/5 \$ par sem./19 janv.

**16 ans +**

Loisirs Sainte-Odile

514 872-6016

École Sainte-Odile

Jeudi 19 h 30 à 21 h 30

Aut. : 12 semaines/60 \$/24 septembre

Hiv. : 16 semaines/80 \$/21 janvier

**18 ans +**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.

514 856-2224

École La Dauversière

Lundi 19 h 15 à 20 h 45

Aut. : 10 semaines/45 \$/28 septembre

Hiv. : 14 semaines/60 \$/25 janvier

Inscr. : centre commautaire de B-C

**Libre/récréatif 18 ans +**

Club de badminton les Raquettes

du Nord de Montréal

514 382-1560 poste 317

Collège Mont-Saint-Louis

Lundi, mercredi et vendredi

20 h 30 à 22 h 30

Aut. : 12 semaines/60 \$/9 septembre

Hiv. : 12 semaines/60 \$/9 janvier

Réservation non requise

**BASKETBALL****5 - 6 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.

514 856-2224

École François-de-Laval

Lundi 15 h 30 à 16 h 30

Aut. : 10 semaines/23 \$/28 septembre

Hiv. : 14 semaines/23 \$/25 janvier

Inscr. : centre commautaire de B-C

**5 - 6 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.

514 856-2224

École Gilles-Vigneault

Mercredi 15 h 15 à 16 h 15

Hiv. : 14 semaines/60 \$/27 janvier

Inscr. : centre commautaire de B-C

**5 - 7 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.

514 856-2224

École François-de-Laval (annexe)

Vendredi 15 h 30 à 16 h 30

Aut. : 10 semaines/23 \$/2 octobre

Hiv. : 14 semaines/23 \$/29 janvier

Inscr. : centre commautaire de B-C

**6 - 7 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.

514 856-2224

École La Dauversière

Samedi 12 h 30 à 13 h 30

Aut. : 10 semaines/23 \$/3 octobre

Hiv. : 14 semaines/23 \$/30 janvier

Inscr. : centre commautaire de B-C

**Débutant > 7 - 12 ans**

L'union des familles d'Ahuntsic

514 331-6413

École Saint-Benoit

Jeudi 18 h à 19 h

Aut. : 10 semaines/15 \$/1<sup>er</sup> octobre

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

Inscr. : centre UFA



## MINI-BASKET

### Débutant 6 - 7 ans

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Jeudi 15 h 45 à 16 h 45  
Aut. : 10 semaines/20 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/20 \$/28 janvier

### Débutant 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/20 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/20 \$/28 janvier

### 6 - 7 ans

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Lundi 15 h 15 à 16 h 15  
Aut. : 12 semaines/23 \$/21 septembre  
Hiv. : 16 semaines/32 \$/18 janvier

### 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/23 \$/24 septembre  
Hiv. : 10 semaines/23 \$/28 janvier

### 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/0 \$/2 octobre  
Hiv. : 12 semaines/0 \$/29 janvier

### 7 - 8 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École François-de-Laval  
Lundi 16 h 30 à 17 h 30  
Aut. : 10 semaines/23 \$/28 septembre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/25 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

### 7 - 8 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École Gilles-Vigneault  
Mercredi 16 h 15 à 17 h 15  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/27 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

### 7 - 9 ans

Les copains de Saint-Simon  
514 872-3273  
École John-Caboto  
Mardi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines/15 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/15 \$/26 janvier  
Inscr. : école Saint-Simon-Âpôtre

### 8 - 9 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École La Dauversière  
Samedi 13 h 30 à 14 h 30  
Aut. : 10 semaines/23 \$/3 octobre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/30 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

### 8 - 12 ans

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Lundi 16 h 15 à 17 h 15  
Aut. : 12 semaines/23 \$/17 septembre  
Hiv. : 16 semaines/32 \$/21 janvier

### 8 - 12 ans

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Saint-Isaac-Jogues  
Lundi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/28 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/25 janvier  
Des frais administratifs peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et école Saint-Isaac-Jogues

### 9 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École François-de-Laval  
Lundi 17 h 30 à 18 h 30  
Aut. : 10 semaines/23 \$/28 septembre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/25 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

### 9 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École Gilles-Vigneault  
Mercredi 17 h 15 à 18 h 15  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/25 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

### 10 - 12 ans

Les copains de Saint-Simon  
514 872-3273  
École John-Caboto  
Mardi 19 h à 20 h  
Aut. : 10 semaines/15 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/15 \$/26 janvier  
Inscr. : école Saint-Simon-Âpôtre

### 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/23 \$/24 septembre  
Hiv. : 10 semaines/23 \$/28 janvier

### 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/0 \$/2 octobre  
Hiv. : 12 semaines/0 \$/29 janvier

### 10 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École La Dauversière  
Samedi 14 h 30 à 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/23 \$/3 octobre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/30 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

### 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/0 \$/2 octobre  
Hiv. : 12 semaines/0 \$/29 janvier

### 13 - 17 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École La Dauversière  
Samedi 15 h 30 à 17 h  
Aut. : 10 semaines/25 \$/27 septembre  
Hiv. : 14 semaines/35 \$/31 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

**BOCCE****10 ans +**

Club de bocce l'Acadie  
514 331-4555  
Centre de bocce l'Acadie  
Lundi au dimanche 13 h 30 à 17 h  
Annuelle 52 semaines  
Gratuit pour les membres  
Carte de membre :  
20 \$ résident et 30 \$ non résident  
Inscr. : par téléphone

**10 ans +**

Club de bocce l'Acadie  
514 331-4555  
Centre de bocce l'Acadie  
Lundi au dimanche 19 h à 22 h 30  
Annuelle 52 semaines  
Gratuit pour les membres  
Carte de membre :  
20 \$ résident et 30 \$ non résident  
Inscr. : par téléphone

**BOXE****Niveaux multiples > 10 - 15 ans**

Club de boxe Ring 83  
514 872-6138  
9810-C, rue Saint-Urbain  
Horaire varié  
Annuelle 52 semaines/0 \$/1<sup>er</sup> septembre  
Inscr. : par téléphone (après 18 h)

**Niveaux multiples > 16 ans +**

Club de boxe Ring 83  
514 872-6138  
9810-C, rue Saint-Urbain  
Horaire varié  
Annuelle 52 semaines/140 \$/1<sup>er</sup> septembre  
Inscr. : par téléphone (après 18 h)

**CLAQUE (CHEERLEADING)****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 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/50 \$/28 janvier  
Achat d'accessoires pour  
le spectacle 10 \$  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**Niveaux multiples > 6 - 15 ans**

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Mercredi 16 h 45 à 17 h 45  
Aut. : 10 semaines/40 \$/30 septembre  
Hiv. : 12 semaines/45 \$/27 janvier  
Présentation d'un spectacle

**CONDITIONNEMENT  
PHYSIQUE****Ados en forme/circuit danse/  
filles > 12 - 18 ans**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Vendredi 19 h à 20 h  
Aut. : 10 semaines/50 \$/2 octobre  
Hiv. : 10 semaines/50 \$/29 janvier  
Frais annuels 5 \$

**Ados en forme/circuit  
entraînement/garçons >  
12 - 18 ans**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Vendredi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines/50 \$/2 octobre  
Hiv. : 10 semaines/50 \$/29 janvier  
Frais annuels 5 \$

**Body fitness > 18 ans +**

L'union des familles d'Ahuentsic  
514 331-6413  
École Ahuentsic  
Mardi 19 h 15 à 20 h  
Aut. : 10 semaines/60 \$/29 septembre  
Hiv. : 12 semaines/70 \$/26 janvier  
Inscr. : centre UFA

**Body fitness > 18 ans +**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Église Saint-Joseph-de-Bordeaux  
Lundi 10 h à 11 h  
Aut. : 10 semaines/70 \$/28 septembre  
Hiv. : 14 semaines/90 \$/25 janvier  
Inscr. : centre communautaire de B-C

**Body fitness > 18 ans +**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Église Saint-Joseph-de-Bordeaux  
Mercredi 10 h à 11 h  
Aut. : 10 semaines/70 \$/30 septembre  
Hiv. : 14 semaines/90 \$/27 janvier

**Boot camp/  
cross training > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Saint-Paul-de-la-Croix  
Lundi et mercredi 19 h à 20 h 10  
Aut. : 10 semaines/0 \$/28 septembre  
Hiv. : 10 semaines/0 \$/26 janvier  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**Bootcamp/  
niveaux multiples > 18 ans +**

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Jeudi 19 h à 20 h  
Aut. : 10 semaines/85 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/90 \$/28 janvier

**Cardio boxe > 18 ans +**

L'union des familles d'Ahuentsic  
514 331-6413  
École Ahuentsic  
Mardi 18 h 15 à 19 h 15  
Aut. : 10 semaines/70 \$/29 septembre  
Hiv. : 12 semaines/80 \$/26 janvier  
Inscr. : centre UFA

**Cardio mixte/combo/intervalle  
et 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. : 20 semaines/75 \$/28 septembre  
Hiv. : 20 semaines/75 \$/25 janvier  
Frais annuels 5 \$

**Cardio-vélo > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Sophie-Barat  
Mardi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/70 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/70 \$/26 janvier  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

### **Cardio-vélo > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Sophie-Barat  
Jeudi 19 h 30 à 20 h 30  
Aut. : 10 semaines/70 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/70 \$/28 janvier  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

### **Danse aérobique > 18 ans +**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Lundi 19 h à 20 h  
Aut. : 10 semaines/70 \$/28 septembre  
Hiv. : 14 semaines/90 \$/25 janvier

### **Entraînement boxe**

#### **Débutant > 18 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Mardi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/90 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/26 janvier  
Frais annuels 5 \$

#### **Entraînement boxe**

#### **Avancé > 18 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Mardi 19 h 30 à 20 h 30  
Aut. : 10 semaines/90 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/26 janvier  
Frais annuels 5 \$

### **Étirements > 16 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Jeudi 13 h à 14 h  
Aut. : 10 semaines/55 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/65 \$/28 janvier

### **Étirement relaxation**

#### **et automassage > 18 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Lundi et jeudi 9 h 30 à 10 h 30  
Aut. : 20 semaines/90 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 20 semaines/90 \$/28 janvier  
Frais annuels 5 \$



### **Étirement relaxation et automassage > 18 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Lundi ou jeudi 9 h 30 à 10 h 30  
Aut. : 10 semaines/50 \$/28 septembre  
Hiv. : 10 semaines/50 \$/25 janvier  
Frais annuels 5 \$

### **Étirements musculaires >**

#### **18 ans +**

Club social Henri-Julien  
514 389-5932  
Centre Henri-Julien  
Lundi 11 h à 12 h  
Aut. : 10 semaines/60 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/60 \$/11 janvier  
Frais annuels 7 \$  
Inscr. : par téléphone

### **Maman en forme > 18 ans +**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Église Saint-Joseph-de-Bordeaux  
Mardi 10 h à 11 h  
Aut. : 10 semaines/70 \$/29 septembre  
Hiv. : 14 semaines/90 \$/26 janvier  
Inscr. : centre communautaire de B-C

### **Mise en forme/ débutant > 50 ans +**

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Mercredi 13 h à 14 h 30  
Aut. : 10 semaines/85 \$/30 septembre  
Hiv. : 12 semaines/90 \$/27 janvier

### **Vitalité tonus/tonifier les muscles et le cœur > 50 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Mardi et jeudi 19 h 30 à 20 h 45  
Aut. : 20 semaines/75 \$/29 septembre  
Hiv. : 20 semaines/75 \$/26 janvier  
Frais annuels 5 \$

### **18 ans +**

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret  
514 872-6036  
École Saint-Antoine-Marie-Claret  
Lundi 19 h 30 à 21 h  
Aut. : 10 semaines/60 \$/28 septembre  
Hiv. : 10 semaines/60 \$/25 janvier  
100 \$ pour deux fois par semaine

### **18 ans +**

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret  
514 872-6036  
École Saint-Antoine-Marie-Claret  
Mercredi 19 h 30 à 21 h  
Aut. : 10 semaines/60 \$/30 septembre  
Hiv. : 10 semaines/60 \$/27 janvier  
100 \$ pour deux fois par semaine

### **18 ans +**

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret  
514 872-6036  
École Saint-Antoine-Marie-Claret  
Lundi et mercredi 19 h 30 à 21 h  
Aut. : 20 semaines/100 \$/28 septembre  
Hiv. : 20 semaines/100 \$/25 janvier  
100 \$ pour deux fois par semaine

## **ESCRIME**

### **Fleuret/**

#### **niveaux multiples > 8 ans +**

Club d'escrime Fleuret d'argent  
514 835-9164  
Complexe sportif Claude-Robillard  
Horaire et coût varié  
**Voir la section 5, page 84**

#### **Débutant > 6 - 7 ans**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Alice-Parizeau  
Vendredi 15 h 45 à 17 h  
Aut. : 10 semaines/23 \$/25 septembre  
Hiv. : 10 semaines/32 \$/22 janvier  
Inscr. : école Sainte-Odile

#### **Intermédiaire > 8 - 9 ans**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Alice-Parizeau  
Vendredi 17 h à 18 h 15  
Aut. : 10 semaines/23 \$/25 septembre  
Hiv. : 10 semaines/32 \$/22 janvier  
Inscr. : école Sainte-Odile

**ESCRIME (SUITE)****Avancé > 10 - 15 ans**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016

École Alice-Parizeau

Vendredi 18 h 15 à 19 h 45

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

Hiv. : 10 semaines/28 \$/22 janvier

Inscr. : école Sainte-Odile

**GYMNASTIQUE****Niveaux multiples > 3 ans +**

Club Gymnix inc.

514 872-1536

Complexe sportif Claude-Robillard

Horaire et coût varié

**Voir la section 5, page 85**

**Gymnastique au sol/****débutant > 5 - 7 ans**

Service des loisirs Christ-Roi

514 872-6696

Église Christ-Roi

Jeu. 15 h 45 à 16 h 45

Aut. : 10 semaines/40 \$/1<sup>er</sup> octobre

Hiv. : 12 semaines/45 \$/28 janvier

**Débutant > 6 - 9 ans**

L'union des familles d'Ahuntsic

514 331-6413

École Saint-André-Apôtre

Jeu. 18 h à 19 h

Aut. : 10 semaines/40 \$/1<sup>er</sup> octobre

Hiv. : 12 semaines/50 \$/28 janvier

Inscr. : centre UFA

**Débutant > 6 - 12 ans**

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret

514 872-6036

École Saint-Antoine-Marie-Claret

Samedi 9 h 15 à 10 h 45

Aut. : 10 semaines/60 \$/3 octobre

Hiv. : 10 semaines/60 \$/30 janvier

**Gymnastique au sol > 6 - 9 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.

514 856-2224

Église Saint-Joseph-de-Bordeaux

Jeu. 16 h 30 à 17 h 30

Aut. : 10 semaines/50 \$/1<sup>er</sup> octobre

Hiv. : 14 semaines/65 \$/28 janvier

Inscr. : centre commautaire de B-C

**Gymnastique au sol/****débutant > 8 - 12 ans**

Service des loisirs Christ-Roi

514 872-6696

Église Christ-Roi

Jeu. 16 h 45 à 17 h 45

Aut. : 10 semaines/40 \$/1<sup>er</sup> octobre

Hiv. : 12 semaines/45 \$/28 janvier

**Gymnastique au sol > 10 - 12 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.

514 856-2224

Église Saint-Joseph-de-Bordeaux

Jeu. 17 h 30 à 18 h 30

Aut. : 10 semaines/50 \$/1<sup>er</sup> octobre

Hiv. : 14 semaines/65 \$/28 janvier

Inscr. : centre commautaire de B-C

**Débutant > 10 - 12 ans**

L'union des familles d'Ahuntsic

514 331-6413

École Saint-André-Apôtre

Jeu. 19 h à 20 h

Aut. : 10 semaines/40 \$/1<sup>er</sup> octobre

Hiv. : 12 semaines/50 \$/28 janvier

Inscr. : centre UFA

**Avancé > 7 - 12 ans**

L'union des familles d'Ahuntsic

514 331-6413

École Saint-André-Apôtre

Mardi 18 h à 19 h

Aut. : 10 semaines/40 \$/29 septembre

Hiv. : 12 semaines/50 \$/26 janvier

Inscr. : centre UFA

**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 \$/30 sept.

Hiv. : 10 semaines/100 \$/27 janvier

Frais annuels 5 \$

**OU**

Vendredi 10 h à 11 h 30

Aut. : 10 semaines/100 \$/2 octobre

Hiv. : 10 semaines/100 \$/29 janvier

Frais annuels 5 \$

**55 ans +**

Club Marcelin-Wilson

514 331-4555

Centre de bocce l'Acadie

Lundi 9 h 30 à 11 h

Aut. : 10 semaines/20 \$/À déterminer

Hiv. : 10 semaines/20 \$/À déterminer

Inscr. : par téléphone

**HALTÉROPHILIE****11 ans +**

Club d'haltérophilie de Montréal

438 888-8478

Complexe sportif Claude-Robillard

Horaire et coût varié

**Voir la section 5, page 84**

**HOCKEY SUR GLACE****Niveaux multiples > 3 ans +**

Association des Braves d'Ahuntsic

514 956-1955

Arénas Ahuntsic/Marcelin-Wilson/

Michel-Normandin

Horaire et coût varié

Information : [www.ahmba.ca](http://www.ahmba.ca)

**HANDBALL****Compétitif/féminin > 8 - 10 ans**

Club de handball d'Ahuntsic-Cartierville

514 856-6134

Collège Mont-St-Louis

Dimanche 9 h à 10 h 30

Aut. : 30 semaines/100 \$/13 septembre

Inscr. : [www.handball-chac.com](http://www.handball-chac.com)

**Compétitif/masculin > 8 - 10 ans**

Club de handball d'Ahuntsic-Cartierville

514 856-6134

Collège Mont-St-Louis

Dimanche 9 h à 10 h 30

Aut. : 30 semaines/100 \$/13 septembre

Inscr. : [www.handball-chac.com](http://www.handball-chac.com)

**Compétitif/féminin > 10 - 12 ans**

Club de handball d'Ahuntsic-Cartierville

514 856-6134

Collège Mont-St-Louis

Dimanche 10 h 30 à 12 h

Aut. : 30 semaines/125 \$/13 septembre

Inscr. : [www.handball-chac.com](http://www.handball-chac.com)

**Compétitif/masculin > 10 - 12 ans**

Club de handball d'Ahuntsic-Cartierville

514 856-6134

Collège Mont-St-Louis

Dimanche 10 h 30 à 12 h

Aut. : 30 semaines/125 \$/13 septembre

Inscr. : [www.handball-chac.com](http://www.handball-chac.com)

**Compétitif/féminin > 12 - 14 ans**

Club de handball d'Ahuntsic-Cartierville

514 856-6134

YMCA Cartierville

Dimanche 13 h 30 à 15 h

École St-Pius X

Jeu. 16 h 30 à 18 h

Aut. : 30 semaines/200 \$/13 septembre

Inscr. : [www.handball-chac.com](http://www.handball-chac.com)

**Compétitif/masculin > 12 - 14 ans**

Club de handball d'Ahuntsic-Cartierville

514 856-6134

École Sophie-Barat

Dimanche 15 h à 16 h 30

École St-Pius X

Mardi 16 h 30 à 18 h

Aut. : 30 semaines/200 \$/13 septembre

Inscr. : [www.handball-chac.com](http://www.handball-chac.com)



**Compétitif / féminin > 14 - 16 ans**  
Club de handball d'Ahuntsic-Cartierville  
514 856-6134  
YMCA Cartierville  
Dimanche 15 h à 16 h 30  
École St-Pius X  
Jeudi 16 h 30 à 18 h  
Aut. : 30 semaines / 225 \$ / 13 septembre  
Inscr. : www.handball-chac.com

**Compétitif / masculin > 14 - 16 ans**  
Club de handball d'Ahuntsic-Cartierville  
514 856-6134  
YMCA Cartierville  
Dimanche 15 h à 16 h 30  
École St-Pius X  
Mardi 16 h 30 à 18 h  
Aut. : 30 semaines / 225 \$ / 13 septembre  
Inscr. : www.handball-chac.com

**Compétitif / masculin > 16 - 18 ans**  
Club de handball d'Ahuntsic-Cartierville  
514 856-6134  
École St-Pius X  
Lundi et mercredi 21 h à 22 h 30  
Aut. : 30 semaines / 275 \$ / 9 septembre  
Inscr. : www.handball-chac.com

**Compétitif / masculin > 18 - 21 ans**  
Club de handball d'Ahuntsic-Cartierville  
514 856-6134  
École St-Pius X  
Lundi et mercredi 21 h à 22 h 30  
Aut. : 30 semaines / 325 \$ / 9 septembre  
Inscr. : www.handball-chac.com

**Compétitif / masculin > 21 ans +**  
Club de handball d'Ahuntsic-Cartierville  
514 856-6134  
École St-Pius X  
Lundi et mercredi 21 h à 22 h 30  
Aut. : 30 semaines / 400 \$ / 9 septembre  
Inscr. : www.handball-chac.com

**Récréatif / mixte > 16 - 18 ans**  
Club de handball d'Ahuntsic-Cartierville  
514 856-6134  
École St-Pius X  
Mercredi 21 h à 22 h 30  
Aut. : 15 semaines / 60 \$ / 9 septembre  
Hiv. : 15 semaines / 60 \$ / 13 janvier  
Inscr. : www.handball-chac.com

**Récréatif / mixte > 18 - 21 ans**  
Club de handball d'Ahuntsic-Cartierville  
514 856-6134  
École St-Pius X  
Mercredi 21 h à 22 h 30  
Aut. : 15 semaines / 75 \$ / 9 septembre  
Hiv. : 15 semaines / 75 \$ / 13 janvier  
Inscr. : www.handball-chac.com

**Récréatif / mixte > 21 ans +**  
Club de handball d'Ahuntsic-Cartierville  
514 856-6134  
École St-Pius X  
Mercredi 21 h à 22 h 30  
Aut. : 15 semaines / 90 \$ / 9 septembre  
Hiv. : 15 semaines / 90 \$ / 13 janvier  
Inscr. : www.handball-chac.com

**Semi-compétitif / mixte > 16 - 18 ans**  
Club de handball d'Ahuntsic-Cartierville  
514 856-6134  
École St-Pius X  
Lundi 21 h à 22 h 30  
Aut. : 28 semaines / 170 \$ / 14 septembre  
Inscr. : www.handball-chac.com

**Semi-compétitif / mixte > 18 - 21 ans**  
Club de handball d'Ahuntsic-Cartierville  
514 856-6134  
École St-Pius X  
Lundi 21 h à 22 h 30  
Aut. : 28 semaines / 200 \$ / 14 septembre  
Inscr. : www.handball-chac.com

**Semi-compétitif / mixte > 21 ans +**  
Club de handball d'Ahuntsic-Cartierville  
514 856-6134  
École St-Pius X  
Lundi 21 h à 22 h 30  
Aut. : 28 semaines / 230 \$ / 14 septembre  
Inscr. : www.handball-chac.com

## HOCKEY COSOM

**5 - 6 ans**  
Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Mardi 15 h 15 à 16 h 15  
Aut. : 12 semaines / 23 \$ / 22 septembre  
Hiv. : 16 semaines / 32 \$ / 19 janvier  
Lunettes de protection obligatoires

**Débutant > 6 - 7 ans**  
Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Lundi 15 h 45 à 16 h 45  
Aut. : 10 semaines / 20 \$ / 28 septembre  
Hiv. : 12 semaines / 20 \$ / 25 janvier

**6 - 8 ans**  
Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Fernand-Séguin  
Mardi 18 h 05 à 19 h 05  
Aut. : 10 semaines / 20 \$ / 28 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 20 \$ / 25 janvier  
Lunettes de protection obligatoires  
Des frais administratifs peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et école Saint-Isaac-Jogues

**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 / 20 \$ / 25 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 20 \$ / 22 janvier  
Lunettes de protection obligatoires  
Des frais administratifs peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et école Saint-Isaac-Jogues

**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 / 0 \$ / 28 septembre  
Hiv. : 12 semaines / 0 \$ / 25 janvier

**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 / 0 \$ / 29 septembre  
Hiv. : 12 semaines / 0 \$ / 26 janvier

**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 / 23 \$ / 23 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 23 \$ / 27 janvier  
Lunettes de protection obligatoires



**HOCKEY COSOM (SUITE)****6 - 8 ans**

Les copains de Saint-Simon  
514 872-3273

École Saint-Simon-Apôtre  
Vendredi 18 h à 19 h

Aut. : 10 semaines / 15 \$ / 2 octobre  
Hiv. : 10 semaines / 15 \$ / 29 janvier

**6 - 8 ans**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016

École Sainte-Odile  
Samedi 13 h 30 à 14 h 30

Aut. : 12 semaines / 23 \$ / 21 septembre  
Hiv. : 12 semaines / 23 \$ / 25 janvier  
Lunettes de protection obligatoires

**6 - 8 ans**

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

École La Dauversière  
Dimanche 14 h 15 à 15 h 15

Aut. : 10 semaines / 23 \$ / 4 octobre  
Hiv. : 14 semaines / 23 \$ / 31 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

**7 - 8 ans**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016

École Sainte-Odile  
Mardi 16 h 30 à 17 h 30

Aut. : 12 semaines / 23 \$ / 22 septembre  
Hiv. : 16 semaines / 32 \$ / 19 janvier  
Lunettes de protection obligatoires

**6 - 8 ans**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015

École Saint-Isaac-Jogues  
Vendredi 18 h à 19 h

Aut. : 10 semaines / 20 \$ / 25 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 20 \$ / 22 janvier  
Lunettes de protection obligatoires  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**6 - 9 ans**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413

École Saint-André-Apôtre  
Lundi 18 h à 19 h

Aut. : 10 semaines / 20 \$ / 28 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 20 \$ / 25 janvier  
Lunettes de protection obligatoires  
Matériel non inclus  
Inscr. : centre UFA

**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 / 20 \$ / 25 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 20 \$ / 22 janvier  
Lunettes de protection obligatoires  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**9 - 12 ans**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015

École Saint-Isaac-Jogues  
Lundi 19 h à 20 h

Aut. : 10 semaines / 20 \$ / 28 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 20 \$ / 25 janvier  
Lunettes de protection obligatoires  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**9 - 12 ans**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016

École Sainte-Odile  
Mardi 17 h 45 à 18 h 45

Aut. : 12 semaines / 23 \$ / 22 septembre  
Hiv. : 16 semaines / 32 \$ / 19 janvier  
Lunettes de protection obligatoires

**9 - 12 ans**

Les copains de Saint-Simon  
514 872-3273

École Saint-Simon-Apôtre  
Vendredi 19 h à 20 h

Aut. : 10 semaines / 15 \$ / 2 octobre  
Hiv. : 10 semaines / 15 \$ / 29 janvier

**9 - 12 ans**

Les copains de Saint-Simon  
514 872-3273

École Saint-Simon-Apôtre  
Vendredi 19 h à 20 h

Aut. : 10 semaines / 15 \$ / 2 octobre  
Hiv. : 10 semaines / 15 \$ / 29 janvier



**9 - 12 ans**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016

École Sainte-Odile  
Samedi 14 h 30 à 15 h 30

Aut. : 12 semaines/23 \$/26 septembre

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

Lunettes de protection obligatoires

**9 - 12 ans**

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

École La Dauversière

Dimanche 15 h 15 à 16 h 15

Aut. : 10 semaines/23 \$/4 octobre

Hiv. : 14 semaines/23 \$/31 janvier

Inscr. : centre commautaire de B-C

**9 - 12 ans**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015

École Saint-Paul-de-la-Croix

Mardi 18 h 30 à 19 h 30

Aut. : 10 semaines/20 \$/29 septembre

Hiv. : 10 semaines/20 \$/26 janvier

Lunettes de protection obligatoires

Des frais administratifs peuvent

s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et

école Saint-Isaac-Jogues

**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/0 \$/28 septembre

Hiv. : 12 semaines/0 \$/25 janvier

**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/0 \$/29 septembre

Hiv. : 12 semaines/0 \$/26 janvier

**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/23 \$/23 septembre

Hiv. : 10 semaines/23 \$/27 janvier

Lunettes de protection obligatoires

**10 - 12 ans**

L'union des familles d'Ahuentsic  
514 331-6413

École Saint-André-Apôtre

Lundi 19 h à 20 h

Aut. : 10 semaines/20 \$/28 septembre

Hiv. : 10 semaines/20 \$/25 janvier

Lunettes de protection obligatoires

Matériel non inclus

Inscr. : centre UFA

**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/20 \$/25 septembre

Hiv. : 10 semaines/20 \$/22 janvier

Lunettes de protection obligatoires

Des frais administratifs peuvent

s'appliquer

Inscr. : complexe Sophie-Barat et école

Saint-Isaac-Jogues

**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/0 \$/2 octobre

Hiv. : 12 semaines/0 \$/29 janvier

**13 - 17 ans**

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

École La Dauversière

Dimanche 16 h 15 à 17 h 45

Aut. : 10 semaines/23 \$/4 octobre

Hiv. : 14 semaines/23 \$/31 janvier

Inscr. : centre commautaire de B-C

**Niveaux multiples > 13 - 17 ans**

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696

Église Christ-Roi

Mercredi 17 h 45 à 18 h 45

Aut. : 10 semaines/35 \$/30 septembre

Hiv. : 12 semaines/40 \$/27 janvier

**18 ans +**

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

École Saint-Antoine-Marie-Claret

Jeudi 21 h 15 à 22 h 30

Aut. : 10 semaines/50 \$/1<sup>er</sup> octobre

Hiv. : 10 semaines/50 \$/28 janvier

**Masculin > 18 ans +**

Loisirs Sainte-Odile

514 872-6016

YMCA Cartierville

Mardi 20 h 30 à 22 h

Aut. : 12 semaines/70 \$/22 septembre

Hiv. : 16 semaines/90 \$/19 janvier

Lunettes de protection obligatoires

Inscr. : école Sainte-Odile

**Mixte > 18 ans +**

Loisirs Sainte-Odile

514 872-6016

YMCA Cartierville

Jeudi 20 h 30 à 22 h

Aut. : 12 semaines/70 \$/24 septembre

Hiv. : 16 semaines/90 \$/21 janvier

Lunettes de protection obligatoires

Inscr. : école Sainte-Odile

**Niveaux multiples > 18 ans +**

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696

Église Christ-Roi

Mardi 20 h 30 à 22 h

Aut. : 10 semaines/65 \$/29 septembre

Hiv. : 12 semaines/70 \$/26 janvier

**OU**

Mercredi 19 h 30 à 21 h

Aut. : 10 semaines/65 \$/30 septembre

Hiv. : 12 semaines/70 \$/27 janvier

**OU**

Jeudi 20 h 30 à 22 h

Aut. : 10 semaines/65 \$/1<sup>er</sup> octobre

Hiv. : 12 semaines/70 \$/28 janvier

**OU**

Samedi 8 h 30 à 10 h

Aut. : 10 semaines/65 \$/3 octobre

Hiv. : 12 semaines/70 \$/30 janvier

**JEUX COLLECTIFS****8 - 12 ans**

Les copains de Saint-Simon

514 872-3273

École John-Caboto

Vendredi 19 h à 20 h

Aut. : 10 semaines/15 \$/2 octobre

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

Inscr. : école Saint-Simon-Apôtre

**JUDO****Parent/enfant > 3 - 5 ans**

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

Endroit à déterminer

Samedi 10 h à 11 h

Aut. : 10 semaines/23 \$/3 octobre

Hiv. : 14 semaines/23 \$/30 janvier

Inscr. : centre commautaire de B-C

**Débutant > 6 - 12 ans**

Club de judo Hakudokan

514 387-6978

YMCA Cartierville

Lundi 18 h à 19 h

Aut. : 10 semaines/55 \$/28 septembre

Hiv. : 10 semaines/55 \$/18 janvier

**OU**

Lundi 19 h à 20 h

Aut. : 10 semaines/55 \$/28 septembre

Hiv. : 10 semaines/55 \$/18 janvier

Judogi requis

Inscr. : école Sainte-Odile

**Débutant > 6 - 12 ans**

Club de judo Hakudokan

514 387-6978

Église Christ-Roi

Lundi 15 h 45 à 16 h 45

Aut. : 10 semaines/55 \$/28 septembre

Hiv. : 10 semaines/55 \$/18 janvier

Judogi requis



### JUDO (SUITE)

#### Débutant > 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/60 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/60 \$/19 janvier  
Judogi requis  
Inscr. : complexe Sophie-Barat

#### Débutant > 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 \$/30 septembre  
Hiv. : 10 semaines/55 \$/20 janvier  
Judogi requis

#### Débutant > 6 - 12 ans

Club de judo Hakudokan  
514 387-6978  
École Saint-Antoine-Marie-Claret  
Jeudi 17 h 30 à 18 h 45  
Aut. : 10 semaines/55 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/55 \$/28 janvier  
Judogi requis

#### 6 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Endroit à déterminer  
Lundi 17 h 15 à 18 h 45  
Aut. : 10 semaines/35 \$/28 septembre  
Hiv. : 14 semaines/50 \$/25 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

#### Niveaux-multiples > 6 - 14 ans

Club de judo Hakudokan  
514 387-6978  
10 142, boul. Saint-Laurent  
Mercredi, vendredi 16 h 30 à 17 h 45  
Samedi 9 h 30 à 11 h  
Annuelle/coût varié/2 septembre  
Frais d'inscription : 15 \$

#### Niveaux-multiples > 15 - 17 ans

Club de judo Hakudokan  
514 387-6978  
10 142, boul. Saint-Laurent  
Lundi, mercredi 19 h 30 à 21 h  
Vendredi 18 h 30 à 20 h  
Annuelle/coût varié/2 septembre  
Frais d'inscription : 15 \$

#### Niveaux-multiples > 18 ans +

Club de judo Hakudokan  
514 387-6978  
10 142, boul. Saint-Laurent  
Lundi, mercredi 19 h 30 à 21 h  
Vendredi 18 h 30 à 20 h  
Annuelle/coût varié/2 septembre  
Frais d'inscription : 15 \$

### KARATÉ

#### Débutant > 5 - 7 ans

Association de Karaté Dojokai  
514 969-4482  
YMCA Cartierville  
Mardi 18 h à 19 h  
Aut. : 16 semaines/145 \$/1<sup>er</sup> septembre  
Hiv. : 15 semaines/145 \$/5 janvier  
Frais d'affiliation 25 \$  
Matériel non inclus  
Inscr. : par téléphone

#### Débutant > 5 - 7 ans

Association de Karaté Dojokai  
514 969-4482  
YMCA Cartierville  
Vendredi 18 h à 19 h  
Aut. : 16 semaines/145 \$/4 septembre  
Hiv. : 15 semaines/145 \$/8 janvier  
Frais d'affiliation 25 \$  
Matériel non inclus  
Inscr. : par téléphone

#### Débutant > 5 - 7 ans

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Samedi 9 h à 10 h  
Aut. : 12 semaines/45 \$/26 septembre  
Hiv. : 12 semaines/45 \$/23 janvier  
Frais supplémentaire pour achat  
d'un kimono

#### Intermédiaire > 5 - 7 ans

Association de Karaté Dojokai  
514 969-4482  
YMCA Cartierville  
Mardi 19 h à 20 h  
Aut. : 16 semaines/145 \$/1<sup>er</sup> septembre  
Hiv. : 15 semaines/145 \$/5 janvier  
Frais d'affiliation 25 \$  
Matériel non inclus  
Inscr. : par téléphone

**Intermédiaire > 5 - 7 ans**

Association de Karaté Dojokai  
514 969-4482  
YMCA Cartierville  
Samedi 12 h 30 à 13 h 30  
Aut. : 16 semaines/145 \$/5 septembre  
Hiv. : 15 semaines/145 \$/9 janvier  
Frais d'affiliation 25 \$  
Matériel non inclus  
Inscr. : par téléphone

**Débutant > 8 - 12 ans**

Association de Karaté Dojokai  
514 969-4482  
YMCA Cartierville  
Jeudi 19 h à 20 h  
Aut. : 16 semaines/145 \$/3 septembre  
Hiv. : 15 semaines/145 \$/7 janvier  
Frais d'affiliation 25 \$  
Matériel non inclus  
Inscr. : par téléphone

**Débutant > 8 - 12 ans**

Association de Karaté Dojokai  
514 969-4482  
YMCA Cartierville  
Samedi 13 h 30 à 14 h 30  
Aut. : 16 semaines/145 \$/5 septembre  
Hiv. : 15 semaines/145 \$/9 janvier  
Frais d'affiliation 25 \$  
Matériel non inclus  
Inscr. : par téléphone

**Niveaux multiples > 8 - 12 ans**

Association de Karaté Dojokai  
514 969-4482  
YMCA Cartierville  
Mardi 19 h à 20 h  
**ou**  
Vendredi 19 h à 20 h  
Aut. : 16 semaines/145 \$/4 septembre  
Hiv. : 15 semaines/145 \$/8 janvier  
Frais d'affiliation 25 \$  
Matériel non inclus  
Inscr. : par téléphone

**Débutant > 8 - 12 ans**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Samedi 10 h à 11 h  
Aut. : 12 semaines/45 \$/26 septembre  
Hiv. : 12 semaines/45 \$/23 janvier  
Frais supplémentaire pour achat  
d'un kimono

**Niveaux multiples > 13 - 17 ans**

Association de Karaté Dojokai  
514 969-4482  
YMCA Cartierville  
Mardi 20 h à 21 h 30  
Aut. : 16 semaines/175 \$/8 septembre  
Hiv. : 15 semaines/175 \$/5 janvier  
Frais d'affiliation 35 \$  
Matériel non inclus  
Inscr. : par téléphone

**Niveaux multiples > 13 - 17 ans**

Association de Karaté Dojokai  
514 969-4482  
YMCA Cartierville  
Jeudi 20 h à 21 h 30  
Aut. : 16 semaines/175 \$/3 septembre  
Hiv. : 15 semaines/175 \$/7 janvier  
Frais d'affiliation 35 \$  
Matériel non inclus  
Inscr. : par téléphone

**Niveaux multiples > 13 - 17 ans**

Association de Karaté Dojokai  
514 969-4482  
YMCA Cartierville  
Vendredi 20 h à 21 h 30  
Aut. : 16 semaines/175 \$/4 septembre  
Hiv. : 15 semaines/175 \$/8 janvier  
Frais d'affiliation 35 \$  
Matériel non inclus  
Inscr. : par téléphone

**Niveaux multiples > 18 ans +**

Association de Karaté Dojokai  
514 969-4482  
YMCA Cartierville  
Mardi 20 h à 21 h 30  
Aut. : 16 semaines/210 \$/8 septembre  
Hiv. : 15 semaines/210 \$/5 janvier  
Frais d'affiliation 35 \$  
Matériel non inclus  
Inscr. : par téléphone

**Niveaux multiples > 18 ans +**

Association de Karaté Dojokai  
514 969-4482  
YMCA Cartierville  
Jeudi 20 h à 21 h 30  
Aut. : 16 semaines/210 \$/3 septembre  
Hiv. : 15 semaines/210 \$/7 janvier  
Frais d'affiliation 35 \$  
Matériel non inclus  
Inscr. : par téléphone

**Niveaux multiples > 18 ans +**

Association de Karaté Dojokai  
514 969-4482  
YMCA Cartierville  
Vendredi 20 h à 21 h 30  
Aut. : 16 semaines/210 \$/4 septembre  
Hiv. : 15 semaines/210 \$/8 janvier  
Frais d'affiliation 35 \$  
Matériel non inclus  
Inscr. : par téléphone

**LUTTE****Niveaux multiples > 6 ans +**

Club de lutte Inter-Concordia  
Complexe sportif Claude-Robillard  
Horaire et coût varié  
**Voir la section 5, page 84**





### PATINAGE ARTISTIQUE

**Niveaux multiples > 3 - 17 ans**  
Club de patinage artistique l'Acadie  
514 686-2720

Aréna Marcelin-Wilson  
Horaire et coût varié  
Information : [www.cpaacadie.com](http://www.cpaacadie.com)

**Niveaux multiples > 3 ans +**  
Club de patinage artistique Ahuntsic  
438 989-6576

Aréna Ahuntsic  
Horaire et coût varié  
Information : [www.cpvahuntsic.com](http://www.cpvahuntsic.com)

**Niveaux multiples > 5 - 17 ans**  
Club de patinage de vitesse  
Montréal-Ahuntsic

514 668-4931  
Aréna Marcelin-Wilson  
Horaire et coût varié  
Information : [www.cpvma.org](http://www.cpvma.org)

### 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 \$/2 octobre  
Hiv. : 10 semaines/100 \$/29 janvier  
Frais annuels 5 \$

### Débutant > 16 ans +

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Sophie-Barat  
Lundi 19 h 30 à 20 h 30  
Aut. : 10 semaines/90 \$/28 septembre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/25 janvier  
Prévoir l'achat d'un tapis de sol  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

### Intermédiaire > 16 ans +

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Sophie-Barat  
Lundi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/90 \$/28 septembre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/25 janvier  
Prévoir l'achat d'un tapis de sol  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

### 18 ans +

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Lundi 9 h 15 à 10 h 15  
Aut. : 10 semaines/55 \$/28 septembre  
Hiv. : 12 semaines/65 \$/25 janvier

### RANDONNÉE PÉDESTRE

#### 18 ans +

Monovie Ahuntsic  
514 388-9664  
Plein air  
Horaire et coût varié  
Information : [www.monovie.ca](http://www.monovie.ca)

### RAQUETTE

#### 18 ans +

Monovie Ahuntsic  
514 388-9664  
Plein air  
Horaire et coût varié  
Information : [www.monovie.ca](http://www.monovie.ca)

### SKI DE FOND

#### 18 ans +

Monovie Ahuntsic  
514 388-9664  
Plein air  
Horaire et coût varié  
Information : [www.monovie.ca](http://www.monovie.ca)

### SOCCER

#### Parent/enfant > 2 - 3 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École La Dauversière  
Dimanche 9 h à 10 h  
Aut. : 10 semaines/23 \$/4 octobre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/31 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

#### Récréatif > 3 - 5 ans

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Fernand-Séguin  
Samedi 10 h à 11 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/26 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/23 janvier

#### OU

Aut. : 10 semaines/20 \$/26 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/23 janvier  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Un parent peut faire certains  
exercices avec son enfant  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

#### Récréatif > 3 - 5 ans

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Saint-Paul-de-la-Croix  
Samedi 11 h à 12 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/26 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/23 janvier

Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Un parent peut faire certains  
exercices avec son enfant  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

#### Récréatif > 3 - 5 ans

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Saint-Isaac-Jogues  
Samedi 9 h à 10 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/26 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/23 janvier

Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Un parent peut faire certains  
exercices avec son enfant  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

#### 4 - 5 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École La Dauversière  
Dimanche 10 h à 11 h  
Aut. : 10 semaines/23 \$/4 octobre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/31 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

**5 - 6 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École Gilles-Vigneault  
Mardi 15 h 15 à 16 h 15  
Hiv. : 14 semaines / 23 \$ / 26 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

**5 - 6 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École François-de-Laval  
Mercredi 15 h 30 à 16 h 30  
Aut. : 10 semaines / 23 \$ / 30 septembre  
Hiv. : 14 semaines / 23 \$ / 27 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

**5 - 6 ans**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Jeudi 15 h 15 à 16 h 15  
Aut. : 12 semaines / 23 \$ / 24 septembre  
Hiv. : 16 semaines / 32 \$ / 21 janvier

**5 - 7 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École François-de-Laval (annexe)  
Jeudi 15 h 30 à 16 h 30  
Aut. : 10 semaines / 23 \$ / 1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 14 semaines / 23 \$ / 28 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

**6 - 7 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École La Dauversière  
Dimanche 11 h à 12 h  
Aut. : 10 semaines / 23 \$ / 4 octobre  
Hiv. : 14 semaines / 23 \$ / 31 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

**6 - 7 ans**

Les copains de Saint-Simon  
514 872-3273  
École Saint-Simon-Apôtre  
Lundi 17 h 45 à 18 h 30  
Aut. : 10 semaines / 15 \$ / 28 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 15 \$ / 25 janvier

**6 - 7 ans**

Les copains de Saint-Simon  
514 872-3273  
École Saint-Simon-Apôtre  
Mardi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines / 15 \$ / 29 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 15 \$ / 26 janvier

**Débutant > 6 - 7 ans**

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Mardi 15 h 45 à 16 h 45  
Aut. : 10 semaines / 20 \$ / 29 septembre  
Hiv. : 12 semaines / 20 \$ / 26 janvier

**6 - 8 ans**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
YMCA Cartierville  
Jeudi 15 h 30 à 16 h 30  
Aut. : 12 semaines / 10 \$ / 24 septembre  
Hiv. : 16 semaines / 15 \$ / 21 janvier

**6 - 8 ans**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Samedi 11 h à 12 h  
Aut. : 12 semaines / 23 \$ / 26 septembre  
Hiv. : 12 semaines / 32 \$ / 23 janvier

**Libre / récréatif > 6 - 9 ans**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
École Saint-André-Apôtre  
Mercredi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines / 20 \$ / 30 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 20 \$ / 27 janvier  
Inscr. : centre UFA

**Libre / récréatif > 6 - 9 ans**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
École Saint-Benoit  
Mercredi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines / 15 \$ / 30 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 15 \$ / 27 janvier  
Inscr. : centre UFA

**Libre / récréatif > 6 - 9 ans**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
École Ahuntsic  
Lundi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines / 20 \$ / 28 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 20 \$ / 25 janvier  
Inscr. : centre UFA

**7 - 8 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École Gilles-Vigneault  
Mardi 16 h 15 à 17 h 15  
Hiv. : 14 semaines / 23 \$ / 26 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

**7 - 8 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École François-de-Laval  
Mercredi 16 h 30 à 17 h 30  
Aut. : 10 semaines / 23 \$ / 30 septembre  
Hiv. : 14 semaines / 23 \$ / 27 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

**7 - 8 ans**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Jeudi 16 h 30 à 17 h 30  
Aut. : 12 semaines / 23 \$ / 24 septembre  
Hiv. : 16 semaines / 32 \$ / 21 janvier

**8 - 9 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École La Dauversière  
Dimanche 12 h à 13 h  
Aut. : 10 semaines / 23 \$ / 4 octobre  
Hiv. : 14 semaines / 23 \$ / 31 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

**8 - 9 ans**

Les copains de Saint-Simon  
514 872-3273  
École Saint-Simon-Apôtre  
Lundi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines / 15 \$ / 28 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 15 \$ / 25 janvier

**Débutant > 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 / 20 \$ / 29 septembre  
Hiv. : 12 semaines / 20 \$ / 26 janvier



### SOCCKER (SUITE)

#### 7 - 12 ans

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
École Saint-Benoit  
Jeudi 19 h à 20 h  
Aut. : 10 semaines/15 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/15 \$/28 janvier  
Inscr. : centre UFA

#### Libre/récréatif > 10 - 12 ans

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
École Ahuntsic  
Lundi 19 h à 20 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/28 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/25 janvier  
Inscr. : centre UFA

#### Libre/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/20 \$/30 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/27 janvier  
Inscr. : centre UFA

#### Libre/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/15 \$/30 septembre  
Hiv. : 10 semaines/15 \$/27 janvier  
Inscr. : centre UFA



#### Soccer > 10 - 12 ans

Les copains de Saint-Simon  
514 872-3273  
École Saint-Simon-Apôtre  
Lundi 19 h 30 à 20 h 30  
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre  
Hiv. : 10 semaines/15 \$/25 janvier

#### Débutant > 13 - 17 ans

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Mardi 17 h 45 à 18 h 45  
Aut. : 10 semaines/35 \$/29 septembre  
Hiv. : 12 semaines/40 \$/26 janvier

#### 9 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École Gilles-Vigneault  
Mardi 17 h 15 à 18 h 15  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/26 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

#### 9 - 12 ans

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

École François-de-Laval  
Mercredi 17 h 30 à 18 h 30  
Aut. : 10 semaines/23 \$/30 septembre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/27 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

#### 9 - 12 ans

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Jeudi 17 h 45 à 18 h 45  
Aut. : 12 semaines/23 \$/24 septembre  
Hiv. : 16 semaines/32 \$/21 janvier

#### 9 - 12 ans

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
YMCA Cartierville  
Jeudi 16 h 30 à 17 h 30  
Aut. : 12 semaines/10 \$/24 septembre  
Hiv. : 16 semaines/15 \$/21 janvier

#### 9 - 12 ans

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Samedi 12 h 30 à 13 h 30  
Aut. : 12 semaines/23 \$/26 septembre  
Hiv. : 12 semaines/23 \$/23 janvier

#### 10 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École La Dauversière  
Dimanche 13 h à 14 h  
Aut. : 10 semaines/23 \$/4 octobre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/31 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

#### 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/0 \$/3 octobre  
Hiv. : 12 semaines/0 \$/30 janvier

#### 13 - 17 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École La Dauversière  
Dimanche 14 h à 15 h 30  
Aut. : 10 semaines/30 \$/4 octobre  
Hiv. : 14 semaines/30 \$/31 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

### MINI-SOCCER

#### 6 - 7 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Samedi 12 h 15 à 13 h 45  
Aut. : 10 semaines/23 \$/26 septembre  
Hiv. : 10 semaines/23 \$/30 janvier

#### 6 - 7 ans

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret  
514 872-6036  
École Saint-Antoine-Marie-Claret  
Samedi 10 h 45 à 11 h 45  
Aut. : 12 semaines/0 \$/3 octobre  
Hiv. : 12 semaines/0 \$/30 janvier

#### 6 - 7 ans

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Saint-Isaac-Jogues  
Mardi 15 h 40 à 16 h 40  
Aut. : 10 semaines/20 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/26 janvier  
Des frais administratifs peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et école Saint-Isaac-Jogues

#### 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/20 \$/28 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/25 janvier  
Des frais administratifs peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et école Saint-Isaac-Jogues

#### 6 - 8 ans

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Fernand-Séguin  
Samedi 11 h à 12 h  
Aut. : 10 semaines/20 \$/26 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/23 janvier  
Des frais administratifs peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et école Saint-Isaac-Jogues



### 8 - 9 ans

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Saint-Isaac-Jogues  
Mardi 16 h 45 à 17 h 45  
Aut. : 10 semaines/20 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/26 janvier  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

### 8 - 9 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Samedi 13 h 45 à 15 h 15  
Aut. : 10 semaines/23 \$/26 septembre  
Hiv. : 10 semaines/23 \$/30 janvier

### 8 - 9 ans

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret  
514 872-6036  
École Saint-Antoine-Marie-Claret  
Samedi 11 h 45 à 12 h 45  
Aut. : 12 semaines/0 \$/3 octobre  
Hiv. : 12 semaines/0 \$/30 janvier

### 9 - 10 ans

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Saint-Paul-de-la-Croix  
Mardi 17 h 30 à 18 h 30  
Aut. : 10 semaines/20 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/26 janvier  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

### 9 - 12 ans

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Saint-Paul-de-la-Croix  
Jeudi 19 h 20 à 20 h 20  
Aut. : 10 semaines/20 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/28 janvier  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

### 10 - 12 ans

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Saint-Isaac-Jogues  
Mardi 17 h 45 à 18 h 45  
Aut. : 10 semaines/20 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/26 janvier  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

### 10 - 12 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Samedi 15 h 15 à 16 h 45  
Aut. : 10 semaines/23 \$/26 septembre  
Hiv. : 10 semaines/23 \$/30 janvier

### 10 - 12 ans

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret  
514 872-6036  
École Saint-Antoine-Marie-Claret  
Samedi 12 h 45 à 13 h 45  
Aut. : 12 semaines/0 \$/3 octobre  
Hiv. : 12 semaines/0 \$/30 janvier

### 11 - 12 ans

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Saint-Paul-de-la-Croix  
Mardi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/20 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/26 janvier  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

## SPORTS COLLECTIFS

### 6 - 12 ans

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret  
514 872-6036  
École Saint-Antoine-Marie-Claret  
Samedi 15 h 45 à 16 h 45  
Aut. : 12 semaines/0 \$/3 octobre  
Hiv. : 12 semaines/0 \$/30 janvier

## SPORTS PRÉSCOLAIRES

### Familiale > 3 - 5 ans

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Lundi 9 h 30 à 10 h 45  
Aut. : 10 semaines/85 \$/28 septembre  
Hiv. : 12 semaines/90 \$/25 janvier

### Familiale > 3 - 5 ans

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Mercredi 9 h 30 à 10 h 45  
Aut. : 10 semaines/85 \$/30 septembre  
Hiv. : 12 semaines/90 \$/27 janvier

## TAEKWONDO

### Petits dragons > 3 - 5 ans

Acadé-Kicks  
514 995-4257  
Acadé-Kicks  
Jeudi 18 h 15 à 18 h 45  
Aut. : 7 semaines/60 \$/17 septembre  
Hiv. : 7 semaines/60 \$/28 janvier

### Petits dragons > 3 - 5 ans

Acadé-Kicks  
514 995-4257  
Acadé-Kicks  
Samedi 10 h à 10 h 30  
Aut. : 7 semaines/60 \$/19 septembre  
Hiv. : 7 semaines/60 \$/30 janvier

### Juniors > 6 - 8 ans

Acadé-Kicks  
514 995-4257  
École Fernand-Séguin  
Mercredi 17 h 55 à 18 h 55  
Aut. : 10 semaines/60 \$/30 septembre  
Hiv. : 10 semaines/60 \$/27 janvier  
Prévoir achat d'un Dobuk (45 \$)  
et frais d'examen (si applicable)  
Inscr. : complexe Sophie-Barat

### Juniors > 6 - 12 ans

Acadé-Kicks  
514 995-4257  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Mardi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/55 \$/22 septembre  
Hiv. : 10 semaines/55 \$/26 janvier  
Prévoir achat d'un Dobuk (45 \$) et  
frais d'examen (si applicable)



**TAEKWONDO (SUITE)****Juniors > 6 - 12 ans**

Acadé-Kicks  
514 995-4257  
Église Christ-roi  
Mercredi 15 h 45 à 16 h 45  
Aut. : 10 semaines/65 \$/30 septembre  
Hiv. : 10 semaines/65 \$/27 janvier  
Prévoir achat d'un Dobuk (45 \$)  
et frais d'examen (si applicable)

**Juniors > 6 - 12 ans**

Acadé-Kicks  
514 995-4257  
Acadé-Kicks  
Samedi 10 h 30 à 11 h 15  
Aut. : 7 semaines/60 \$/19 septembre  
Hiv. : 7 semaines/60 \$/30 janvier

**Juniors > 9 - 12 ans**

Acadé-Kicks  
514 995-4257  
École Fernand-Séguin  
Mercredi 18 h 55 à 19 h 55  
Aut. : 10 semaines/60 \$/30 septembre  
Hiv. : 10 semaines/60 \$/27 janvier  
Prévoir achat d'un Dobuk (45 \$)  
et frais d'examen (si applicable)  
Inscr. : complexe Sophie-Barat

**Ados-Adultes > 13 - 17 ans**

Acadé-Kicks  
514 995-4257  
Acadé-Kicks  
Jeudi 18 h 45 à 19 h 30  
Aut. : 7 semaines/60 \$/17 septembre  
Hiv. : 7 semaines/60 \$/28 janvier

**Ados-Adultes > 13 - 17 ans**

Acadé-Kicks  
514 995-4257  
Acadé-Kicks  
Samedi 12 h 15 à 13 h 15  
Aut. : 7 semaines/60 \$/19 septembre  
Hiv. : 7 semaines/60 \$/30 janvier

**Adultes > 18 ans +**

Acadé-Kicks  
514 995-4257  
Acadé-Kicks  
Mardi 18 h 15 à 19 h 15  
Aut. : 7 semaines/60 \$/15 septembre  
Hiv. : 7 semaines/60 \$/26 janvier

**Adultes > 18 ans +**

Acadé-Kicks  
514 995-4257  
Acadé-Kicks  
Samedi 12 h 15 à 13 h 15  
Aut. : 7 semaines/60 \$/19 septembre  
Hiv. : 7 semaines/60 \$/30 janvier

**TAÏ CHI****Débutant > 18 ans +**

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Lundi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/85 \$/28 septembre  
Hiv. : 12 semaines/90 \$/25 janvier

**Débutant > 18 ans +**

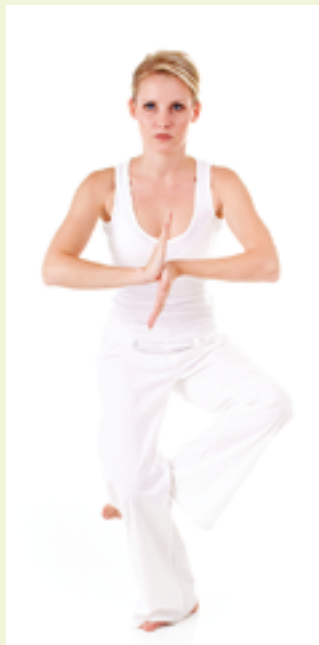
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École La Dauversière  
Mercredi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/70 \$/30 septembre  
Hiv. : 14 semaines/90 \$/27 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

**Qi Gong/débutant > 16 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Jeudi 17 h 30 à 19 h  
Aut. : 10 semaines/90 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/28 janvier  
Frais annuels 5 \$

**Qi Gong > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Sophie-Barat  
Vendredi 18 h 30 à 20 h  
Aut. : 10 semaines/90 \$/26 septembre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/22 janvier  
Des frais administratifs peuvent  
s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et école  
Saint-Isaac-Jogues

**Qi Gong/débutant > 18 ans +**

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Centre Henri-Julien  
Mercredi 19 h à 20 h 30  
Aut. : 10 semaines/85 \$/30 septembre  
Hiv. : 12 semaines/90 \$/27 janvier  
Inscr. : église Christ-Roi

**Qi Gong/avancé 24 postures > 16 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Mardi 19 h à 20 h 30  
Aut. : 10 semaines/90 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/28 janvier  
Frais annuels 5 \$

**Japonais > 18 ans**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Mercredi 19 h 45 à 21 h 15  
Aut. : 10 semaines/65 \$/30 septembre  
Hiv. : 12 semaines/75 \$/27 janvier

**Wudang > 18 ans +**

Club social Henri-Julien  
514 389-5932  
Centre Henri-Julien  
Lundi 13 h à 14 h  
Aut. : 10 semaines/60 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/60 \$/11 janvier  
Frais annuels 7 \$  
Inscr. : par téléphone

**MINI-TENNIS****6 - 8 ans**

Loisirs Saint-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Mercredi 16 h 30 à 17 h 30  
Aut. : 12 semaines/23 \$/23 septembre  
Hiv. : 16 semaines/32 \$/20 janvier

**9 - 12 ans**

Loisirs Saint-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Mercredi 17 h 30 à 18 h 30  
Aut. : 12 semaines/23 \$/23 septembre  
Hiv. : 16 semaines/32 \$/20 janvier

**Débutant > 6 - 9 ans**

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École La Dauversière  
Samedi 10 h 15 à 11 h 15  
Aut. : 10 semaines/23 \$/3 octobre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/30 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C



### 6 - 9 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Mardi 16 h 30 à 17 h 30  
Aut. : 10 semaines/23 \$/22 septembre  
Hiv. : 10 semaines/23 \$/26 janvier

### 10 - 12 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Mardi 17 h 30 à 18 h 30  
Aut. : 10 semaines/23 \$/22 septembre  
Hiv. : 10 semaines/23 \$/26 janvier

### 10 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
École La Dauversière  
Samedi 11 h 15 à 12 h 15  
Aut. : 10 semaines/23 \$/3 octobre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/30 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

## TENNIS DE TABLE

### 6 - 8 ans

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
YMCA Cartierville  
Jeudi 16 h à 17 h 30  
Aut. : 12 semaines/30 \$/24 septembre  
Hiv. : 12 semaines/30 \$/21 janvier  
Inscr. : école Sainte-Odile

### 6 - 9 ans

L'union des familles d'Ahuentsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Vendredi 17 h 30 à 18 h 30  
Aut. : 10 semaines/20 \$/2 octobre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/29 janvier

### 8 ans +

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
Église Sainte-Rita (Scalabrini)  
Mardi 18 h à 19 h 15  
Aut. : 10 semaines/20 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/26 janvier  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

### 6 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Église Saint-Joseph-de-Bordeaux  
Vendredi 16 h 30 à 17 h 30  
Aut. : 10 semaines/23 \$/2 octobre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/29 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

### Débutant > 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/20 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/20 \$/28 janvier

### 8 - 12 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Lundi 15 h 45 à 17 h  
Aut. : 10 semaines/23 \$/21 septembre  
Hiv. : 10 semaines/23 \$/25 janvier

### 9 - 12 ans

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
YMCA Cartierville  
Jeudi 17 h 30 à 19 h  
Aut. : 12 semaines/30 \$/24 septembre  
Hiv. : 12 semaines/30 \$/21 janvier  
Inscr. : école Sainte-Odile

### 10 - 12 ans

L'union des familles d'Ahuentsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Vendredi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/20 \$/2 octobre  
Hiv. : 10 semaines/20 \$/29 janvier

### Débutant > 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/35 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines/40 \$/28 janvier

### Niveaux multiples > 18 ans +

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Mardi 17 h 45 à 19 h  
Aut. : 10 semaines/65 \$/29 septembre  
Hiv. : 12 semaines/70 \$/26 janvier

### 18 ans +

L'union des familles d'Ahuentsic  
514 331-6413  
Centre UFA  
Vendredi 19 h 30 à 21 h  
Aut. : 10 semaines/40 \$/2 octobre  
Hiv. : 10 semaines/40 \$/29 janvier

## TIR À L'ARC

### 9 ans +

Club de tir à l'arc de Montréal  
514 872-7935  
Complexe sportif Claude-Robillard  
Horaire et coût varié  
**Voir la section 5, page 85**

## VÉLO

### 18 ans +

Monovie Ahuentsic  
514 388-9664  
Plein air  
Horaire et coût varié  
Information : [www.monovie.ca](http://www.monovie.ca)

## VOLLEYBALL

### 8 - 9 ans

Les copains de Saint-Simon  
514 872-3273  
École Saint-Simon-Apôtre  
Jeudi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines/15 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines/15 \$/28 janvier

**VOLLEYBALL (SUITE)****10 - 12 ans**

Les copains de Saint-Simon  
514 872-3273

École Saint-Simon-Apôtre  
Jeudi 19 h à 20 h

Aut. : 10 semaines / 15 \$ / 1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 10 semaines / 15 \$ / 28 janvier

**Libre/récréatif > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015

École Saint-Isaac-Jogues  
Mardi 20 h à 22 h

Aut. : 10 semaines / 60 \$ / 29 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 60 \$ / 26 janvier

Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**Libre/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 / 50 \$ / 29 septembre  
Hiv. : 15 semaines / 75 \$ / 26 janvier  
Inscr. : centre UFA

**Libre/récréatif > 18 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413

École Saint-André-Apôtre  
Jeudi 20 h à 22 h

Aut. : 10 semaines / 50 \$ / 1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 15 semaines / 75 \$ / 28 janvier  
Inscr. : centre UFA

**Avancé > 18 ans +**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016

YMCA Cartierville  
Lundi 20 h 30 à 22 h 30

Aut. : 12 semaines / 70 \$ / 21 septembre  
Hiv. : 16 semaines / 90 \$ / 18 janvier  
Inscr. : école Sainte-Odile

**YOGA****Yogalates > 18 ans +**

Club social Henri-Julien  
514 389-5932

Centre Henri-Julien  
Lundi 10 h à 11 h

Aut. : 10 semaines / 60 \$ / 14 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 60 \$ / 11 janvier

Frais annuels 7 \$  
Inscr. : par téléphone

**Débutant > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015

École Sophie-Barat  
Mercredi 19 h 55 à 21 h 25

Aut. : 10 semaines / 90 \$ / 30 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 90 \$ / 27 janvier

Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**Intermédiaire > 16 ans +**

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015

École Sophie-Barat  
Mercredi 18 h 25 à 19 h 55

Aut. : 10 semaines / 90 \$ / 30 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 90 \$ / 27 janvier

Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

**18 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413

Centre UFA  
Lundi 14 h 30 à 16 h

Aut. : 10 semaines / 85 \$ / 28 septembre  
Hiv. : 12 semaines / 95 \$ / 25 janvier

**18 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413

Centre UFA  
Lundi 19 h à 20 h 30

Aut. : 10 semaines / 85 \$ / 28 septembre  
Hiv. : 12 semaines / 95 \$ / 25 janvier

**18 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413

Centre UFA  
Jeudi 14 h 15 à 15 h 45

Aut. : 10 semaines / 85 \$ / 1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines / 95 \$ / 28 janvier

**18 ans +**

L'union des familles d'Ahuntsic  
514 331-6413

École Ahuntsic  
Jeudi 20 h à 21 h

Aut. : 10 semaines / 85 \$ / 1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 12 semaines / 95 \$ / 28 janvier

Inscr. : Centre UFA

**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 / 90 \$ / 28 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 90 \$ / 25 janvier  
Frais annuels 5 \$

**Débutant > 18 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Mardi 17 h à 18 h 30

Aut. : 10 semaines / 90 \$ / 29 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 90 \$ / 26 janvier  
Frais annuels 5 \$

**Débutant > 18 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Mercredi 9 h 30 à 10 h 45

Aut. : 10 semaines / 90 \$ / 30 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 90 \$ / 27 janvier  
Frais annuels 5 \$

**Intermédiaire > 18 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Mardi 18 h 30 à 19 h 45

Aut. : 10 semaines / 90 \$ / 29 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 90 \$ / 26 janvier  
Frais annuels 5 \$

**Avancé > 18 ans +**

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Lundi 20 h à 21 h 15

Aut. : 10 semaines / 90 \$ / 28 septembre  
Hiv. : 10 semaines / 90 \$ / 25 janvier  
Frais annuels 5 \$

**Future maman > 18 ans +**

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

Centre communautaire de B-C  
Mercredi 10 h à 11 h

Aut. : 10 semaines / 70 \$ / 30 septembre  
Hiv. : 14 semaines / 90 \$ / 27 janvier

**Maman et bébé > 16 ans +**

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

Église Saint-Joseph-de-Bordeaux  
Jeudi 10 h à 11 h

Aut. : 10 semaines / 70 \$ / 1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 14 semaines / 90 \$ / 28 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

**16 ans +**

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016

École Sainte-Odile  
Mardi 18 h 30 à 20 h

Aut. : 12 semaines / 50 \$ / 21 septembre  
Hiv. : 12 semaines / 50 \$ / 18 janvier



### Niveaux multiples > 18 ans +

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Centre Henri-Julien  
Mardi 19 h à 20 h 30  
Aut. : 10 semaines/100 \$/29 septembre  
Hiv. : 12 semaines/105 \$/26 janvier  
Inscr. : église Christ-Roi

### Yoga sur chaise > 18 ans +

Club social Henri-Julien  
514-389-5932  
Centre Henri-Julien  
Jeudi 10 h à 11 h  
Aut. : 10 semaines/60 \$/17 septembre  
Hiv. : 10 semaines/60 \$/14 janvier  
Frais annuels 7 \$  
Inscr. : par téléphone

### 18 ans +

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret  
514 872-6036  
École Saint-Antoine-Marie-Claret  
Mardi 18 h 15 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/90 \$/29 septembre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/26 janvier

### 18 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Mercredi 19 h 30 à 20 h 30  
Aut. : 10 semaines/70 \$/30 septembre  
Hiv. : 14 semaines/90 \$/27 janvier

## ZUMBA

### (DANSE AÉROBIQUE LATINE)

#### Familial > 6 ans +

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Mercredi 18 h 45 à 19 h 30  
Aut. : 12 semaines/50 \$/23 septembre  
Hiv. : 12 semaines/50 \$/20 janvier  
Rabais de 20 \$ pour 2 cours/semaine

### Mère et fille > 6 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Samedi 9 h 30 à 10 h 30  
Aut. : 10 semaines/23 \$/3 octobre  
Hiv. : 14 semaines/30 \$/30 janvier

### 6 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Jeudi 16 h 30 à 17 h 30  
Aut. : 10 semaines/23 \$/1<sup>er</sup> octobre  
Hiv. : 14 semaines/23 \$/30 janvier

### Familial > 6 - 12 ans

L'union des familles d'Ahuents  
514 331-6413  
École Saint-Benoit  
Mardi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/50 \$/29 septembre  
Hiv. : 12 semaines/60 \$/26 janvier  
Un parent et un enfant  
Inscr. : centre UFA

### Familial > 8 ans +

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
École Saint-Isaac-Jogues  
Samedi 10 h à 11 h  
Aut. : 10 semaines/50 \$/26 septembre  
Hiv. : 10 semaines/50 \$/23 janvier  
Un enfant et un parent pour  
le montant demandé  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

### 16 ans +

Loisirs Sainte-Odile  
514 872-6016  
École Sainte-Odile  
Mercredi 19 h 30 à 20 h 30  
Aut. : 12 semaines/50 \$/23 septembre  
Hiv. : 12 semaines/50 \$/20 janvier  
Rabais de 20 \$ pour 2 cours/semaine

### Tonus > 16 ans +

Loisirs Sophie-Barat  
514 872-1015  
Église Sainte-Rita (Scalabrini)  
Lundi et mercredi 18 h à 19 h  
Aut. : 10 semaines/90 \$/28 septembre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/25 janvier  
Des frais administratifs  
peuvent s'appliquer  
Inscr. : complexe Sophie-Barat et  
école Saint-Isaac-Jogues

### Niveaux multiples > 18 ans +

Service des loisirs Christ-Roi  
514 872-6696  
Église Christ-Roi  
Mercredi 19 h à 20 h  
Aut. : 10 semaines/85 \$/30 septembre  
Hiv. : 12 semaines/90 \$/27 janvier

### 18 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Centre communautaire de B-C  
Mardi 20 h à 21 h  
Aut. : 10 semaines/70 \$/29 septembre  
Hiv. : 14 semaines/90 \$/26 janvier

### 18 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.  
514 856-2224  
Église Saint-Joseph-de-Bordeaux  
Vendredi 10 h à 11 h  
Aut. : 10 semaines/70 \$/2 octobre  
Hiv. : 14 semaines/90 \$/29 janvier  
Inscr. : centre commautaire de B-C

### 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Samedi 11 h à 12 h  
Aut. : 10 semaines/45 \$/3 octobre  
Hiv. : 10 semaines/45 \$/30 janvier  
Frais annuels 5 \$

### 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens  
514 872-5333  
Centre Saints-Martyrs-Canadiens  
Lundi et Mercredi 19 h à 20 h  
Aut. : 20 semaines/75 \$/28 septembre  
Hiv. : 20 semaines/75 \$/25 janvier  
Frais annuels 5 \$ 2 fois/semaine

### 18 ans +

L'union des familles d'Ahuents  
514 331-6413  
École Saint-Benoit  
Mardi 19 h 30 à 20 h 30  
Aut. : 10 semaines/70 \$/29 septembre  
Hiv. : 12 semaines/80 \$/26 janvier  
Inscr. : centre UFA

### 18 ans +

L'union des familles d'Ahuents  
514 331-6413  
École Ahuents  
Mercredi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/70 \$/30 septembre  
Hiv. : 12 semaines/80 \$/27 janvier  
Inscr. : centre UFA

### Zumba gold > 18 ans +

L'union des familles d'Ahuents  
514 331-6413  
Centre UFA  
Mercredi 13 h 45 à 14 h 45  
Aut. : 10 semaines/85 \$/30 septembre  
Hiv. : 12 semaines/95 \$/27 janvier

## Bain libre

## PISCINE SOPHIE-BARAT\*

10 851, avenue Saint-Charles  
514 872-1136

**Gratuit**

Lundi – fermé	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Tous	<b>19 h 30 à 20 h 55</b> Section peu profonde	<b>19 h 30 à 20 h 55</b> Section peu profonde	<b>19 h 30 à 20 h 25</b> Section peu profonde	<b>19 h 30 à 20 h 55</b> Toute la piscine et 2 tremplins	<b>15 h à 16 h 55</b> Toute la piscine et 2 tremplins	<b>15 h à 16 h 25</b> Toute la piscine et 2 tremplins
Adultes	<b>21 h à 21 h 55</b> Toute la piscine (possibilité de 4 couloirs max.)	<b>21 h à 21 h 55</b> Section profonde seulement	<b>20 h 30 à 21 h 55</b> 2 couloirs seulement	<b>21 h à 21 h 55</b> Toute la piscine (possibilité de 4 couloirs max.)	<b>17 h à 17 h 55</b> Toute la piscine (possibilité de 3 couloirs max.)	<b>16 h 30 à 17 h 25</b> 1 couloir seulement
Aînés 55 ans +		<b>15 h 35 à 16 h 30</b> Demi-piscine		<b>15 h 35 à 16 h 30</b> Toute la piscine		

**\*Piscine fermée à compter du 24 septembre 2015 en raison de travaux.**

## YMCA CARTIERVILLE

11 885, boulevard Laurentien  
514 313-1047

**Gratuit**

*Le bonnet de bain est obligatoire pour toutes les activités*

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
<b>6 h 30 à 7 h 30</b> 5 couloirs longueurs	<b>8 h 05 à 9 h 30</b> 2 couloirs bain libre	<b>6 h 30 à 7 h 30</b> 5 couloirs longueurs	<b>8 h 05 à 9 h 30</b> 2 couloirs bain libre	<b>6 h 30 à 9 h</b> 5 couloirs longueurs	<b>8 h à 8 h 55</b> 2 couloirs bain libre	
<b>12 h 05 à 13 h 05</b> 5 couloirs longueurs		<b>12 h 05 à 13 h 05</b> 5 couloirs longueurs		<b>13 h 05 à 14 h 05</b> 2 couloirs longueurs		<b>13 h 05 à 15 h 30</b> bain libre
<b>14 05 h à 15 h 05</b> 2 couloirs bain libre Aînés (50 ans +)	<b>15 h 30 à 16 h 30</b> bain libre	<b>14 05 h à 15 h 05</b> 2 couloirs bain libre Aînés (50 ans +)	<b>15 h 30 à 16 h 30</b> bain libre	<b>15 h 25 à 16 h 25</b> bain libre		
	<b>18 h 35 à 20 h 30</b> 2 couloirs bain libre		<b>18 h 35 à 20 h 30</b> 2 couloirs bain libre		<b>14 h 05 à 16 h 30</b> bain libre	
<b>20 h 30 à 22 h</b> 2 couloirs bain libre		<b>20 h 30 à 22 h</b> 2 couloirs bain libre		<b>20 h 30 à 22 h</b> 2 couloirs bain libre		

## Patin et hockey libre



<b>ARÉNA AHUNTSIC *</b>							SAISON 2015-2016
10 560, rue Saint-Hubert 514 872-6115							<b>Gratuit</b>
<b>Du 8 septembre 2015 au 8 avril 2016</b>							
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Patin libre	16 h à 17 h		16 h à 17 h	16 h à 17 h	16 h à 17 h	16 h à 17 h 30	13 h à 15 h
Hockey libre		16 h à 17 h					
<b>ARÉNA MARCELIN-WILSON *</b>							SAISON 2015-2016
11 301, boul. de l'Acadie 514 872-6191							<b>Gratuit</b>
<b>Du 8 septembre 2015 au 8 avril 2016</b>							
	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Patin libre	16 h à 17 h	16 h à 17 h		16 h à 17 h			15 h à 17 h
Hockey libre	15 h à 16 h			8 h 30 à 9 h 30	15 h à 16 h 45		
<p><b>* Activités annulées et horaires modifiés</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 12 octobre 2015 (annulation/fermeture jour férié)</li> <li>• 21 décembre 2015 au 3 janvier 2016 (horaire spécial/temps des fêtes)</li> <li>• 20 et 21 février 2016 (annulation pour la tenue du Festival pré-novice)</li> <li>• 29 février au 4 mars 2016 (horaire spécial/relâche scolaire)</li> <li>• 27 et 28 mars 2016 (annulation/fermeture jour férié)</li> <li>• 31 mars, 1<sup>er</sup>, 2 et 3 avril 2016 (annulation pour la tenue du Gala de patinage artistique)</li> </ul>							

### ORGANISMES PARTENAIRES

- Association les Braves d'Ahuntsic | [www.ahmba.ca](http://www.ahmba.ca)
- Club de patinage artistique l'Acadie | [www.cpaacadie.com](http://www.cpaacadie.com)
- Club de patinage artistique Ahuntsic | [www.cpaahuntsic.com](http://www.cpaahuntsic.com)
- Club de patinage de vitesse | [www.cpvma.org](http://www.cpvma.org)

### LOCATION D'HEURES DE GLACE POUR DES GROUPES

Pour connaître les heures de glace disponibles, veuillez communiquer avec le préposé de l'aréna au 514 872-6115 (aréna Ahuntsic) ou au 514 872-6191 (aréna Marcelin-Wilson). Les tarifs varient selon le jour et l'heure (règlement des tarifs en vigueur).

### PRO-SHOP

Aréna Ahuntsic : ouvert en fonction de la programmation. Pour information : 514 872-6115

### RELÂCHE TON ÉNERGIE • RELÂCHE SCOLAIRE

#### CAMPS DE JOUR :

- Loisirs SMC | [www.loisirsstmartys.com](http://www.loisirsstmartys.com)
- Loisirs Sophie-Barat | [www.loisirssophiebarat.ca](http://www.loisirssophiebarat.ca)

### PATINAGE ET HOCKEY • LIBRES GRATUITS

Dans les arénas : vérifiez l'horaire spécial de la relâche scolaire

Pour information 

## Activités estivales

### BASEBALL

Association de baseball Ahuntsic-Cartierville 514 962-3424

[www.baseball-ac.com](http://www.baseball-ac.com)

### SOCCER

Club de soccer les Braves d'Ahuntsic 514 384-6737

[www.braves-ahuntsic.ca](http://www.braves-ahuntsic.ca)

Fédération sportive Salaberry 514 334-3200

[www.fssalaberry.ca](http://www.fssalaberry.ca)

- Des camps de jour sont également offerts. Communiquez avec les organismes.



### TENNIS

Tennis Montréal 514 270-2724

[www.tennismontreal.qc.ca](http://www.tennismontreal.qc.ca)

### CAMPS DE JOUR ESTIVAUX



Plusieurs camps de jour répartis dans l'arrondissement offrent une multitude d'activités aux enfants âgés de 6 à 13 ans et certains aux enfants de 3 à 5 ans.

- L'Acadie, 514 856-2224 | [www.loisirsdelacadie.ca](http://www.loisirsdelacadie.ca)
- Copains de Saint-Simon, 514 872-3273 | [copains.stsimon@hotmail.com](mailto:copains.stsimon@hotmail.com)
- Saints-Martyrs-Canadiens, 514 872-5333 | [www.loisirsstsmartyrs.com](http://www.loisirsstsmartyrs.com)
- Henri-Julien, 514 872-6696 | [www.loisirschristroi.com](http://www.loisirschristroi.com)
- Saint-André-Apôtre, 514 872-6290 | [www.loisirsufa.ca](http://www.loisirsufa.ca)
- Saint-Isaac-Jogues, 514 872-6699 | [www.loisirssophiebarat.ca](http://www.loisirssophiebarat.ca)
- Sophie-Barat, 514 872-1015 | [www.loisirssophiebarat.ca](http://www.loisirssophiebarat.ca)
- Sainte-Odile, 514 872-6016 | [www.slo.ca](http://www.slo.ca)
- Aquatique, les Piranhas du Nord, 514 385-1525 | [www.clubcapn.com](http://www.clubcapn.com)





## JARDINS COMMUNAUTAIRES

Neuf jardins communautaires sont accessibles des mois de mai à octobre pour la culture potagère et horticole.

**Inscription en tout temps sur la liste d'attente : 514 872-1763**

Les jardinets seront attribués au début du mois de mai, si des places sont disponibles.



Jardin Ahuntsic | Rue Sackville/rue Prieur

Jardin Christ-Roi | Rue Frémont/avenue Millen

Jardin Deschamps | Place Deschamps/rue Deschamps

Jardin Gérard-Legault | Rue Dudemaine/rue Michel-Sarrazin

Jardin Pierre-Lapointe | Av. Durham/boulevard Henri-Bourassa Est

Jardin Les Castors | 9550, rue Lajeunesse

Jardin Marcelin-Wilson | Place Marcelin-Wilson/boulevard de l'Acadie

Jardin Saint-Sulpice | Rue Émile-Journault/avenue André-Grasset

Jardin Sault-au-Récollet | Parc de l'Île-de-la-Visitation/rue du Pressoir





# 4 Le YMCA Cartierville



- 76 COORDONNÉES ET HEURES D'OUVERTURE
- 76 INSTALLATIONS
- 77 ACTIVITÉS
- 78 DES À-CÔTÉS BIEN APPRÉCIÉS
- 79 FORMULES D'ABONNEMENT
- 79 VOLET COMMUNAUTAIRE



[www.ymcaquebec.org](http://www.ymcaquebec.org)

*Plein de vies*



### YMCA Cartierville

11 885, boul. Laurentien  
(angle Louisbourg),  
Montréal  
514 313-1047  
ymcaquebec.org



Suivez-nous sur Facebook  
[facebook.com/ymcaquebec](https://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<sup>er</sup> 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'Ahuntsic-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 :

- une piscine semi-olympique de cinq corridors avec partie profonde, bassin récréatif, bain tourbillon et sauna mixte accessibles aux personnes à mobilité réduite;
- un gymnase double multisport avec piste de course surélevée;
- une salle d'entraînement munie d'appareils cardiovasculaires, d'un circuit de musculation, de poids libres et d'une aire d'étirement.

### Nouveautés!

- un centre d'entraînement fonctionnel et cours spécialisés en mini-groupe;
- deux studios polyvalents pour les cours de groupe et un studio de cardio cycle;
- cinq vestiaires incluant un vestiaire famille;
- deux salles polyvalentes pour des réunions et des 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.



### 2) Cours de groupe

- Les membres du YMCA Cartierville ont accès à un éventail de cours de groupe exceptionnel comme le Cardio cycle, le Zumba, le baladi, la danse et le Wii pour les 12 à 17 ans, tonus musculaire, step, Pilates, aquaforme, yoga, aérobixe, tai chi et bien plus!



### 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 incluant plusieurs cours parents-enfants (Zumba, yoga, Groove, aérobixe, camp d'entraînement).

### 5) Sports d'équipe

- Soccer, volley-ball, basket-ball, hockey cosom, etc.



## 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 (RCR);
- cours de sauvetage;
- cours de formation d'instructeurs (FIT);
- réadaptation cardiaque;
- nutrition;
- massothérapie;
- thérapie sportive;
- halte-garderie;
- location de petits casiers et de serviettes;
- café.

**Nouveauté!****Centre d'entraînement fonctionnel**

Inspiré des mouvements de la vie quotidienne, l'entraînement fonctionnel est très efficace et renforce plusieurs groupes de muscles à la fois. Il permet d'améliorer grandement la force physique, la flexibilité et la stabilité. De plus, il aide à développer une meilleure posture et à être beaucoup plus efficace dans vos mouvements de tous les jours. Cours spécialisés en mini-groupe : circuit fonctionnel, entraînement en intervalles, *Kettlebell* et TRX, etc., sont proposés aux membres du YMCA et aux non-membres. Tarif de lancement.

Consultez le [ymcaquebec.org](http://ymcaquebec.org) pour obtenir tous les détails. Pour les tarifs, téléphonez au 514 313-1047 ou présentez-vous à l'accueil de notre centre.

**Enfants et ados :**

- activités sportives au gymnase;
- camp de jour;
- cours de natation et cours de sauvetage;
- fêtes;
- garderie non subventionnée;
- journées pédagogiques;
- soirées pour ados les vendredis.



## 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 centres YMCA du Québec 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**  
Pour les couples, résidant à la même adresse, avec ou sans enfants.
- **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 aux installations aquatiques selon certaines plages horaires. 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.

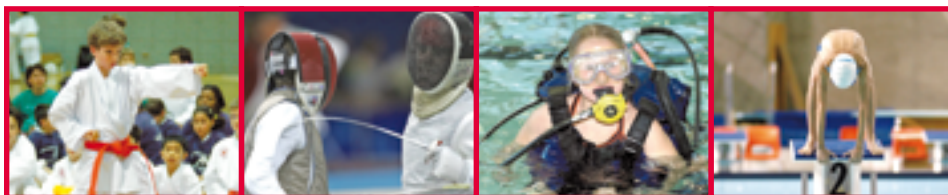
Les YMCA du Québec bâtissent des communautés plus fortes en offrant des occasions d'épanouissement et de vie active, saine et engagée pour tous. Le YMCA Cartierville contribue ainsi de façon positive à l'amélioration de la qualité de vie des résidents ainsi qu'à la revitalisation du quartier.





# 5 Complexe sportif Claude-Robillard

- 82 DESCRIPTION ET COORDONNÉES DU COMPLEXE SPORTIF
- 83 MODALITÉS D'INSCRIPTION
- 84 LISTE DES ORGANISMES SPORTIFS
- 86 ACTIVITÉS OFFERTES



[www.ville.montreal.qc.ca/cscr](http://www.ville.montreal.qc.ca/cscr)

# 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<sup>e</sup> Olympiade, qui se sont tenus à Montréal du 17 juillet au 1<sup>er</sup> août 1976. Site des compétitions de handball et de water-polo, il a servi également de lieu d'entraînement pour le hockey sur gazon, l'athlétisme, le football, la natation et le plongeon. Les travaux de construction se sont échelonnés sur une période d'un peu moins de 21 mois. L'édifice a été inauguré le 18 mai 1976 et porte le nom de Claude Robillard (1911-1968), ingénieur et premier directeur du Service des parcs de la ville de Montréal.

Grâce à la programmation variée 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!



Crédits : Luc Landry

### Nouveauté 2015!

#### Venez découvrir nos modules d'exercices extérieurs!

Lors de votre visite, vous constaterez que nous poursuivons les travaux pour maintenir la qualité de nos équipements. Cette fois-ci, ce sont les installations extérieures qui se refont une beauté: les terrains de tennis, le terrain de soccer à surface synthétique et la piste d'athlétisme.

### 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](mailto:cscr@ville.montreal.qc.ca)

WEB : [www.ville.montreal.qc.ca/cscr](http://www.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 situé à quelques minutes de marche du métro. Il est également desservi par les lignes d'**autobus 30, 54 et 56**.



Crédits : O. Gariépy, photographie

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** située sur l'avenue Émile-Journault.

## 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 les documents suivants.

#### 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

Pour les activités offertes par la Ville de Montréal et 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

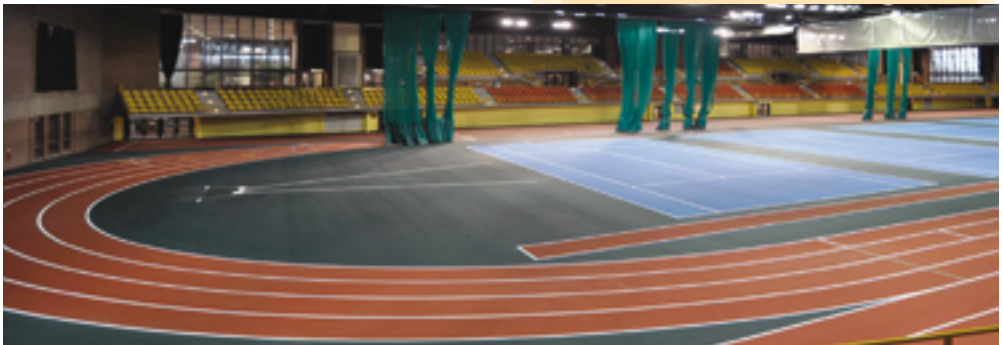
Une carte d'activité personnalisée vous sera remise au moment de l'inscription ou lors de la première séance d'activité. Par la suite, vous devrez avoir cette carte en votre possession lorsque vous participez à une activité.

Votre première carte d'identité est gratuite. Toutefois, un montant de 6 \$ sera exigé pour son remplacement.



### Inscription en ligne

[www.ville.montreal.qc.ca/loisirsenligne](http://www.ville.montreal.qc.ca/loisirsenligne)



# 5 Complexe sportif Claude-Robillard

## LISTE DES ORGANISMES SPORTIFS

### 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  
www.soccerconcordia.ca  
arsc@soccerconcordia.ca  
514 722-2551, poste 205

### BOXE MONTRÉAL INC.

#### Boxe olympique

Inscr. : contactez l'organisme  
www.boxemontreal.com  
boxemontreal@bellnet.ca  
514 383-8651

### CLUB AQUATIQUE CAMO MONTRÉAL (NATATION) INC.

#### Natation

Club élite et Club des maîtres  
Inscr. : en tout temps  
École de natation > 5 à 12 ans  
www.camonatation.org  
camonatation@videotron.ca  
514 872-1715

### CLUB AQUATIQUE CAMO MONTRÉAL (WATER-POLO) INC.

#### Water-polo

Inscr. : en tout temps  
www.camowaterpolo.com  
guy@camowaterpolo.com  
450 506-2261



### CLUB 50 ANS + DE CLAUDE-ROBILLARD

- Aquaforme
  - Aquajogging
  - Badminton
  - Cardiovélo
  - Compétitions sportives
  - Conditionnement physique
  - Course à pied
  - Danse en ligne
  - Essentrics (étirements)
  - Flex-plus
  - Golf
  - Musculation
  - Natation
  - Palet
  - Pilates
  - Sorties plein air
  - Tai-chi
  - Tennis
  - Tennis de table
  - Volleyball
  - Yoga
  - Danse aérobique latine (Zumba toning)
  - Danse aérobique latine (Zumba gold)
- Inscr. : en ligne ou en personne

#### Automne 2015

##### Pour les résidents

Inscr. : en ligne dès le 3 août  
www.club50anspluscr.com  
Inscr. : en personne (local 1.48)  
dès le 26 août

##### Pour tous

Inscr. : dès le 28 août  
Lundi au vendredi, 9 h à 12 h

#### Hiver 2016

##### Pour les résidents

Inscr. : en ligne dès le 2 novembre  
www.club50anspluscr.com  
Inscr. : en personne (local 1.48)  
dès le 2 décembre  
Lundi au vendredi, 9 h à 12 h

##### Pour tous

Inscr. : dès le 3 décembre  
www.club50anspluscr.com  
info@club50anspluscr.com  
514 389-3640

### CLUB D'ATHLÉTISME FLEURDE LYS

#### Athlétisme

Inscr. : en tout temps  
fpap@sympatico.ca

### CLUB D'ATHLÉTISME PERFMAX-RACING DE MONTRÉAL

#### Athlétisme

Inscr. : en tout temps  
www.perfmaxclub.com  
perfmax\_tc@videotron.ca  
514 939-6061

### CLUB D'ÉLITE DE KARATÉ DE MONTRÉAL- CONCORDIA INC.

- Autodéfense et combat
- Karaté traditionnel

#### Automne

Inscr. : 1<sup>er</sup> septembre, 18 h à 20 h

#### Hiver

Inscr. : 3 janvier, 18 h à 20 h

#### Printemps-été

Inscr. : 1<sup>er</sup> mai, 18 h à 20 h

www.cekmc.com  
cchautran@videotron.ca  
514 341-0663

### CLUB D'ESCRIME FLEURET D'ARGENT

Éscrime > 7 1/2 ans à 18 ans et +

Inscr. : 30 minutes avant le  
premier cours

#### Automne 2015

Inscr. : dès le 14 septembre

#### Hiver 2016

Inscr. : dès le 7 janvier

Surveillez le site Internet  
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

Inscr. : en tout temps  
Facebook.com/wrestlingclic  
a.merlo@videotron.ca  
514 697-6151

### CLUB DE PLONGEON CAMO MONTRÉAL INC.

#### Plongeon

Inscr. : consultez le site Internet  
www.camoplongeon.ca  
camoplongeon@qc.aira.com  
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. : consultez le site Internet  
www.ctam.info  
infos@ctam.info  
514 872-7935

## CLUB GYMnix INC.

### Gymnastique artistique

#### Automne 2015

19 septembre au 14 décembre/  
12 semaines

Inscr. : en ligne, 31 août 12 h  
Inscr. : en personne, 31 août 18 h

#### Hiver 2016

16 janvier au 24 mars/9 semaines  
Inscr. : en ligne, 14 décembre 12 h

Inscr. : en personne, 14 décembre 18 h

#### Printemps 2016

2 avril au 10 juin/11 semaines

Inscr. : en ligne, 14 mars 12 h  
Inscr. : en personne, 14 mars 18 h

Coûts variés selon l'âge.

Consultez le site Internet  
www.gymnix.com

514 872-1536

## CLUB SPORTIF ATHLÉTICA

Inscr. : en tout temps  
www.clubsportifathletica.com  
info@clubsportifathletica.com  
514 342-3487

## ÉCOLE DE PLONGÉE SOUS-MARINE LES ANÉMONES BLEUES

### Plongée sous-marine

Inscr. : consulter le site Internet  
www.anemonesbleues.com  
info@anemonesbleues.com  
514 388-8588

## SPORTS MONTRÉAL INC.

- Abdos-fessiers
- Aqua boot camp
- Aquacircuit
- Aquaforme
- Aquaforme prénatale
- Aquajogging
- Aquajogging prénatal
- Aquapoussette
- Aquaspinning
- Aquazumba
- Activités motrices Karibou
- Body design
- Body design pré ou postnatal
- Camp d'entraînement
- Boot camp intérieur et extérieur
- Cardiovélo
- Cardio kickboxe
- Cardio urbain
- Conditionnement physique
- Course à pied
- Danse
- En forme avec bébé
- Entraînement HI 40
- Entraînement Pump
- Entraînement Tabata
- Essentrics
- Golf
- Hip hop
- Insanity
- Kickboxing
- Multisport (4-5 ans)
- Natation
- Pilates
- Pilates avec bébé
- Piloxing
- PiYo
- PiYo avec bébé
- Poussette tonus
- Power yoga
- Sauvetage
- Secourisme
- Stretching (étirement)
- Tai-chi
- Tennis
- Yoga
- Yoga pré ou postnatal
- Yoga prénatal en couple
- Zumba
- Zumbébé
- Zumba step

Inscr. : en ligne ou en personne  
www.sportsmontreal.com  
24 h/7 jours

Inscr. : en personne au  
gym Sports Montréal (S 1.04)  
Du lundi au vendredi 9 h 30 à 20 h  
Samedi et dimanche 9 h 30 à 15 h

#### Automne 2015

Inscr. : 19 août 12 h

#### Hiver 2016

Inscr. : 25 novembre 12 h

info@sportsmontreal.com  
514 872-7177

Bénéficiez de rabais avantageux en  
combinant 2 ou 3 activités.  
Certaines conditions s'appliquent.

## TENNIS MONTRÉAL INC. VILLE DE MONTRÉAL

### • Tennis

Inscr. : en tout temps  
www.tennismontreal.qc.ca  
514 270-2724

## VILLE DE MONTRÉAL

- Badminton
- Baignade libre
- Jogging
- Musculation
- Patinage libre
- Racquetball
- Squash

#### Automne 2015

Résidents : lundi 17 août

Tous : 1<sup>er</sup> septembre

Inscr. : en personne  
Lundi au vendredi  
9 h à 12 h et 13 h à 18 h 15 ou  
18 h 45 à 21 h 30

Samedi et dimanche

9 h à 12 h et 13 h à 19 h 30

Inscr. : en ligne  
www.ville.montreal.qc.ca/loisirs/enligne

#### Hiver 2016

Résidents : 30 novembre

Tous : 2 janvier

Inscr. : en personne  
Lundi au vendredi  
9 h à 12 h et 13 h à 18 h 45 ou  
18 h 45 à 21 h 30

Samedi et dimanche

9 h à 12 h et  
13 h à 19 h 30

Inscr. : en ligne  
www.ville.montreal.qc.ca/loisirs/enligne

**ACTIVITÉS DE SPORTS  
AQUATIQUES****CONDITIONNEMENT  
PHYSIQUE AQUATIQUE****Aqua boot camp > 16 ans +**

Piscine

Sports Montréal inc.

Mardi, jeudi 21 h à 21 h 55

Aut. : 12 semaines/110 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/92 \$/11 janvier

**Aquaforme > 50 ans +**

Piscine

Club 50 ans + de Claude-Robillard

Lundi, mercredi 11 h à 12 h

Aut. : 12 semaines/21 septembre

Hiv. : 12 semaines/18 janvier

Membre : 55 \$

Non-membre : 100 \$

**Aquaforme > 16 ans +**

Piscine

Sports Montréal inc.

Lundi, mercredi 10 h à 10 h 55

Aut. : 12 semaines/110 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/92 \$/11 janvier

**Aquaforme prénatale > 16 ans +**

Piscine

Sports Montréal inc.

Lundi, mardi ou mercredi 11 h à 11 h 55

Mardi 20 h à 20 h 55

Aut. : 12 semaines/108 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/90 \$/11 janvier

**Aquajogging > 16 ans +**

Piscine

Sports Montréal inc.

Lundi, mercredi 11 h à 11 h 55

Mardi, jeudi 21 h à 21 h 55

Aut. : 12 semaines/110 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/92 \$/11 janvier

**Aquajogging > 50 ans +**

Piscine

Club 50 ans + de Claude-Robillard

Mardi, jeudi 10 h à 11 h

Aut. : 12 semaines/21 septembre

Hiv. : 12 semaines/18 janvier

Membre : 55 \$

Non-membre : 100 \$

**Aquaspinning > 16 ans +**

Piscine

Sports Montréal inc.

Lundi, mardi ou mercredi

9 h 10 à 9 h 55, 10 h à 10 h 45,

20 h 10 à 20 h 55, 21 h à 21 h 45

Aut. : 12 semaines/130 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/108 \$/11 janvier

**Aquazumba > 16 ans +**

Piscine

Sports Montréal inc.

Mardi 11 h à 11 h 55

Jeudi 20 h à 20 h 55

Aut. : 12 semaines/110 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/92 \$/11 janvier

**NATATION****Baignade libre > pour tous**

Piscine

Ville de Montréal

Horaire variable

Gratuit

Pour connaître l'horaire :

514 872-6900, option 5-1 ou

www.ville.montreal.qc.ca/cscr

**Compétition – développement > 6 - 10 ans**

Piscine

Club aquatique CAMO

de Montréal (natation)

Lundi au vendredi 18 h à 19 h 30,

18 h 30 à 19 h 45

Aut. : 40 semaines/2 septembre

Variable selon le nombre d'heures

d'entraînement

**Compétition – élite > 7 - 25 ans**

Piscine

Club aquatique CAMO de Montréal

Lundi au vendredi 6 h à 8 h,

16 h 30 à 18 h 30

Aut. : 40 semaines/2 septembre

Variable selon le nombre d'heures

d'entraînement

**Compétition – maître > 20 ans +**

Piscine

Club aquatique CAMO

de Montréal (natation)

Lundi, mercredi, vendredi 6 h à 8 h,

9 h à 10 h 30, 18 h 30 à 19 h 45

Aut. : 14 semaines/8 septembre

Hiv. : 14 semaines/5 janvier

192 \$ : 3 fois/semaine ou

201,50 \$ : 6 fois/semaine

**École de natation – cours > 5 à 12 ans**

Piscine

Club aquatique CAMO

de Montréal (natation)

Aut. : jeudi, vendredi 16 h à 20 h

Samedi 9 h à 12 h

Hiv. : jeudi 16 h à 20 h

Aut. : 10 semaines/88 \$/11 septembre

Hiv. : 10 semaines/88 \$/8 janvier

**Natation adulte – niveau I > cours 16 ans +**

Piscine

Sports Montréal inc.

Lundi, mercredi 12 h à 13 h 15

Jeudi 9 h à 10 h, 20 h à 21 h

Aut. : 12 semaines/124 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/103 \$/11 janvier

**Natation adulte – niveau 2 > cours 16 ans +**

Piscine

Sports Montréal inc.

Mardi 20 h à 21 h

Jeudi 10 h à 11 h, 11 h à 12 h

Aut. : 12 semaines/124 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/103 \$/11 janvier

**Natation – niveaux multiples > 50 ans +**

Piscine

Club 50 ans + de Claude-Robillard

Lundi, mercredi 9 h à 10 h

Aut. : 12 semaines/21 septembre

Hiv. : 12 semaines/18 janvier

Membre : 55 \$

Non-membre : 100 \$

**PLONGÉE SOUS-MARINE****Niveaux multiples > 14 ans +**

Piscine

École de plongée sous-marine

Les anémones bleues

Horaire variable

**PLONGEON****Ado > 14 - 17 ans**

Piscine

Club de plongeon CAMO

de Montréal inc.

Lundi, mercredi 18 h 30 à 20 h 30,

Vendredi 17 h 30 à 19 h 30

Aut. : 10 semaines/mi-septembre

Hiv. : 10 semaines/début janvier

Print. : 10 semaines/mi-avril

De 225 \$ à 350 \$ par session

Affiliation au Plongeon Québec

Récréatif obligatoire

Évaluation requise

## Développement I > 7 - 11 ans

Piscine  
Club de plongeon CAMO  
de Montréal inc.  
Lundi, jeudi 17 h à 18 h 30  
Mardi, mercredi et vendredi  
18 h 30 à 20 h  
Aut. : 10 semaines/mi-septembre  
Hiv. : 10 semaines/début janvier  
Print. : 10 semaines/mi-avril  
200 \$ : 2 fois/semaine  
270 \$ : 3 fois/semaine  
320 \$ : 4 fois/semaine  
Affiliation au Plongeon Québec  
Récréatif obligatoire  
Évaluation requise

## Développement II > 12 - 16 ans

Piscine  
Club de plongeon CAMO  
de Montréal inc.  
Lundi, jeudi 18 h 30 à 20 h  
Mardi, mercredi, vendredi  
17 h à 18 h 30  
Aut. : 10 semaines/mi-septembre  
Hiv. : 10 semaines/début janvier  
Print. : 10 semaines/mi-avril  
200 \$ : 2 fois/semaine  
270 \$ : 3 fois/semaine  
320 \$ : 4 fois/semaine  
Affiliation au Plongeon Québec  
Récréatif obligatoire  
Évaluation requise

## Initiation 1, 2 et 3-4 > 6 - 16 ans

Piscine  
Club de plongeon CAMO  
de Montréal inc.  
Lundi, mardi, mercredi, vendredi  
en soirée, heures variables  
Samedi, dimanche en journée,  
heures variables  
Aut. : 8 semaines/mi-septembre  
Hiv. : 8 semaines/début janvier  
Print. : 8 semaines/mi-avril  
110 \$ par session/cours  
Affiliation au Plongeon Québec  
Récréatif obligatoire

## Maîtres > 17 ans +

Piscine  
Club de plongeon CAMO  
de Montréal inc.  
Lundi au vendredi 19 h 30 à 21 h  
Dimanche 10 h à 12 h  
Aut. : 10 semaines/mi-septembre  
Hiv. : 10 semaines/début janvier  
Print. : 10 semaines/mi-avril  
De 110 \$ à 360 \$ selon le  
nombre de fois/semaine  
Affiliation au Plongeon Québec  
Récréatif obligatoire

## Relève I et 2 > 5 - 7 ans

Piscine  
Club de plongeon CAMO  
de Montréal inc.  
Relève 1 : lundi, mercredi 18 h à 19 h 30  
Relève 2 : mardi, jeudi 18 h à 19 h 30  
Aut. : 10 semaines/mi-septembre  
Hiv. : 10 semaines/début janvier  
Print. : 10 semaines/mi-avril  
200 \$ par session  
Affiliation au Plongeon Québec  
Récréatif obligatoire  
Évaluation requise

## WATER-POLO

### Adultes - récréatif > 18 ans +

Piscine  
Club aquatique CAMO  
de Montréal (water-polo)  
Aut. : mercredi, vendredi 20 h à 22 h  
Hiv. : mardi, mercredi 20 h à 22 h  
Dimanche 17 h à 20 h  
Aut. : 42 semaines/425 \$/8 septembre  
Frais de ligue obligatoires

### Compétitif - femmes > 16 ans +

Piscine  
Club aquatique CAMO  
de Montréal (water-polo)  
Lundi, mercredi, vendredi 18 h à 20 h  
Mardi, jeudi 18 h à 19 h 30 > 16 ans +  
Mardi, jeudi 19 h 30 à 21 h > 19 ans +  
Samedi 11 h à 13 h 30 > 16 ans +  
Print. : 16 h 30 à 18 h 30 > 19 ans +  
Dimanche 9 h à 12 h > 16 ans +  
Aut. : 42 semaines/650 \$/8 septembre  
Frais de ligue obligatoires

### Compétitif - hommes > 19 ans +

Piscine  
Club aquatique CAMO  
de Montréal (water-polo)  
Lundi et mercredi 20 h à 22 h 30  
Mardi et jeudi 21 h à 22 h 30  
Aut. : 42 semaines/650 \$/8 septembre  
Frais de ligue obligatoires

### Compétitif - hommes >

#### 16 ans +

Piscine  
Club aquatique CAMO  
de Montréal (water-polo)  
Lundi au vendredi 18 h à 20 h  
Samedi 11 h à 13 h 30  
Dimanche 9 h à 12 h  
Aut. : 42 semaines/650 \$/8 septembre  
Frais de ligue obligatoires

## ACTIVITÉS DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

### ACTIVITÉS MOTRICES

#### Le tour du monde de Karibou Lapins taquins (16 à 20 mois)

Salle 2.02 ou salle de lutte  
Sports Montréal inc.  
Vendredi 11 h 45 à 12 h 35  
Samedi 9 h 45 à 10 h 35  
Dimanche 8 h 45 à 9 h 35,  
10 h 45 à 10 h 35  
Aut. : 10 semaines/76 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/76 \$/11 janvier  
Un parent/enfant obligatoire

#### Le tour du monde de Karibou Oursons mignons > 2 à 2 1/2 ans

Salle 2.02 ou salle de lutte  
Sports Montréal inc.  
Vendredi 8 h 45 à 9 h 35  
Samedi 14 h 30 à 15 h 20  
Dimanche 10 h 45 à 11 h 35,  
15 h à 15 h 50  
Aut. : 10 semaines/76 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/76 \$/11 janvier  
Un parent/enfant obligatoire

#### Le tour du monde de Karibou Poussins coquins > 12 à 16 mois

Salle 2.02 ou salle de lutte  
Sports Montréal inc.  
Vendredi 10 h 45 à 11 h 50  
Samedi 8 h 45 à 9 h 35,  
11 h 45 à 12 h 35  
Dimanche 8 h 45 à 9 h 35  
Aut. : 10 semaines/76 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/76 \$/11 janvier  
Un parent/enfant obligatoire

#### Le tour du monde de Karibou P'tits loups filous > 2 1/2 à 3 ans

Salle 2.02 ou salle de lutte  
Sports Montréal inc.  
Samedi 13 h 30 à 14 h 20  
Dimanche 9 h 45 à 9 h 35,  
11 h 45 à 12 h 35  
Aut. : 10 semaines/76 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/76 \$/11 janvier  
Un parent/enfant obligatoire

# 5 Complexe sportif Claude-Robillard

## ACTIVITÉS OFFERTES

### ACTIVITÉS DE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE (SUITE)

#### ACTIVITÉS MOTRICES

##### **Le tour du monde de Karibou Ratons fripons > 20 à 24 mois**

Local 2.02 ou salle de lutte

Sports Montréal inc.

Samedi 10 h 45 à 11 h 35

Dimanche 9 h 45 à 9 h 35,

11 h 45 à 12 h 35

Aut. : 10 semaines/76 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/76 \$/11 janvier

Un parent/enfant obligatoire

##### **Le tour du monde de Karibou Renards débrouillards > 3 à 4 ans**

Local 2.02 ou salle de lutte

Sports Montréal inc.

Samedi 15 h 30 à 16 h 20

Dimanche 16 h 00 à 16 h 50

Aut. : 10 semaines/76 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/76 \$/11 janvier

Un parent/enfant obligatoire

##### **Le tour du monde de Karibou Renards débrouillards - Option basketball > 3 à 4 ans**

Local 2.02 ou salle de lutte

Sports Montréal inc.

Samedi 14 h 00 à 14 h 50

Dimanche 16 h 30 à 17 h 20

Aut. : 10 semaines/76 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/76 \$/11 janvier

Un parent/enfant obligatoire

##### **Le tour du monde de Karibou Renards débrouillards - Option danse > 3 à 4 ans**

Local 2.02 ou salle de lutte

Sports Montréal inc.

Vendredi 15 h 30 à 16 h 20

Samedi 15 h 00 à 15 h 50

Aut. : 10 semaines/76 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/76 \$/11 janvier

Un parent/enfant obligatoire

##### **Le tour du monde de Karibou Renards débrouillards - Option soccer > 3 à 4 ans**

Local 2.02 ou salle de lutte

Sports Montréal inc.

Vendredi 13 h 30 à 14 h 20

Samedi 16 h 00 à 16 h 50

Dimanche 15 h 30 à 16 h 20

Aut. : 10 semaines/76 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/76 \$/11 janvier

Un parent/enfant obligatoire

##### **Multisport > 4 à 5 ans**

Salle de lutte

Sports Montréal inc.

Samedi 16 h 15 à 17 h 10

Dimanche 15 h 30 à 15 h 25,

16 h 30 à 17 h 25

Aut. : 10 semaines/84 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/84 \$/11 janvier

Un parent/enfant obligatoire

### CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

##### **Abdos-fessiers > 16 ans +**

Salle de judo ou local 2.02

Sports Montréal inc.

Vendredi 10 h 05 à 11 h

Lundi 9 h à 9 h 55

Mardi 19 h 15 à 20 h 10

Aut. : 12 semaines/110 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/92 \$/11 janvier

##### **Body design > 16 ans +**

Local 2.02

Sports Montréal inc.

Mardi, jeudi, vendredi 9 h à 9 h 55

Lundi, mercredi 19 h à 19 h 55

Aut. : 12 semaines/110 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/92 \$/11 janvier

##### **Body design avec bébé > 16 ans +**

Local 2.02 ou salle de lutte

Sports Montréal inc.

Lundi 13 h 15 à 14 h 10

Jeudi 11 h 30 à 12 h 25

Vendredi 10 h 15 à 11 h 10

Aut. : 12 semaines/108 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/90 \$/11 janvier

Enfant de 0 à 18 mois

##### **Body design prénatal > 16 ans +**

Collège André-Grasset

Sports Montréal inc.

Lundi 19 h 15 à 20 h 10

Aut. : 12 semaines/108 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/90 \$/11 janvier

##### **Boot camp > 16 ans +**

Local 2.02

Sports Montréal inc.

Mardi, jeudi 17 h 45 à 19 h 10

Lundi, mercredi 20 h 30 à 21 h 55

Vendredi 17 h 30 à 18 h 55

Aut. : 12 semaines/130 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/108 \$/11 janvier

##### **Boot camp ados > 13 - 15 ans**

Local 2.02

Sports Montréal inc.

Mardi, jeudi 16 h 30 à 17 h 25

Aut. : 10 semaines/84 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/84 \$/11 janvier

##### **Boot camp extérieur > 16 ans +**

Terrain de baseball I

Sports Montréal inc.

Mardi, jeudi 18 h à 19 h 30

Samedi 11 h à 12 h 30

Aut. : 12 semaines/130 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/108 \$/11 janvier

##### **Cardiovélo > 50 ans +**

Salle de musculation (local 1.04)

Club 50 ans + de Claude-Robillard

Mardi, jeudi 13 h 10 à 14 h

Aut. : 12 semaines/21 septembre

Hiv. : 12 semaines/18 janvier

Membre : 55 \$

Non-membre : 100 \$

##### **Cardiovélo express > 16 ans +**

Aire de cardiovélo

Sports Montréal inc.

Lundi, mardi, mercredi ou jeudi

11 h 45 à 12 h 20, 12 h 25 à 13 h

Aut. : 14 semaines/109 \$/14 septembre

Hiv. : 12 semaines/94 \$/11 janvier

Apportez votre serviette

##### **Cardiovélo régulier > 16 ans +**

Aire de cardiovélo

Sports Montréal inc.

Lundi, mardi, mercredi, jeudi

17 h à 17 h 50, 18 h à 18 h 50,

19 h à 19 h 50, 20 h à 20 h 50

Mardi, jeudi 8 h 00 à 8 h 50

Vendredi 18 h à 18 h 50, 19 h à 19 h 50

Samedi 9 h à 9 h 50, 10 h à 10 h 50

Dimanche 10 h à 10 h 50, 11 h à 11 h 50

Aut. : 14 semaines/137 \$/14 septembre

Hiv. : 12 semaines/118 \$/11 janvier

Apportez votre serviette

##### **Cardiovélo tonus > 16 ans +**

Aire de cardiovélo et salle de judo

Sports Montréal inc.

Mardi, jeudi 7 h à 7 h 55

Aut. : 14 semaines/165 \$/14 septembre

Hiv. : 12 semaines/142 \$/11 janvier

Apportez votre serviette

##### **Conditionnement physique/ débutant > 16 ans +**

Gymnase et salle omnisports

Sports Montréal inc.

Mardi, jeudi 19 h à 19 h 55

Aut. : 12 semaines/110 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/92 \$/11 janvier

##### **Conditionnement physique/ débutant/intermédiaire > 16 ans +**

Gymnase et salle omnisports

Sports Montréal inc.

Mardi, jeudi 20 h à 20 h 55

Aut. : 12 semaines/110 \$/14 septembre

Hiv. : 10 semaines/92 \$/11 janvier



**Conditionnement physique/  
avancé > 16 ans +**

Terrain extérieur et salle omnisports  
Sports Montréal inc.  
Mardi, jeudi 19 h à 19 h 55  
Aut. : 12 semaines/110 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/92 \$/11 janvier

**Conditionnement physique/  
niveaux multiples > 50 ans +**

Salle omnisports (local 1.80)  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Lundi, mercredi 8 h 30 à 13 h  
Mardi et jeudi 8 h 30 à 10 h  
Vendredi 9 h et 10 h  
Aut. : 15 semaines/120 \$/8 septembre  
Hiv. : 15 semaines/120 \$/4 janvier

**Course à pied/débutant >  
16 ans +**

Terrain extérieur et salle omnisports  
Sports Montréal inc.  
Mardi 19 h 30 à 20 h 15  
Jeudi 20 h à 20 h 45  
Aut. : 12 semaines/90 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/75 \$/11 janvier

**Course à pied/intermédiaire >  
16 ans +**

Terrain extérieur et salle omnisports  
Sports Montréal inc.  
Mardi 18 h 15 à 19 h 40  
Aut. : 12 semaines/120 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/100 \$/11 janvier

**Course à pied/avancé > 16 ans +**

Terrain extérieur et salle omnisports  
Sports Montréal inc.  
Jeudi 18 h 30 à 19 h 55  
Aut. : 12 semaines/130 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/108 \$/11 janvier

**Course à pied/tout niveau >  
16 ans +**

Terrain extérieur et salle omnisports  
Sports Montréal inc.  
Mercredi 7 h à 7 h 55  
Aut. : 12 semaines/130 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/108 \$/11 janvier

**Course à pied > 50 ans +**

Salle omnisports  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Mardi, jeudi 9 h  
Aut. : 12 semaines/21 septembre  
Hiv. : 12 semaines/18 janvier  
Membre : 55 \$  
Non-membre : 100 \$

**En forme avec bébé – plus de 6  
mois > 16 ans +**

Local 2.02 ou salle de lutte (local 1.02)  
Sports Montréal inc.  
Mercredi 11 h à 12 h 25  
Aut. : 12 semaines/127 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/106 \$/11 janvier  
Enfant de plus de 6 mois

**En forme avec bébé - moins de 6  
mois > 16 ans +**

Salle de judo  
Sports Montréal inc.  
Vendredi 11 h à 11 h 55  
Aut. : 12 semaines/108 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/11 janvier  
Enfant de moins de 6 mois

**Entraînement HI 40 > 16 ans +**

Gym Sports Montréal inc.  
Lundi 7 h à 7 h 40, 7 h 45 à 8 h 25  
Mardi et jeudi 11 h 30 à 12 h 10 et  
12 h 15 à 12 h 55  
Aut. : 12 semaines/110 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/92 \$/11 janvier

**Entraînement Pump > 16 ans +**

Local 2.02  
Sports Montréal inc.  
Lundi 19 h 15 à 20 h 10  
Aut. : 12 semaines/110 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/92 \$/11 janvier

**Entraînement Tabata express**

Local 2.02  
Sports Montréal inc.  
Lundi, mercredi 12 h 15 à 13 h 10  
Aut. : 12 semaines/106 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/88 \$/11 janvier

**Insanity**

Omnisports  
Sports Montréal inc.  
Mardi 18 h à 18 h 55  
Aut. : 12 semaines/110 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/92 \$/11 janvier

**Jogging (pratique libre) > 16 ans +**

Piste d'athlétisme intérieure  
Ville de Montréal  
Lundi, mercredi 7 h à 16 h, 20 h à 22 h  
Mardi, jeudi 7 h à 19 h, 21 h à 22 h  
Vendredi 7 h à 22 h  
Aut. : 12 semaines/2 septembre  
Adultes : 60 \$  
Hiv. : 12 semaines/4 janvier  
Adultes : 60 \$  
16 et 17 ans : gratuit

**Lève-tôt > 50 ans +**

Salle omnisports  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Lundi, mercredi, vendredi 7 h à 8 h  
Aut. : 15 semaines/120 \$/8 septembre  
Hiv. : 15 semaines/120 \$/4 janvier

**Vélo stationnaire > 50 ans +**

Salle de musculation (local 1.04)  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Lundi au jeudi 11 h ou 11 h 30  
Aut. : 12 semaines/21 septembre  
Hiv. : 12 semaines/18 janvier  
Membre : 55 \$  
Non-membre : 100 \$

**DANSE****Danse découverte parent-enfant  
> 3 ans**

Collège André-Grasset  
Sports Montréal inc.  
Samedi 8 h 30 à 15 h  
Dimanche 9 h 20 à 10 h 05  
Aut. : 10 semaines/76 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/76 \$/11 janvier

**Danse découverte > 4 - 5 ans**

Collège André-Grasset  
Sports Montréal inc.  
Samedi 10 h 10 à 10 h 55  
Dimanche 10 h 10 à 10 h 55  
Aut. : 10 semaines/76 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/76 \$/11 janvier

**Danse découverte > 5 - 6 ans**

Collège André-Grasset  
Sports Montréal inc.  
Samedi 9 h 20 à 10 h 05  
Dimanche 8 h 30 à 9 h 15  
Aut. : 10 semaines/76 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/76 \$/11 janvier

**Danse de ligne > 50 ans +**

Hall (niveau 2)  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Vendredi 10 h 30 à 11 h 30  
Aut. : 12 semaines/21 septembre  
Hiv. : 12 semaines/18 janvier  
Membre : 55 \$  
Non-membre : 100 \$

**Danse hip-hop > 6 - 8 ans**

Collège André-Grasset  
Sports Montréal inc.  
Samedi 11 h à 11 h 45  
Aut. : 10 semaines/76 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/76 \$/11 janvier

# 5 Complexe sportif Claude-Robillard

## ACTIVITÉS OFFERTES

### DANSE (SUITE)

#### Danse hip-hop > 6 - 8 ans

Salle de Karaté  
Sports Montréal inc.  
Samedi 13 h 35 à 14 h 20  
Aut. : 10 semaines/76 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/76 \$/11 janvier

#### Danse hip-hop > 8 - 10 ans

Salle de Karaté  
Sports Montréal inc.  
Samedi 14 h 30 à 12 h 25  
Aut. : 10 semaines/84 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/84 \$/11 janvier

#### Danse hip-hop > 10 - 12 ans

Salle de Karaté  
Sports Montréal inc.  
Samedi 12 h 30 à 13 h 25  
Aut. : 10 semaines/84 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/84 \$/11 janvier

#### Multidanse > 6 - 8 ans

Collège André-Grasset  
Sports Montréal inc.  
Dimanche 11 h à 11 h 45  
Aut. : 10 semaines/76 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/76 \$/11 janvier

#### Piloxing > 16 ans +

Collège André-Grasset  
Sports Montréal inc.  
Mercredi 18 h à 18 h 55  
Aut. : 12 semaines/110 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/92 \$/11 janvier

#### Zumba > 16 ans +

Collège André-Grasset  
Sports Montréal inc.  
Lundi 21 h à 21 h 55  
Aut. : 12 semaines/110 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/92 \$/11 janvier

#### Zumba > 16 ans +

Salle omnisports  
Sports Montréal inc.  
Jeudi 18 h à 18 h 55  
Aut. : 12 semaines/110 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/92 \$/11 janvier

#### Zumba step > 16 ans +

Collège André-Grasset  
Sports Montréal inc.  
Mercredi 20 h à 20 h 55  
Aut. : 12 semaines/110 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/92 \$/11 janvier

#### Zumbébé > 16 ans +

Local 2.02  
Sports Montréal inc.  
Lundi 11 h à 11 h 55  
Aut. : 12 semaines/108 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/90 \$/11 janvier

#### Zumba gold > 50 ans +

Salle omnisports  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Lundi, mercredi 10 h à 11 h  
Aut. : 15 semaines/120 \$/8 septembre  
Hiv. : 15 semaines/120 \$/4 janvier

#### Zumba toning > 50 ans +

Salle omnisports  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Mardi, jeudi 10 h à 11 h  
Aut. : 15 semaines/120 \$/8 septembre  
Hiv. : 15 semaines/120 \$/4 janvier

### ACTIVITÉS DE DÉTENTE ET D'ÉTIREMENT

#### Essentrics > 16 ans +

Local 2.02  
Sports Montréal inc.  
Mardi 10 h à 10 h 55  
Mercredi 9 h à 9 h 55  
Aut. : 12 semaines/121 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/101 \$/11 janvier

#### Essentrics/débutant > 50 ans +

Local 1.02  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Lundi, mardi 12 h  
Aut. : 12 semaines/21 septembre  
Hiv. : 12 semaines/18 janvier  
Membre : 55 \$  
Non-membre : 100 \$

#### Flex-plus/Forme-flex - débutant > 50 ans +

Local S 2.36  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Mercredi, jeudi 11 h à 12 h  
Aut. : 12 semaines/21 septembre  
Hiv. : 12 semaines/18 janvier  
Membre : 55 \$  
Non-membre : 100 \$

#### Pilates > 16 ans +

Salle de lutte (local 1.02 ou 2.02)  
Sports Montréal inc.  
Mardi 11 h à 11 h 55, 20 h 30 à 21 h 25  
Jeudi 10 h à 10 h 55, 18 h à 18 h 55  
Dimanche 10 h 45 à 11 h 40  
Aut. : 12 semaines/121 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/101 \$/11 janvier

#### Pilates > 50 ans +

Salle de lutte (local 1.02)  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Lundi ou mardi 11 h à 11 h 50  
Aut. : 12 semaines/21 septembre  
Hiv. : 12 semaines/18 janvier  
Membre : 55 \$  
Non-membre : 100 \$

#### Pilates express > 16 ans +

Local 2.02  
Sports Montréal inc.  
Jeudi 12 h 15 à 13 h  
Aut. : 12 semaines/114 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/95 \$/11 janvier

#### Pilates avec bébé > 16 ans +

Local 2.02  
Sports Montréal inc.  
Lundi 11 h à 11 h 55  
Mercredi 13 h 15 à 13 h 10  
Aut. : 12 semaines/121 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/101 \$/11 janvier  
Enfant de 0 à 18 mois

#### Power yoga > 16 ans +

Salle de lutte (local 1.02)  
Sports Montréal inc.  
Mardi 19 h 30 à 20 h 25  
Jeudi 19 h à 19 h 55  
Dimanche 9 h 30 à 10 h 55  
Aut. : 12 semaines/121 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/101 \$/11 janvier  
Apportez votre tapis

#### Stretching > 16 ans +

Salle de lutte (local 2.02)  
Sports Montréal inc.  
Jeudi 11 h à 11 h 55  
Dimanche 12 h à 12 h 55  
Aut. : 12 semaines/110 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/92 \$/11 janvier

#### Tai-chi - niveaux multiples > 50 ans +

Salle de lutte (local 1.02)  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Lundi, mardi 11 h 30 à 12 h 30  
Aut. : 12 semaines/21 septembre  
Hiv. : 12 semaines/18 janvier  
Membre : 55 \$  
Non-membre : 100 \$

#### Tai-Chi

Salle de judo (local 1.08)  
Club de judo métropolitain inc.  
Mardi, jeudi 20 h à 22 h  
Aut. : 12 semaines/195 \$/  
7 septembre au 26 novembre  
Hiv. : 12 semaines/195 \$/  
1<sup>er</sup> au 10 décembre et  
du 5 janvier au 10 mars  
Carte de membre obligatoire

#### Tai-chi > 16 ans +

Collège André-Grasset  
Sports Montréal inc.  
Mercredi 19 h à 19 h 55  
Aut. : 12 semaines/128 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/107 \$/11 janvier  
Apportez votre tapis

### **Yoga > 50 ans +**

Salle de lutte (local 1.02)  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Mercredi, jeudi 11 h 30 à 12 h 30  
Aut. : 12 semaines/21 septembre  
Hiv. : 12 semaines/18 janvier  
Membre : 55 \$  
Non-membre : 100 \$

### **Yoga avec bébé > 16 ans +**

Salle de judo (local 2.02)  
Sports Montréal inc.  
Mercredi 10 h 15 à 11 h 40  
Vendredi 10 h 15 à 11 h 40  
Aut. : 12 semaines/128 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/107 \$/11 janvier  
Apportez votre tapis  
Enfant de 0 à 18 mois

### **Yoga prénatal > 16 ans +**

Local 2.02  
Sports Montréal inc.  
Mardi 18 h à 20 h 25  
Jeudi 13 h 15 à 14 h 40  
Aut. : 12 semaines/128 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/107 \$/11 janvier  
Apportez votre tapis

### **Yoga prénatal - couples > 16 ans +**

Local 2.02  
Sports Montréal inc.  
Vendredi 19 h 15 à 20 h 40  
Aut. : 12 semaines/161 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/134 \$/11 janvier

## **ARTS MARTIAUX ET SPORTS DE COMBAT**

### **BOXE OLYMPIQUE**

#### **Niveaux multiples > 8 ans +**

Salle de boxe (local S 2.22)  
Boxe Montréal.com inc.  
Lundi au vendredi 15 h à 20 h 30  
Samedi 10 h à 12 h  
Aut. : 15 semaines/8 septembre  
Hiv. : 15 semaines/4 janvier  
Coût selon la catégorie  
Carte de membre obligatoire et affiliation (FQBO)

### **ESCRIME**

#### **Cours récréatif/**

#### **débutant et avancé > 13 ans +**

Salle d'escrime (local S 2.20)  
Club d'escrime Fleuret d'argent  
Jeudi 18 h à 19 h 30  
Aut. : 12 semaines/140 \$/17 septembre  
Hiv. : 12 semaines/140 \$/7 janvier  
Print. : 12 semaines/140 \$/17 mars  
Matériel fourni

#### **Cours récréatif/**

#### **débutant et avancé > 18 ans +**

Salle d'escrime (local S 2.20)  
Club d'escrime Fleuret d'argent  
Jeudi 18 h à 19 h 30  
Aut. : 12 semaines/140 \$/17 septembre  
Hiv. : 12 semaines/140 \$/7 janvier  
Print. : 12 semaines/140 \$/17 mars  
Matériel fourni

#### **Cours récréatif/**

#### **débutant et avancé > 7 1/2 à 9 ans**

Salle d'escrime (local S 2.20)  
Club d'escrime Fleuret d'argent  
Mercredi 17 h 30 à 18 h 30  
Aut. : 12 semaines/125 \$/16 septembre  
Hiv. : 12 semaines/125 \$/6 janvier  
Print. : 12 semaines/125 \$/16 mars  
Matériel fourni

#### **Cours récréatif/**

#### **débutant et avancé > 9 à 12 ans +**

Salle d'escrime (local S 2.20)  
Club d'escrime Fleuret d'argent  
Lundi 17 h 30 à 18 h 30  
Aut. : 12 semaines/125 \$/14 septembre  
Hiv. : 12 semaines/125 \$/4 janvier  
Print. : 12 semaines/125 \$/14 mars  
Matériel fourni

#### **Élite et compétitif > 12 ans +**

Salle d'escrime (local S 2.20)  
Club d'escrime Fleuret d'argent  
Lundi au vendredi 15 h à 21 h  
Aut. : 45 semaines/26 août  
Coût selon les catégories  
Carte de membre obligatoire

### **JUDO**

#### **Ados/compétiteurs > 14 - 17 ans**

Salle de judo (local 1.08)  
Club de judo métropolitain inc.  
Lundi et mercredi 17 h 15 à 18 h 15  
Mardi et jeudi 18 h 15 à 19 h 45  
Vendredi 17 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 12 semaines/195 \$/  
7 septembre au 27 novembre  
Hiv. : 12 semaines/195 \$/  
30 novembre au 11 décembre et  
du 4 janvier au 11 mars  
Carte de membre obligatoire

#### **Adultes/niveaux multiples > 18 ans +**

Salle de judo (local 1.08)  
Club de judo métropolitain inc.  
Lundi et mercredi 19 h 30 à 20 h 30  
Mardi et jeudi 18 h 15 à 19 h 45  
Vendredi 19 h 30 à 20 h 30  
Aut. : 12 semaines/195 \$/  
7 septembre au 27 novembre  
Hiv. : 12 semaines/195 \$/  
30 novembre au 11 décembre et  
du 4 janvier au 11 mars  
Carte de membre obligatoire

#### **Enfants et jeunes/**

#### **niveaux multiples >**

#### **6 - 9 ans et 10 - 14 ans**

Salle de judo (local 1.08)  
Club de judo métropolitain inc.  
Lundi et mercredi 18 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 12 semaines/195 \$/  
7 septembre au 25 novembre  
Hiv. : 12 semaines/195 \$/30 novembre  
au 9 décembre et du 4 janvier au 9 mars

#### **Étudiants - Cégep et Université/**

#### **niveaux multiples > 18 ans +**

Salle de judo (local 1.08)  
Club de judo métropolitain inc.  
Lundi et mercredi 17 h 15 à 18 h 15  
Mardi et jeudi 18 h 15 à 19 h 45  
Vendredi 17 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 12 semaines/195 \$/  
7 septembre au 27 novembre  
Hiv. : 12 semaines/195 \$/  
30 novembre au 11 décembre et  
du 4 janvier au 11 mars  
Tarif spécial sur présentation  
de la carte-étudiant  
Carte de membre obligatoire

#### **Étudiants - Sport étude**

Salle de judo (local 1.08)  
Club de judo métropolitain inc.  
Lundi et mercredi 17 h 15 à 18 h 15  
Mardi, jeudi, vendredi 17 h 30 à 19 h 30  
Aut. : 12 semaines/195 \$/  
7 septembre au 27 novembre  
Hiv. : 12 semaines/195 \$/  
30 novembre au 11 décembre et  
du 4 janvier au 11 mars  
Carte de membre obligatoire

# 5 Complexe sportif Claude-Robillard

## ACTIVITÉS OFFERTES

### ARTS MARTIAUX ET SPORTS DE COMBAT (SUITE)

#### JUDO

##### Jeunes/avancé >

##### 10 - 13 ans et 14 - 17 ans

Salle de judo (local 1.08)  
Club de judo métropolitain inc.  
Lundi et mercredi 17 h 15 à 18 h 15  
Vendredi 17 h 30 à 19 h  
Aut. : 12 semaines/195 \$/  
7 septembre au 27 novembre  
Hiv. : 12 semaines/195 \$/  
30 novembre au 11 décembre et  
du 4 janvier au 11 mars

##### Parent/niveaux multiples

Salle de judo (local 1.08)  
Club de judo métropolitain inc.  
Samedi 12 h 30 à 13 h 30  
Aut. : 10 semaines/195 \$/10 septembre  
Hiv. : 10 semaines/195 \$/6 janvier

##### Parent-enfant/

##### niveaux multiples > 2 - 3 ans

Salle de judo (local S 1.08)  
Club de judo métropolitain inc.  
Samedi ou dimanche 9 h à 10 h  
Aut. : 10 semaines/195 \$/10-11 septembre  
Hiv. : 10 semaines/195 \$/16-17 janvier  
Cours spécialisé en psychomotricité

##### Parent-enfant/

##### niveaux multiples > 4 - 5 ans

Salle de judo (local 1.08)  
Club de judo métropolitain inc.  
Samedi ou dimanche 10 h 10 à 11 h 10  
Aut. : 10 semaines/195 \$/10-11 septembre  
Hiv. : 10 semaines/195 \$/16-17 janvier  
Cours spécialisé en psychomotricité

##### Parent-enfant/

##### niveaux multiples > 6 ans et +

Salle de judo (local 1.08)  
Club de judo métropolitain inc.  
Samedi ou dimanche 11 h 20 à 12 h 20  
Aut. : 10 semaines/195 \$/10-11 septembre  
Hiv. : 10 semaines/195 \$/16-17 janvier  
Cours spécialisé en psychomotricité

#### JUDO ET AUTODÉFENSE

##### Autodéfense – Aïkido/

##### niveaux multiples > 14 ans et +

Salle de judo (local 1.08)  
Club de judo métropolitain inc.  
Lundi et mercredi 19 h 45 à 21 h 15  
Aut. : 12 semaines/250 \$/  
7 septembre au 27 novembre  
Hiv. : 12 semaines/250 \$/  
30 novembre au 11 décembre et  
du 4 janvier au 11 mars  
Cours spécialisé  
Carte de membre obligatoire

##### Autodéfense – Aïkido/

##### niveaux multiples > 14 ans et +

Salle de judo (local 1.08)  
Club de judo métropolitain inc.  
Samedi 14 h à 16 h  
Aut. : 12 semaines/250 \$/  
12 septembre au 28 novembre  
Hiv. : 12 semaines/250 \$/  
5 au 12 décembre et du  
9 janvier au 26 mars  
Cours spécialisé  
Carte de membre obligatoire

#### KARATÉ

##### Autodéfense et combat/

##### débutant > 6 ans +

Salle de karaté (local S 2.36)  
Club d'élite de karaté de  
Montréal-Concordia  
Mercredi 18 h à 19 h 15  
Vendredi 18 h à 19 h 15  
Samedi 9 h 45 à 12 h  
Dimanche 17 h à 18 h 15  
Print.-été : 17 semaines/210 \$/1<sup>er</sup> mai  
Aut. : 17 semaines/210 \$/2 septembre  
Hiv. : 17 semaines/210 \$/4 janvier  
20% de rabais pour le deuxième  
membre d'une même famille

##### Autodéfense et combat/

##### intermédiaire > 6 ans +

Salle de karaté (local S 2.36)  
Club d'élite de karaté de  
Montréal-Concordia  
Mercredi 18 h 45 à 20 h 15  
Vendredi 18 h 45 à 20 h 15  
Samedi 9 h 45 à 12 h  
Dimanche 17 h à 18 h 15  
Print.-été : 17 semaines/190 \$/1<sup>er</sup> mai  
Aut. : 17 semaines/190 \$/2 septembre  
Hiv. : 17 semaines/210 \$/4 janvier  
20% de rabais pour le deuxième  
membre d'une même famille

##### Autodéfense et combat/

##### avancé > 6 ans +

Salle de karaté (local S 2.36)  
Club d'élite de karaté de  
Montréal-Concordia  
Mardi 19 h à 20 h 30  
Jeudi 19 h à 20 h 30  
Samedi 8 h 30 à 11 h  
Dimanche 17 h à 18 h 15  
Print.-été : 17 semaines/1<sup>er</sup> mai  
Aut. : 17 semaines/230 \$/2 septembre  
Hiv. : 17 semaines/230 \$/4 janvier  
20% de rabais pour le deuxième  
membre d'une même famille

#### KICKBOXING

##### Débutant > 16 ans +

Local S 2.02  
Sports Montréal inc.  
Lundi ou mercredi 17 h 30 à 18 h 40  
Mardi ou jeudi 20 h 30 à 21 h 40  
Aut. : 12 semaines/126 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/105 \$/11 janvier

##### Débutant > 9 - 12 ans

Local S 2.02  
Sports Montréal inc.  
Lundi 16 h 30 à 17 h 25  
Aut. : 10 semaines/84 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/84 \$/11 janvier

##### Débutant > 12 - 15 ans

Local S 2.02  
Sports Montréal inc.  
Mercredi 16 h 30 à 17 h 25  
Aut. : 12 semaines/84 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/84 \$/11 janvier

##### Intermédiaire > 16 ans +

Local S 2.02  
Sports Montréal inc.  
Mardi 20 h 30 à 21 h 40  
Aut. : 12 semaines/126 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/105 \$/11 janvier

#### FORMATION EN SECOURISME

##### SECOURISME

##### Gardiens avertis > 14 ans +

Complexe sportif Claude-Robillard  
Sports Montréal inc.  
13 et 20 septembre 9 h à 13 h  
Coût : 47 \$  
Brevet délivré par la Croix- Rouge

##### Premiers secours/RCR - DEA > 14 ans +

Complexe sportif Claude-Robillard  
Sports Montréal inc.  
13 septembre 8 h 30 à 17 h  
17 octobre 8 h 30 à 17 h  
15 novembre 8 h 30 à 17 h  
Coût : 93 \$  
Brevet délivré par la Fondation  
des maladies du cœur

##### Premiers secours/ cardio-secours niveau C pour bébés et enfants

Complexe sportif Claude-Robillard  
Sports Montréal inc.  
25 septembre 13 h à 17 h  
16 octobre 13 h à 17 h  
13 novembre 13 h à 17 h  
5 décembre 13 h à 17 h  
Coût : 47 \$  
Brevet délivré par la Fondation  
des maladies du cœur

### **Premiers soins/général > 14 ans +**

Complexe sportif Claude-Robillard  
Sports Montréal inc.  
12 et 19 septembre 8 h 30 à 16 h 30  
3 et 4 octobre ou  
14 et 15 novembre 8 h 30 à 16 h 30  
Coût : 115 \$  
Brevet délivré par la Société  
de sauvetage

## **SPORTS COLLECTIFS**

### **VOLLEYBALL**

#### **Pratique libre > 50 ans +**

Gymnase double  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Lundi, mercredi, vendredi 10 h à 12 h  
Aut. : 15 semaines/8 septembre  
Hiv. : 15 semaines/4 janvier  
Gratuit  
Carte de membre obligatoire

## **SPORTS D'ADRESSE OU DE FORCE**

### **GOLF**

#### **Débutant > 16 ans +**

Salle de tir à l'arc (local S 2.20)  
Sports Montréal inc.  
Mardi 18 h 30 à 19 h 40, 21 h à 22 h 10  
Jeudi 19 h 45 à 20 h 55  
Aut. : 6 semaines/173 \$/20 octobre  
Hiv. : 6 semaines/173 \$/11 janvier

#### **Intermédiaire > 16 ans +**

Salle de tir à l'arc (local S 2.20)  
Sports Montréal inc.  
Mardi 19 h 45 à 20 h 55  
Jeudi 18 h 30 à 19 h 40, 21 h à 22 h 10  
Aut. : 6 semaines/173 \$/20 octobre  
Hiv. : 6 semaines/173 \$/11 janvier

#### **Niveaux multiples > 50 ans +**

Salle de tir à l'arc (local S 2.20)  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Mercredi ou jeudi 11 h à 12 h  
Aut. : 12 semaines/16 septembre  
Hiv. : 12 semaines/18 janvier  
Membre : 60 \$  
Non-membre : 100 \$

#### **Pratique libre > 50 ans +**

Salle de tir à l'arc (local S 2.20)  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Lundi au vendredi 9 h à 15 h  
Aut. : 12 semaines/8 septembre  
Hiv. : 12 semaines/4 janvier  
Gratuit  
Carte de membre obligatoire

## **HALTÉROPHILIE**

### **PALET**

#### **Pratique libre > 50 ans +**

Local S 2.20  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Lundi au vendredi 9 h à 15 h  
Aut. : 15 semaines/8 septembre  
Hiv. : 15 semaines/4 janvier  
Gratuit  
Carte de membre obligatoire

## **TIR À L'ARC**

Hiv. : 5 semaines/100 \$/27 janvier  
Équipement fourni pour les débutants

## **SPORTS DE RAQUETTE**

### **BADMINTON**

#### **Badminton > 50 ans +**

Gymnase double  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Selon la disponibilité des plateaux  
Aut. : 12 semaines/8 septembre  
Hiv. : 12 semaines/4 janvier  
Gratuit  
Carte de membre obligatoire

#### **Initiation > 50 ans +**

Gymnase double  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Mardi 13 h à 14 h  
Aut. : 12 semaines/21 septembre  
Hiv. : 12 semaines/18 janvier  
Membre : 55 \$  
Non-membre : 100 \$

#### **Pratique libre > 10 - 17 ans**

Gymnase double  
Ville de Montréal  
Mardi et jeudi 17 h à 19 h  
Aut. : 12 semaines/2 septembre  
Hiv. : 12 semaines/4 janvier  
Gratuit

#### **Pratique libre > 18 ans +**

Gymnase double  
Ville de Montréal  
Mardi et jeudi 17 h à 22 h  
Aut. : 12 semaines/60 \$/2 septembre  
Hiv. : 12 semaines/60 \$/4 janvier

## **RACQUETBALL**

#### **Pratique libre > 10 ans +**

Salle de racquetball (local S 2.08)  
Ville de Montréal  
Lundi au vendredi 7 h à 22 h  
Samedi et dimanche 7 h à 20 h  
(60 min au choix/jour)  
Aut. : 12 semaines/125 \$/2 septembre  
Hiv. : 12 semaines/125 \$/4 janvier  
10 à 17 ans : gratuit  
Réservation obligatoire

## **SQUASH**

#### **Pratique libre > 10 ans +**

Salle de squash (local S 2.04)  
Ville de Montréal  
Lundi au vendredi 7 h à 22 h  
Samedi et dimanche 7 h à 20 h  
(60 min au choix/jour)  
Aut. : 12 semaines/125 \$/2 septembre  
Hiv. : 12 semaines/125 \$/4 janvier  
10 à 17 ans : gratuit  
Réservation obligatoire

## **TENNIS**

#### **Cours débutant > 7 - 10 ans**

Collège André-Grasset  
Sports Montréal inc.  
Samedi 14 h à 14 h 55, 16 h 15 à 17 h 10  
Aut. : 10 semaines/76 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/76 \$/11 janvier  
Apportez votre raquette

#### **Cours débutant > 11 - 15 ans**

Collège André-Grasset  
Sports Montréal inc.  
Samedi 14 h 45 à 15 h 30  
Vendredi 19 h 30 à 20 h 15  
Aut. : 10 semaines/76 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/76 \$/11 janvier  
Apportez votre raquette

#### **Cours débutant > 16 ans +**

Collège André-Grasset  
Sports Montréal inc.  
Jeudi 20 h à 21 h  
Samedi 9 h à 10 h, 13 h à 14 h  
Aut. : 12 semaines/132 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/110 \$/11 janvier  
Apportez votre raquette

# 5 Complexe sportif Claude-Robillard

## ACTIVITÉS OFFERTES

### SPORTS DE RAQUETTE (SUITE)

#### TENNIS

##### Cours débutant > 16 ans +

Salle omnisports  
Sports Montréal inc.  
Mardi 16 h à 17 h, 21 h à 22 h 15  
Jeudi 14 h à 15 h, 16 h à 17 h  
Aut. : 12 semaines/132 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/110 \$/11 janvier  
Apportez votre raquette

##### Cours débutants > 50 ans +

Salle omnisports  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Lundi ou mardi 12 h à 13 h  
Aut. : 12 semaines/21 septembre  
Hiv. : 12 semaines/18 janvier  
Membre : 55 \$  
Non-membre : 100 \$

##### Pré-intermédiaire > 16 ans +

Collège André-Grasset  
Sports Montréal inc.  
Mardi 20 h à 21 h  
Jeudi 21 h à 22 h  
Samedi 10 h à 11 h  
Aut. : 12 semaines/132 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/110 \$/11 janvier  
Apportez votre raquette

##### Pré-intermédiaire > 16 ans +

Salle omnisports  
Sports Montréal inc.  
Mardi ou jeudi 15 h à 16 h  
Aut. : 12 semaines/132 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/110 \$/11 janvier  
Apportez votre raquette

##### Intermédiaire > 11 - 15 ans

Collège André-Grasset  
Sports Montréal inc.  
Samedi 15 h 30 à 16 h 15  
Aut. : 12 semaines/132 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/110 \$/11 janvier  
Apportez votre raquette

##### Intermédiaire > 16 ans +

Salle omnisports  
Sports Montréal inc.  
Mardi 14 h à 15 h  
Jeudi 21 h à 22 h 15  
Aut. : 12 semaines/132 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/110 \$/11 janvier  
Apportez votre raquette

##### Intermédiaire > 16 ans +

Collège André-Grasset  
Sports Montréal inc.  
Mardi 21 h à 22 h  
Vendredi 20 h 30 à 21 h 30,  
21 h 30 à 22 h 30  
Samedi 11 h à 12 h  
Aut. : 12 semaines/132 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/110 \$/11 janvier  
Apportez votre raquette

##### Avancé > 16 ans +

Collège André-Grasset  
Sports Montréal inc.  
Mardi 22 h à 23 h  
Samedi 12 h à 13 h  
Aut. : 12 semaines/132 \$/14 septembre  
Hiv. : 10 semaines/110 \$/11 janvier  
Apportez votre raquette

##### Pratique libre > 18 ans +

Salle omnisports  
Ville de Montréal  
Lundi, mercredi et vendredi 7 h à 13 h  
Mardi et jeudi 7 h à 14 h  
(60 min au choix/jour)  
Aut. : 12 semaines/125 \$/2 septembre  
Hiv. : 12 semaines/125 \$/4 janvier  
Réservation obligatoire

#### TENNIS DE TABLE

##### Adulte récréatif > 18 ans +

Salle polyvalente  
Club de tennis de table  
Prestige de Montréal  
Lundi, mercredi 20 h à 22 h  
Samedi, dimanche 15 h à 17 h  
Aut. : 19 semaines/8 septembre  
Hiv. : 19 semaines/26 janvier  
À partir de 175 \$

##### Initiation > 5 - 17 ans

Salle polyvalente  
Club de tennis de table  
Prestige de Montréal  
Lundi, mercredi, vendredi 17 h 30 à 19 h  
Samedi 10 h à 12 h  
Aut. : 19 semaines/8 septembre  
Hiv. : 19 semaines/26 janvier  
À partir de 115 \$ par session

##### Intermédiaire > 5 - 17 ans

Salle polyvalente  
Club de tennis de table  
Prestige de Montréal  
Lundi, mercredi, vendredi 17 h 30 à 19 h  
Samedi 10 h à 12 h  
Aut. : 19 semaines/8 septembre  
Hiv. : 19 semaines/26 janvier  
À partir de 160 \$ par session

##### Élite > 7 ans +

Salle polyvalente  
Club de tennis de table  
Prestige de Montréal  
Mardi, jeudi 17 h à 19 h  
Vendredi 19 h à 21 h 30  
Samedi 12 h 30 à 15 h  
Aut. : 38 semaines/8 septembre  
À partir de 570 \$  
Évaluation requise

##### Excellence > 10 ans +

Salle polyvalente  
Club de tennis de table  
Prestige de Montréal  
Lundi, mardi, jeudi 19 h à 21 h  
Aut. : 38 semaines/8 septembre  
À partir de 400 \$  
Évaluation requise

##### Niveaux multiples > 50 ans +

Salle polyvalente (local 1.06)  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Mardi 9 h ou 10 h  
Aut. : 12 semaines/21 septembre  
Hiv. : 12 semaines/18 janvier  
Membre : 55 \$  
Non-membre : 100 \$

##### Pratique libre > 50 ans +

Salle polyvalente (local 1.06)  
Club 50 ans + de Claude-Robillard  
Lundi au vendredi 8 h à 12 h  
Aut. : 12 semaines/25 \$/8 septembre  
Hiv. : 12 semaines/25 \$/4 janvier

##### Pratique libre en tout temps > 18 ans +

Salle d'appoint  
Club de tennis de table  
Prestige de Montréal  
Lundi au vendredi 12 h à 22 h  
Samedi et dimanche 6 h 45 à 20 h  
Aut. : 12 semaines/125 \$/8 septembre  
Hiv. : 12 semaines/125 \$/7 janvier

#### SPORTS SUR GLACE

##### PATIN

##### Patinage libre > pour tous

Aréna Michel-Normandin  
Ville de Montréal  
Jeudi, vendredi 12 h 10 à 13 h  
Du 1<sup>er</sup> octobre au 25 mars  
Sauf les jours fériés et lors  
d'événements spéciaux  
Gratuit

# Où trouver toutes les publications de l'arrondissement?

Les publications (Répertoire, Bulletin, Guide d'information de l'arrondissement, Programmation culturelle) sont maintenant disponibles par le biais d'un réseau de présentoirs aux couleurs de l'arrondissement dans les lieux culturels, sportifs et de loisirs que vous fréquentez déjà.

Vous les trouverez également sur le site Internet de l'arrondissement.

- Aréna Ahuntsic : 10 560, rue Saint-Hubert
- Aréna Marcellin-Wilson : 11 301, boulevard de l'Acadie
- Bibliothèque d'Ahuntsic : 10 300, rue Lajeunesse
- Bibliothèque de Cartierville : 5900, rue De Salaberry
- Bibliothèque de Salaberry : 4170, rue De Salaberry
- Bureau d'arrondissement : 555, rue Chabanel Ouest, bureau 600
- Centre communautaire Ahuntsic : 10 780, rue Laverdure, bureau 116
- Centre communautaire de Bordeaux-Cartierville : 1405, boulevard Henri-Bourassa Ouest
- Centre Henri-Julien : 9300, rue Saint-Denis
- Centre Saints-Martyrs-Canadiens : 10 125, rue Parthenais
- Centre UFA (Union des Familles d'Ahuntsic) : 161, boul. Henri-Bourassa Ouest
- Complexe aquatique Gabriel-Lalemant : 2350, rue Sauvé Est
- Complexe aquatique Marcellin-Wilson : 1655, rue Dudemaine
- Complexe sportif Claude-Robillard : 1000, avenue Émile-Journault
- Éco-quartier Gouin : 5765, boulevard Gouin Ouest
- Éco-quartier Lajeunesse : 10 416, rue Lajeunesse
- Église Sainte-Rita (Scalabrini) : 655, rue Sauriol Est
- Maison de la culture Ahuntsic-Cartierville : 10 300, rue Lajeunesse
- Parc-nature de l'Île-de-la Visitation : 2425, boulevard Gouin Est
- Site d'accueil du Parcours Gouin : av. Park Stanley, à l'est du pont Viau
- YMCA Cartierville : 11 885, boulevard Laurentien



● Durant la saison hivernale seulement    ● Durant la saison estivale seulement    ● En tout temps

**Abonnez-vous à l'infolettre de l'arrondissement et recevez toutes nos publications en primeur!**

**[www.ville.montreal.qc.ca/ahuntsic-cartierville](http://www.ville.montreal.qc.ca/ahuntsic-cartierville)**



# Festival Sportif

Ahuntsic-Cartierville

Du 27 novembre au 6 décembre 2015



# Festivités culturelles

D'AHUNTSIC-CARTIERVILLE

À chaque printemps, les participants et les organismes présentent le fruit de leur travail effectué tout au long de l'année!