

2015-2016
AUTOMNE-HIVER

SPORTS ET LOISIRS

PROGRAMMATION DES ACTIVITÉS



MOT DU MAIRE

C'est avec plaisir que je vous présente le tout nouveau répertoire d'activités de sports et de loisirs du Sud-Ouest. Année après année, nos partenaires redoublent d'ingéniosité pour offrir une programmation où petits et grands pourront y trouver leur compte. Le tout vous est désormais présenté dans une seule publication annuelle automne/hiver bonifiée.

Autre nouveauté : les grilles des activités sont maintenant présentées sous forme de tableaux. Il est donc plus facile de consulter le répertoire et de planifier les cours auxquels vous désirez vous inscrire.

De plus, à la toute fin du répertoire, vous retrouverez une carte d'arrondissement vous permettant de repérer facilement les principales installations partout sur notre territoire.

Profitez des cours, des installations, des lieux du Sud-Ouest et des nombreuses activités souvent gratuites. Et n'oubliez pas de consulter notre calendrier annuel. Bougeons dans le Sud-Ouest, la Fête des familles et les Jeux du Sud-Ouest figurent parmi les rendez-vous incontournables que nous vous proposons. Toutes les raisons sont bonnes pour sortir!

Ce guide recèle une mine d'informations. Je vous invite à le conserver et à y jeter un œil régulièrement.

Bonne rentrée!

Le maire de l'arrondissement,



BENOIT DORAIS

Maire de l'arrondissement du Sud-Ouest
Chef de la 2^e opposition à l'Hôtel de Ville



VOS ÉLUS

BENOIT DORAIS

Maire de
l'arrondissement
du Sud-Ouest
Chef de
la 2^e opposition
à l'Hôtel de Ville



ANNE-MARIE SIGOUIN

Conseillère de la Ville,
district de Saint-Paul-Émard



CRAIG SAUVÉ

Conseiller de la Ville,
district de Saint-Henri-
Petite-Bourgogne-
Pointe-Saint-Charles



ALAIN VAILLANCOURT

Conseiller d'arrondissement,
district de Saint-Paul-Émard



SOPHIE THIÉBAUT

Conseillère d'arrondissement,
district de Saint-Henri-
Petite-Bourgogne-
Pointe-Saint-Charles



INSCRIPTIONS

TABLE DES MATIÈRES

MOT DU MAIRE	02
--------------	----

COURS ET ACTIVITÉS AUTOMNE - HIVER

PARENTS ET ENFANTS	04
--------------------	----

JEUNES	06
--------	----

ADULTES	18
---------	----

AÎNÉS	24
-------	----

INSTALLATIONS SPORTIVES

ARÉNAS ET SPORTS D'HIVER	26
--------------------------	----

PARCS	26
-------	----

PISCINES	27
----------	----

CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS	28
------------------------------	----

RESSOURCES

JEUNESSE	29
----------	----

PERSONNES HANDICAPÉES	29
-----------------------	----

COORDONNÉES	30
-------------	----

CARTE	32
-------	----

Les inscriptions débutent en général à la fin août pour la session d'automne et à la fin décembre pour la session d'hiver. Il est cependant possible de s'inscrire en tout temps pour plusieurs activités dépendamment des places disponibles.

Communiquez directement avec l'organisme responsable de l'activité pour connaître les modalités d'inscription et de paiement, les tarifs applicables, ainsi que les politiques d'annulation et de remboursement en vigueur.

Une pièce d'identité et une preuve de résidence peuvent être exigées au moment de l'inscription.

LÉGENDES

- | | |
|---|--|
|  Activité pour enfants de 2 ans et moins |  Activités pour adultes |
|  Activité pour enfants de 3 à 18 ans |  Activité pour parents et enfants |
|  Activité gratuite |  Date et heure |
|  Activité payante |  Lieux |
|  Activité pour personne avec handicap | |

- Les jours sont inscrits dans une forme abrégée.
- Mer ou Jeu signifie que vous devez choisir entre l'une ou l'autre des journées.
- Jeu et Ven signifie que vous devrez vous présenter à cette activité deux fois par semaine.
- C.M. : Carte de membre.
- FEM et MASC. : Indique le sexe lorsque les activités ne sont pas mixtes.

EST-CE QUE C'EST GRATUIT?

Seules les activités qui comportent la mention « gratuit »  sont sans frais. S'il n'y a pas de tarif indiqué, cela signifie que les informations n'étaient pas disponibles au moment de mettre sous presse.

MODIFICATION DE LA PROGRAMMATION

Veuillez noter que la programmation ne contient que les informations disponibles lors de l'impression du présent document. Vous retrouverez la programmation des activités de sports et de loisirs sur le site Internet de l'arrondissement, ville.montreal.qc.ca/sud-ouest. De nouvelles activités peuvent s'y ajouter. Ne manquez pas d'y faire un tour!

VOUS RECHERCHER UN COURS QUI N'EST PAS OFFERT DANS LE SUD-OUEST?



Retrouvez la programmation complète des activités de sports et de loisirs en ligne de la Ville de Montréal en consultant
Loisirs en ligne : ville.montreal.qc.ca/loisirsenligne.

ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES ET RÉCRÉATIVES

LE COIN DES FAMILLES

CLMP

	PARENTS ET ENFANTS		DIM /9 H 30 À 11 H 30 (DU 24 JANV. AU 6 MARS 2016)
	GRATUIT		CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON

ARTS MARTIAUX ET SPORTS DE COMBAT

JUDO /INITIATION

JUDO MONDE

	5 ANS ET PLUS		SAM /9 H 00 À 10 H 00
	CONTACTER L'ORGANISME		COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

KARATÉ

ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL

	4-40 ANS		SAM /9 H 15 À 9 H 45
	120 \$ /UN PARENT ET UN ENFANT		COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

ARTS VISUELS

EXPLORATION

YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

	3-12 ANS		SAM /10 H 00 À 12 H 00
	30 \$ (GRATUIT AVEC ABONNEMENT FAMILIAL)		YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

BADMINTON

CLMP

	PARENTS ET ENFANTS		VEN /18 H 00 À 19 H 30
	15 \$ + C.M. 5 \$		CENTRE NDPS

BADMINTON PRATIQUE LIBRE ET ENTRAÎNEMENT

CDSO

	PARENTS ET ENFANTS		LUN ET MER /17 H 00 À 19 H 00
	25 \$ /PERS. ET 40 \$ /FAMILLE		COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

CIRQUE

FAMILIAL

YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

	3-4 ANS		SAM /9 H 15 À 9 H 55
	30 \$ (GRATUIT AVEC ABONNEMENT FAMILIAL)		YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

SPECTACLE

LOISIRS SAINT-HENRI

	6-12 ANS		MAR /18 H 00 À 19 H 00
	70 \$		CENTRE SAINT-HENRI

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

CARDIO MAMAN -BÉBÉ

CLMP

	PARENTS ET ENFANTS		LUN /10 H 30 À 11 H 20
	75 \$ + C.M. 5 \$		CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON

GYM LIBRE FAMILIAL

YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

	12 ANS ET MOINS		DIM /10 H 55 À 11 H 55
	2 \$ /VISITE POUR UN ENFANT ACCOMPAGNÉ D'UN ADULTE (GRATUIT AVEC ABONNEMENT FAMILIAL)		YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

MAMAN -BÉBÉ

CSPB

	PARENTS ET ENFANTS		LUN /10 H 00 À 11 H 15 ET MER /9 H 30 À 11 H 00
	112 \$		CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

PRÉSCOGYM LIBRE

YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

	6 MOIS-5 ANS		DIM /9 H 15 À 10 H 55
	2 \$ /VISITE POUR UN ENFANT ACCOMPAGNÉ D'UN ADULTE (GRATUIT AVEC ABONNEMENT FAMILIAL)		YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

TONUS PARENT-BÉBÉ

YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

	PARENTS ET BÉBÉS 0-12 MOIS		MAR / 10 H 00 À 11 H 00
	98 \$ OU GRATUIT AVEC ABONNEMENT FAMILIAL		YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

YOGA FAMILLE

YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

	PARENTS ET ENFANTS 5-12 ANS		LUN / 18 H 00 À 18 H 45
	30 \$ OU GRATUIT AVEC ABONNEMENT FAMILIAL		YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

ZUMBA FAMILLE

YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

	PARENTS ET ENFANTS 5-12 ANS		DIM /10 H 00 À 10 H 45
	30 \$ OU GRATUIT AVEC ABONNEMENT FAMILIAL		YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE AQUATIQUE

AQUA-POUSSETTE

CASO

	PARENTS ET ENFANTS		MER /10 H 30 À 11 H 30
	85 \$ /1X SEM. POUR UNE SESSION		CONTACTER L'ORGANISME

DANSE

DANSE CRÉATIVE

CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

	2-3 ANS		DIM / 10 H 30 À 11 H 15 OU 11 H 15 À 12 H 00
	95 \$		CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

DANSE (SUITE)	
MAMAN ET BÉBÉ	
CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER	
2 MOIS - PREMIERS PAS	JEU / 13 H 00 À 14 H 30
65 \$ /6 COURS OU 120 \$ /2 COURS	CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

ESCALADE	
CLMP	
4 - 7 ANS	MAR /17 H 00 À 17 H 50 OU DIM /9 H 30 À 10 H 20
10 \$ + C.M. 5 \$	CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE	
BABY - GYM	
CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS	
18 MOIS - 3 ANS	MAR, JEU, SAM OU DIM / 45 MIN.
CONTACTER L'ORGANISME	CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS

NATATION	
ÉTOILE DE MER	
CASO	
4 -12 MOIS	SAM OU DIM /30 MIN.
65 \$ /SESSION	PISCINES ÉMARD /GADBOIS / SAINT - CHARLES /SAINT -HENRI
CSPB	
4 MOIS -1 AN	LUN, MER, SAM OU DIM /40 MIN.
66 \$	PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE
CANARD	

CASO	
1 -2 ANS	SAM OU DIM /30 MIN.
65 \$ /SESSION	PISCINES ÉMARD /GADBOIS / SAINT - CHARLES / SAINT -HENRI
CSPB	
1 -2 ANS	MER OU SAM OU DIM /40 MIN.
66 \$	PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE

TORTUE DE MER	
CASO	
2 -3 ANS	SAM OU DIM /30 MIN.
65 \$ /SESSION	PISCINES ÉMARD /GADBOIS SAINT - CHARLES / SAINT -HENRI
CSPB	
2 -3 ANS	SAM OU DIM /40 MIN.
66 \$	PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE

NATATION (SUITE)	
LOUTRE DE MER	
CASO	
3 -5 ANS	SAM OU DIM /30 MIN. (3 PREMIERS COURS AVEC PARENT)
70 \$ /SESSION	PISCINES ÉMARD /GADBOIS / SAINT - CHARLES / SAINT -HENRI
CSPB	
3 -5 ANS	SAM OU DIM /40 MIN.
66 \$	PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE

TIR À L'ARC	
LES ARCHERS DU SUD - OUEST DE MONTRÉAL	
8 -16 ANS	MAR ET JEU /19 H 00 À 20 H 00
CONTACTER L'ORGANISME	COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

TOUT - PETITS	
ACTIVITÉ DE STIMULATION PARENT - ENFANTS	
LOISIRS SAINT - HENRI	
4 -5 ANS	SAM /11 H 00 À 12 H 00
60 \$	CENTRE SAINT - HENRI
JARDIN DE PIROUETTE ET CABRIOLE	

CLMP	
18 MOIS -2 ANS	DIM /9 H 00 À 9 H 50
60 \$ + C.M. 5 \$	CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
CSPB	
1 -2 ANS	SAM /8 H 30 À 9 H 20
66 \$	CENTRE SPORTIF DE LA PETITE - BOURGOGNE

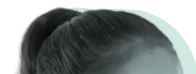
CSPB	
2 -3 ANS	SAM /9 H 30 À 10 H 20
66 \$	CENTRE SPORTIF DE LA PETITE - BOURGOGNE
CLMP	
2 -3 ANS	DIM /10 H 00 À 10 H 50
60 \$ + C.M. 5 \$	CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

CLMP	
3 -5 ANS	DIM /11 H 00 À 11 H 50
60 \$ + C.M. 5 \$	CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
CSPB	
3 -5 ANS	SAM /10 H 30 À 11 H 20
66 \$	CENTRE SPORTIF DE LA PETITE - BOURGOGNE





ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES ET RÉCRÉATIVES	
ATELIERS DIVERSIFIÉS (MUSIQUE, INFORMATIQUE, ETC.) ET JEUX LIBRES	
MILIEU ÉDUCATIF LA SOURCE	
8-12 ANS	VEN /15 H 30 À 17 H 00
GRATUIT	CRCS SAINT-ZOTIQUE
GROUPE D'AMIS	
CORPORATION L'ESPOIR	
16-30 ANS	JEU /18 H 00 À 20 H 30
85 \$ (C.M. 25 \$ POUR PERSONNES AYANT UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE)	ENDROITS VARIÉS
JEUX RÉCRÉATIFS (MISSISSIPPI, TENNIS DE TABLE, MUSIQUE, MINI-HOCKEY)	
LOISIRS SAINT-CHARLES	
6-14 ANS	LUN AU VEN / 18 H 00 À 21 H 00
GRATUIT	CONTACTER L'ORGANISME
PROGRAMME SOCIOCULTUREL	
CORPORATION L'ESPOIR	
12 ANS ET PLUS	SAM /13 H 00 À 16 H 00
ENTRE 80 \$ ET 128 \$ (C.M. 25 \$ POUR PERSONNES AYANT UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE)	LE TREMLIN
QUILLES	
CORPORATION L'ESPOIR	
12 ANS ET PLUS	SAM /10 H 30 À 11 H 20
160 \$ (C.M. 25 \$ POUR PERSONNES AYANT UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE)	QUILLES - G - PLUS 1277, RUE SHEVCHENKO LASALLE
SOIRÉE DISCO	
CORPORATION L'ESPOIR	
12 ANS ET PLUS	VEN /18 H 45 À 21 H 30
60 \$ /MEMBRES, 75 \$ (C.M. 25 \$ POUR PERSONNES AYANT UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE) /NON-MEMBRES OU 5 \$ /PRÉSENCE NON-MEMBRES	CENTRE MARCEL - GIROUX

AIDE AUX DEVOIRS	
DJ SPORTS CLUB	
 7-17 ANS	 MAR, MER ET JEU /17 H 00 À 19 H 00 ET SAM / 10 H 00 À 13 H 00
 CONTACTER L'ORGANISME	 CENTRE SAINTE-CUNÉGONDE
LES SCIENTIFIQUES	
 8-12 ANS FEM	 LUN AU JEU /15 H 30 À 16 H 30
	 CENTRE SAINTE-CUNÉGONDE
	 GRATUIT

AIDE AUX DEVOIRS (SUITE)	
SUIVIE D'ACTIVITÉS DIRIGÉES	
MILIEU ÉDUCATIF LA SOURCE	
8-12 ANS	LUN, MAR ET JEU / 15 H 30 À 17 H 30 ET MER /15 H 00 À 17 H 30
GRATUIT	CRCS SAINT-ZOTIQUE
SECONDAIRE, SUIVIE D'ACTIVITÉS ANIMÉES	
MILIEU ÉDUCATIF LA SOURCE	
12-17 ANS	15 H 30 À 17 H 30
GRATUIT	CRCS SAINT-ZOTIQUE
ARTS MARTIAUX ET SPORTS DE COMBAT	
BOXE COMPÉTITIVE	
ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL	
13-17 ANS	LUN, MER, VEN ET / OU SAM / 20 H 00 À 21 H 00
150 \$/1 À 2X SEM. ET 195 \$/3X SEM. + 80 \$ ADDITIONNELS POUR ADHÉSION ANNUELLE	COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
BOXE/ENTRAÎNEMENT LIBRE ET COMPÉTITION	
ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL	
13-17 ANS	VEN / 19 H 30 À 21 H 00
150 \$/1 À 2X SEM. ET 195 \$/3X SEM. + 15 \$ ADDITIONNELS POUR ADHÉSION ANNUELLE	COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
BOXE/MISE EN FORME	
ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL	
9-17 ANS	LUN / 20 H 00 À 21 H 00
150 \$/1 À 2X SEM. ET 195 \$/3X SEM. + 15 \$ ADDITIONNELS POUR ADHÉSION ANNUELLE	COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
CARDIO-FIT	
ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL	
14-17 ANS	VEN / 18 H 30 À 19 H 30
75 \$	COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
JUDO	
JUDO BUSHIDOKAN	
4 ANS	LUN / 18 H 15 À 19 H 15
15 \$/MOIS + FRAIS ANNUELS D'ADHÉSION ADDITIONNELS	ÉCOLE LORNE, 2390, RUE RYDE
JUDO BUSHIDOKAN	
5-7 ANS	MER OU VEN / 18 H 00 À 19 H 00
15 \$/MOIS + FRAIS ANNUELS D'ADHÉSION ADDITIONNELS	ÉCOLE LORNE, 2390, RUE RYDE
JUDO BUSHIDOKAN	
8-11 ANS	MER ET VEN / 19 H 00 À 20 H 00
25 \$/MOIS + FRAIS ANNUELS D'ADHÉSION ADDITIONNELS	ÉCOLE LORNE, 2390, RUE RYDE
JUDO MONDE	
10-15 ANS	MAR ET JEU / 18 H 15 À 19 H 30
CONTACTER L'ORGANISME	COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

ARTS MARTIAUX ET SPORTS DE COMBAT (SUITE)

JUDO

JUDO BUSHIDOKAN

 11-13 ANS	 MAR ET JEU /18 H 30 À 19 H 30
 25 \$/MOIS + FRAIS ANNUELS D'ADHÉSION ADDITIONNELS	 ÉCOLE LORNE, 2390, RUE RYDE

JUDO BUSHIDOKAN

 13-17 ANS	 MAR ET JEU /19 H 30 À 21 H 00
 25 \$/MOIS + FRAIS ANNUELS D'ADHÉSION ADDITIONNELS	 ÉCOLE LORNE, 2390, RUE RYDE

JUDO MONDE

 15-17 ANS	 MAR ET JEU / 19 H 30 À 21 H 00
 CONTACTER L'ORGANISME	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

JUDO /INITIATION

JUDO MONDE

 5-8 ANS	 SAM /9 H 00 À 10 H 00
 CONTACTER L'ORGANISME	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

JUDO MONDE

 5-10 ANS	 MER / 18 H 15 À 19 H 15
 CONTACTER L'ORGANISME	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

JUDO MONDE

 8 ANS ET PLUS	 SAM / 10 H 00 À 11 H 00
 CONTACTER L'ORGANISME	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

JUDO / KATA

JUDO MONDE

 11 ANS ET PLUS	 SAM / 10 H 00 À 11 H 00
 CONTACTER L'ORGANISME	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

KARATÉ

ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL

 4-40 ANS	 SAM /9 H 15 À 9 H 45
 120 \$/UN PARENT ET UN ENFANT	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

CRCS SAINT -ZOTIQUE

 13-17 ANS	 LUN ET MER /20 H 00 À 21 H 00
 80 \$	 CRCS SAINT -ZOTIQUE

KARATÉ /DÉBUTANT

CRCS SAINT -ZOTIQUE

 5-12 ANS	 LUN ET MER /18 H 00 À 19 H 00
 75 \$	 CRCS SAINT -ZOTIQUE

ARTS MARTIAUX ET SPORTS DE COMBAT (SUITE)

KARATÉ /DÉBUTANT

ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL

 6-17 ANS	 LUN ET /OU MER/18 H 00 À 19 H 00 ET /OU SAM/10 H 00 À 11 H 00
 120 \$/1 À 3X SEM.	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

KARATÉ /AVANCÉ

CRCS SAINT -ZOTIQUE

 5-12 ANS	 LUN ET MER/19 H 00 À 20 H 00
 80 \$	 CRCS SAINT -ZOTIQUE

ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL

 10-17 ANS	 LUN ET /OU MER/19 H 00 À 20 H 00 ET /OU SAM/11 H 00 À 12 H 00
 120 \$/1 À 3X SEM.	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

KARATÉ /COMBAT SPORTIF

ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL

 9-13 ANS	 MAR, JEU ET/ OU SAM/12 H 30 À 13 H 30
 120 \$/1 À 3X SEM.	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

KARATÉ /COMBAT SPORTIF /ÉLITES

ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL

 9-17 ANS	 MAR ET JEU /18 H 30 À 19 H 30
 120 \$/1 À 3X SEM.	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

KARATÉ /HANDI -KARATÉ

ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL

 16-17 ANS	 DIM /9 H 30 À 10 H 30
 150 \$	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

TAEKWONDO

CSPB

 6-9 ANS	 MER/16 H 30 À 18 H 00 ET VEN/16 H 00 À 17 H 30
 77 \$	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE -BOURGOGNE

CSPB

 10-12 ANS	 LUN /16 H 30 À 18 H 00 ET VEN/17 H 30 À 19 H 00
 77 \$	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE -BOURGOGNE

ARTS VISUELS

CRCS SAINT -ZOTIQUE

 6-12 ANS	 SAM /10 H 00 À 12 H 00
 75 \$	 CRCS SAINT -ZOTIQUE

ARTS PLASTIQUES

CRCS SAINT -ZOTIQUE

 6-12 ANS	 JEU /18 H 30 À 19 H 30
 60 \$	 CRCS SAINT -ZOTIQUE

ARTS VISUELS

BRICOLAGE

LOISIRS SAINT-CHARLES

 6-12 ANS	 CONTACTER L'ORGANISME
 GRATUIT	 CONTACTER L'ORGANISME

CLUB BRICO

CLMP

 5-7 ANS	 MAR/18 H 00 /19 H 00
 40 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

CLMP

 8-12 ANS	 MAR/17 H 00 /18 H 00
 40 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

ATHLÉTISME

LOISIRS SAINT-CHARLES

 6-14 ANS	 SAM/10 H 00 À 12 H 00
 GRATUIT	 CONTACTER L'ORGANISME

COURSE/SAUT EN HAUTEUR ET EN LONGUEUR/LANCER DU POIDS (COMPÉTITION)

LOISIRS SAINT-HENRI

 6-12 ANS	 MAR ET JEU / 16 H 45 À 17 H 45
 GRATUIT	 ÉCOLE LUDGER-DUVERNAY

BADMINTON

LOISIRS SAINT-CHARLES

 13-17 ANS	 CONTACTER L'ORGANISME
 GRATUIT	 CONTACTER L'ORGANISME

PRATIQUE LIBRE ET ENTRAÎNEMENT

CDSO

 6-17 ANS	 LUN ET MER / 17 H 00 À 19 H 00
 25 \$/PERS. ET 40 \$/FAMILLE	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

RÉCRÉATIF

CLMP

 6-12 ANS	 LUN / 18 H 15 À 19 H 15
 10 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE NDPS

BASKET-BALL

LOISIRS SAINT-CHARLES

 6-12 ANS	 CONTACTER L'ORGANISME
 GRATUIT	 CONTACTER L'ORGANISME

LOISIRS SAINT-CHARLES

 13-17 ANS	 CONTACTER L'ORGANISME
 GRATUIT	 CONTACTER L'ORGANISME

BASKET-BALL (SUITE)

ENTRAÎNEMENT MIXTE

DJ SPORTS CLUB

 7-13 ANS	 DIM / 10 H 00 À 14 H 00
 CONTACTER L'ORGANISME	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

ENTRAÎNEMENT FEM

DJ SPORTS CLUB

 11-13 ANS	 SAM / 9 H 00 À 10 H 30
 CONTACTER L'ORGANISME	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

DJ SPORTS CLUB

 14-15 ANS	 SAM / 11 H 30 À 13 H 00
 CONTACTER L'ORGANISME	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

ENTRAÎNEMENT MASC

DJ SPORTS CLUB

 JEUNES	 DIM / 13 H 30 À 15 H 00
 CONTACTER L'ORGANISME	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

DJ SPORTS CLUB

 10-11 ANS	 SAM / 8 H 30, À 10 H 00 OU DIM / 14 H 00 À 15 H 30 / 8 H 30 À 10 H 00
 CONTACTER L'ORGANISME	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

DJ SPORTS CLUB

 12-13 ANS	 SAM / 10 H 00 À 11 H 30 OU DIM / 14 H 00 À 15 H 30
 CONTACTER L'ORGANISME	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

DJ SPORTS CLUB

 14-17 ANS	 SAM / 11 H 30 / 13 H 00
 CONTACTER L'ORGANISME	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

LIGUE

DJ SPORTS CLUB

 7-17 ANS	 SAM / 14 H 45 À 18 H 45
 CONTACTER L'ORGANISME	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

PERFECTIONNEMENT ET DÉVELOPPEMENT

CRCS SAINT-ZOTIQUE

 13-17 ANS	 LUN / 20 H 00 À 22 H 00
 GRATUIT	 CRCS SAINT-ZOTIQUE

RÉCRÉATIF

CLMP

 8-12 ANS	 MAR / 18 H 15 À 19 H 15
 10 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE NDPS

CADETS	
ACTIVITÉS : MARCHÉ MILITAIRE, PILOTAGE, MUSIQUE, SPORTS, ART ORATOIRE, TIR DE PRÉCISION, ORIENTATION, SURVIE EN FORÊT, COURS DE CIVISME ET CITOYENNETÉ.	
LES CADETS DE L'AIR, ESCADRON 564 BLÉRIOT	
12-19 ANS	VEN / 18 H 00 À 21 H 30
GRATUIT	CRCS SAINT - ZOTIQUE
ACTIVITÉS : MARCHÉ MILITAIRE, MUSIQUE, COMMUNICATION, COURS DE CIVISME ET CITOYENNETÉ, VOILE, RAFTING, PLONGÉE, PETITE EMBARCATION, MATELOTAGE ET PREMIERS SOINS.	
LES CADETS DE LA MARINE CCMRC 06 VICTORY	
12-19 ANS	SAM / 9 H 00 À 16 H 00
GRATUIT	3525, RUE SAINT-JACQUES
CINÉMA	
LOISIRS SAINT - CHARLES	
6-12 ANS	CONTACTER L'ORGANISME
GRATUIT	CONTACTER L'ORGANISME
CIRQUE	
DÉBUTANT	
YMCA POINTE - SAINT - CHARLES	
5 - 7 ANS	SAM / 10 H 00 À 10 H 55
30 \$ (GRATUIT AVEC ABONNEMENT)	YMCA POINTE - SAINT - CHARLES
INITIATION	
CLMP	
6-12 ANS	MER / 17 H 15 À 18 H 15
10 \$ + C.M. 5 \$	CENTRE NDPS
INTERMÉDIAIRE	
YMCA POINTE - SAINT - CHARLES	
8-12 ANS	SAM / 11 H 00 À 11 H 55
30 \$ (GRATUIT AVEC ABONNEMENT)	YMCA POINTE - SAINT - CHARLES
SPECTACLE	
LOISIRS SAINT - HENRI	
6-12 ANS	MAR / 18 H 00 À 19 H 00
70 \$	CENTRE SAINT - HENRI
LOISIRS SAINT - HENRI	
6-14 ANS	MAR / 19 H 00 À 20 H 00
50 \$	CENTRE SAINT - HENRI
CLUB DE LOISIRS	
CAFÉ JEUNESSE	
CRCS SAINT - ZOTIQUE	
13-17 ANS	LUN AU VEN / 18 H 30 À 21 H 30
GRATUIT	CRCS SAINT - ZOTIQUE
CLUB 6 - 12	
CRCS SAINT - ZOTIQUE	
6-12 ANS	LUN AU VEN / 18 H 30 À 20 H 30
GRATUIT	CRCS SAINT - ZOTIQUE

CLUB DE LOISIRS (SUITE)	
JEUNESSE 2000	
CLMP	
13-17 ANS	MAR AU VEN / 18 H 00 À 21 H 30
GRATUIT	CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON
CONDITIONNEMENT PHYSIQUE	
DANSE AÉROBIQUE	
CORPORATION L'ESPOIR	
16 ANS ET PLUS	LUN / 19 H 00 À 21 H 00
175 \$ (C.M. 25 \$ POUR PERSONNES AYANT UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE)	CENTRE MARCEL - GIROUX
MUSCULATION	
CLUB D'HALTÉROPHILIE LES GÉANTS DE MONTRÉAL	
15-17 ANS	LUN AU VEN / 7 H 00 À 22 H 00 ET SAM ET DIM / 9 H 00 À 17 H 00
52 \$ / 1 MOIS, 99 \$ / 3 MOIS ET 199 \$ / 12 MOIS	COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
ZUMBA	
CLMP	
6-12 ANS	LUN / 17 H 00 À 18 H 00
60 \$ + C.M. 5 \$	CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON
CUISINE	
PETITS CUISTOT	
CLMP	
8-12 ANS	LUN / 18 H 00 À 19 H 15
40 \$ + C.M. 5 \$	CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON
COURS	
DJ SPORTS CLUB	
7-17 ANS	MER OU JEU / 17 H 00 À 19 H 00
CONTACTER L'ORGANISME	CENTRE SAINTE - CUNÉGONDE
DANSE	
CSPB	
6 ANS ET PLUS	SAM / 14 H 00 À 14 H 55
66 \$	CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE
CSPB	
4-6 ANS	SAM / 13 H 00 À 13 H 55
66 \$	CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE
LOISIRS SAINT - CHARLES	
6-12 ANS	CONTACTER L'ORGANISME
GRATUIT	CONTACTER L'ORGANISME

DANSE (SUITE)	
CHEERLEADING / HIP-HOP	
CLMP	
 6-12 ANS	 SAM / 11 H 00 À 12 H 00
 60 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON
DANSE CRÉATIVE	
CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER	
 4-5 ANS	 DIM / 12 H 00 À 12 H 45 OU 12 H 45 À 13 H 30
 95 \$	 CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER
JAZZ HIP-HOP	
CLMP	
 6-12 ANS	 MER / 17 H 00 À 18 H 00
 60 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON
EXPRESSION	
CLMP	
 3-5 ANS	 SAM / 10 H 00 À 10 H 45
 60 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON
CLMP	
 3-5 ANS	 JEU / 17 H 15 À 18 H 15
 60 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE NDPS
FUNKY/ HIP-HOP	
CRCS SAINT-ZOTIQUE	
 6-12 ANS	 MER / 18 H 00 À 19 H 00
 50 \$	 CRCS SAINT - ZOTIQUE
HIP-HOP (SPECTACLE)	
LOISIRS SAINT-HENRI	
 6-9 ANS	 VEN / 18 H 30 À 19 H 30
 50 \$	 POLYVALENTE SAINT-HENRI
LOISIRS SAINT-HENRI	
 10-14 ANS	 VEN / 19 H 30 À 20 H 30
 50 \$	 POLYVALENTE SAINT-HENRI
LOISIRS SAINT-HENRI	
 15-17 ANS	 VEN / 20 H 30 À 21 H 30
 50 \$	 POLYVALENTE SAINT-HENRI
MULTI-DANSES	
CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER	
 6-8 ANS	 DIM / 13 H 30 À 14 H 15
 95 \$	 CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER
ÉCHECS	
CLUB D'ÉCHECS /COURS	
LOISIRS SAINT-HENRI	
 4-8 ANS	 SAM / 10 H 00 À 11 H 00
 50 \$	 CENTRE SAINT-HENRI
 5-15 ANS	 LUN / 18 H 30 À 20 H 00
 50 \$	 CENTRE SAINT-HENRI

ESCALADE			
CLMP			
 8-12 ANS	 DIM / 10 H 30 À 11 H 20		
 20 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON		
ESCRIME			
INITIATION			
CLUB D'ESCRIME GADBOIS			
 8-12 ANS	 MER / 18 H 00 À 18 H 45		
 85 \$ + 35 \$ AFFILIATION ANNUELLE	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS		
AVANCÉ			
CLUB D'ESCRIME GADBOIS			
 8-15 ANS	 MER / 18 H 45 À 19 H 45		
 90 \$ + 35 \$ AFFILIATION ANNUELLE	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS		
ENTRAÎNEMENT ET COMPÉTITION (2 ^E COURS)			
CLUB D'ESCRIME GADBOIS			
 8-15 ANS	 VEN / 18 H 45 À 19 H 45		
 125 \$	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS		
FORMATION			
ASSISTANT-MONITEUR ET MONITEUR EN SÉCURITÉ AQUATIQUE			
CASO			
 15 ANS ET PLUS	 CONTACTER L'ORGANISME		
 CONTACTER L'ORGANISME	 PISCINE ÉMARD OU SAINT-HENRI		
MONITEUR AQUAFORME			
CASO			
 CONTACTER L'ORGANISME	 SAM ET DIM / 9 H 00 (5 ET 6 DÉC. 2015)		
 150 \$	 PISCINE SAINT-CHARLES		
MÉDAILLE DE BRONZE, CROIX DE BRONZE SAUVETEUR NATIONAL SN ET REQUALIFICATION SN			
CASO			
 CONTACTER L'ORGANISME	 DIM		
 CONTACTER L'ORGANISME	 PISCINE SAINT-HENRI		
PREMIERS SOINS-RCR DE LA FONDATION DES MALADIE DU CŒUR			
CASO			
 15 ANS ET PLUS	 CERTAINS DIM / 8 H30 À 18 H 30		
 85 \$	 CONTACTER L'ORGANISME		
REQUALIFICATION MONITEUR EN SÉCURITÉ AQUATIQUE			
CASO			
 15 ANS ET PLUS	 DIM / 13 H 00 À 17 H 30 (22 NOV. 2015 ET 20 MARS 2016)		
 95 \$	 PISCINE SAINT-CHARLES		

FOOTBALL	
FLAG FOOTBALL	
LOISIRS SAINT-CHARLES	
 6 - 12 ANS	 CONTACTER L'ORGANISME
 GRATUIT	 CONTACTER L'ORGANISME

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE	
SOLEIL	
CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS	
 3-5 ANS	 LUN AU DIM /55 MIN.
 CONTACTER L'ORGANISME	 CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS
SOLEIL INTERMÉDIAIRE	
CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS	
 3-5 ANS	 MAR ET JEU /55 MIN.
 AUDITION	 CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS
SOLEIL AVANCÉ	
CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS	
 3-5 ANS	 MAR ET JEU OU MER ET SAM /55 MIN.
 AUDITION	 CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS
6-8 DÉBUTANT	
CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS	
 6-8 ANS	 MAR, JEU, VEN, SAM OU DIM /1 H 25
 AUDITION	 CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS
6-8 ANS INTERMÉDIAIRE	
CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS	
 6-8 ANS	 MAR ET VEN OU LUN ET SAM /1H25
 AUDITION	 CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS
6-8 ANS AVANCÉ	
CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS	
 6-8 ANS	 MAR ET VEN /1 H 25
 AUDITION	 CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS
9 + DÉBUTANT	
CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS	
 9 ANS ET PLUS	 LUN, MER, SAM OU DIM /1 H 25 OU 2H
 AUDITION	 CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS
9 + INTERMÉDIAIRE	
CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS	
 9 ANS ET PLUS	 MAR ET VEN /1 H 25
 AUDITION	 CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS
9 + AVANCÉ	
CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS	
 9 ANS ET PLUS	 MAR ET VEN /1 H 55
 AUDITION	 CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE (SUITE)	
CIRCUIT RÉGIONAL (CR)	
CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS	
 8 ANS ET PLUS	 2 À 3X SEM / 3H À 10 H
 AUDITION	 CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS
GYMNASTIQUE AU SOL	
CRCS SAINT - ZOTIQUE	
 6-12 ANS	 LUN /18 H 00 À 18 H 45
 50 \$	 CRCS SAINT - ZOTIQUE
TRAMPOLINE	
CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS	
 8 ANS ET PLUS	 DIM /13 H 00 À 14 H 25
 CONTACTER L'ORGANISME	 CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS
TUMBLING	
CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS	
 8 ANS ET PLUS	 DIM /10 H 30 À 11 H 55
 CONTACTER L'ORGANISME	 CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS

HALTÉROPHILIE	
INITIATION	
CLUB D'HALTÉROPHILIE LES GÉANTS DE MONTRÉAL	
 8-17 ANS	 LUN AU VEN /15 H 00 À 20 H 00 ET SAM /10 H 00 À 14 H 00
 GRATUIT	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

HOCKEY	
INITIATION	
HOCKEY SUD - OUEST	
 4 ANS	 SEPTEMBRE À MARS
 CONTACTER L'ORGANISME	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
PRÉ-NOVICE	
HOCKEY SUD - OUEST	
 5-6 ANS	 SEPTEMBRE À MARS
 CONTACTER L'ORGANISME	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
NOVICE	
HOCKEY SUD - OUEST	
 7-8 ANS	 SEPTEMBRE À MARS
 CONTACTER L'ORGANISME	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
ATOME	
HOCKEY SUD - OUEST	
 9-10 ANS	 SEPTEMBRE À MARS
 CONTACTER L'ORGANISME	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

HOCKEY (SUITE)

PEE - WEE

HOCKEY SUD - OUEST

 11-12 ANS	 SEPTEMBRE À MARS
 CONTACTER L'ORGANISME	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

BANTAM

HOCKEY SUD - OUEST

 13-14 ANS	 SEPTEMBRE À MARS
 CONTACTER L'ORGANISME	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

MIDGET

HOCKEY SUD - OUEST

 15-17 ANS	 SEPTEMBRE À MARS
 CONTACTER L'ORGANISME	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

HOCKEY COSOM

LOISIRS SAINT - HENRI

 6-8 ANS	 VEN /16 H 00 À 17 H 00
 C.M. 5 \$	 CENTRE SAINT - HENRI

LOISIRS SAINT - CHARLES

 6-14 ANS	 CONTACTER L'ORGANISME
 GRATUIT	 CONTACTER L'ORGANISME

LOISIRS SAINT - HENRI

 9-12 ANS	 VEN / 16 H 00 À 17 H 00
 C.M. 5 \$	 CENTRE SAINT - HENRI

LOISIRS SAINT - HENRI

 13-17 ANS	 VEN /18 H 30 À 20 H 00
 C.M. 5 \$	 CENTRE SAINT - HENRI

CRCS SAINT - ZOTIQUE

 13-17 ANS	 LUN /18 H 30 À 20 H 00
 GRATUIT	 CRCS SAINT - ZOTIQUE

LOISIRS SAINT - CHARLES

 14-17 ANS	 CONTACTER L'ORGANISME
 GRATUIT	 CONTACTER L'ORGANISME

RÉCRÉATIF

CLMP

 5-7 ANS	 MER/18 H 15 À 19 H 15
 10 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE NDPS

CLMP

 8-12 ANS	 MER/17 H 15 À 18 H 15
 10 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE NDPS

INFORMATIQUE

COURS D'INITIATION

CLMP

 JEUNES	 LUN AU JEU
 C.M. 5 \$ /SUR RÉSERVATION	 CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON

COURS D'ORDINATEUR

DJ SPORTS CLUB

 7-17 ANS	 JEU /17 H 00 À 19 H 00
 CONTACTER L'ORGANISME	 CENTRE SAINTE - CUNÉGONDE

MUSIQUE

CHANT

CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

 6 ANS ET PLUS	 MAR /60 MIN.
 345 \$	 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

COURS DE MUSIQUE INDIVIDUELS ADAPTÉS

CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

 JEUNES	 MAR /45 MIN.
 CONTACTER L'ORGANISME	 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

ÉVEIL MUSICAL

CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

 2 ANS	 DIM /10 H 00 À 10 H 45
 95 \$	 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

 3 ANS	 DIM /11 H 00 À 11 H 45
 95 \$	 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

 4 ANS	 DIM /12 H 00 À 12 H 45
 95 \$	 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

FLûTE TRAVERSIÈRE

CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

 6 ANS ET PLUS	 MAR /60 MIN.
 345 \$	 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

GUIWARE OU BASSE

CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

 6 ANS ET PLUS	 JEU /60 MIN.
 345 \$	 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

PIANO

CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

 6 ANS ET PLUS	 LUN OU MER /60 MIN.
 345 \$	 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

MUSIQUE (SUITE)	
VIOLON	
CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER	
6 ANS ET PLUS	LUN / 60 MIN.
420 \$	CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER
NAGE SYNCHRONISÉE	
CLUB	
CASO	
4 - 9 ANS	JEU/18 H 00 À 19 H 00
90 \$ /SESSION	PISCINE SAINT - HENRI
NATATION	
LOUTRE DE MER	
CASO	
3 - 5 ANS	SAM OU DIM / 30 MIN. (3 PREMIERS COURS AVEC PARENT)
70 \$ /SESSION	PISCINES ÉMARD / GADBOIS / SAINT - CHARLES / SAINT - HENRI
SALAMANDRE	
CASO	
3 - 5 ANS	SAM OU DIM / 30 MIN.
70 \$ /SESSION	PISCINES ÉMARD / GADBOIS / SAINT - CHARLES / SAINT - HENRI
CSPB	
3 - 5 ANS	SAM OU DIM / 40 MIN.
71 \$	PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE
POISSON - LUNE	
CASO	
3 - 5 ANS	SAM OU DIM / 30 MIN.
70 \$ /SESSION	PISCINES ÉMARD / GADBOIS / SAINT - CHARLES / SAINT - HENRI
POISSON - LUNE (SALAMANDRE RÉUSSI)	
CSPB	
3-6 ANS	SAM OU DIM / 40 MIN.
71 \$	PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE
CROCODILE (POISSON - LUNE RÉUSSI)	
CSPB	
3 - 5 ANS	SAM OU DIM / 40 MIN.
71 \$	PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE
BALEINE (CROCODILE RÉUSSI)	
CSPB	
3-6 ANS	SAM OU DIM / 40 MIN.
71 \$	PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE
CROCODILE /BALEINE	
CASO	
3 - 5 ANS	SAM OU DIM / 30 MIN.
70 \$ /SESSION	PISCINES ÉMARD / GADBOIS / SAINT - CHARLES / SAINT - HENRI

NATATION (SUITE)	
JUNIOR 1	
CASO	
6 - 12 ANS	SAM OU DIM / 30 MIN.
70 \$ /SESSION	PISCINES ÉMARD / GADBOIS / SAINT - CHARLES / SAINT - HENRI
JUNIOR 1 (BALEINE OU JUNIOR 1 COMPLÉTÉ OU NAGER 5 M SANS AIDE)	
CSPB	
6 - 12 ANS	SAM OU DIM / 40 MIN.
71 \$	PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE
JUNIOR 2	
CASO	
6 - 12 ANS	SAM OU DIM / 30 MIN.
70 \$ /SESSION	PISCINES ÉMARD / GADBOIS / SAINT - CHARLES / SAINT - HENRI
JUNIOR 2 (BALEINE OU JUNIOR 1 COMPLÉTÉ OU NAGER 5 M SANS AIDE)	
CSPB	
6 - 12 ANS	SAM OU DIM / 40 MIN.
71 \$	PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE
JUNIOR 3	
CASO	
6 - 12 ANS	SAM OU DIM / 45 MIN.
75 \$ /SESSION	PISCINES ÉMARD / GADBOIS / SAINT - CHARLES
JUNIOR 3 (JUNIOR 2 COMPLÉTÉ OU NAGER 10 M SANS AIDE)	
CSPB	
6 - 12 ANS	SAM OU DIM / 40 MIN.
71 \$	PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE
JUNIOR 4	
CASO	
6 - 12 ANS	SAM OU DIM / 45 MIN.
75 \$ /SESSION	PISCINES ÉMARD / GADBOIS / SAINT - CHARLES
JUNIOR 4 (JUNIOR 3 COMPLÉTÉ OU NAGER 10 M SANS AIDE)	
CSPB	
6 - 12 ANS	SAM OU DIM / 40 MIN.
71 \$	PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE
JUNIOR 5 - 6	
CASO	
6 - 12 ANS	SAM OU DIM / 45 MIN.
75 \$ /SESSION	PISCINES ÉMARD / GADBOIS / SAINT - CHARLES
JUNIOR 5 - 6	
CSPB	
6 - 12 ANS	SAM OU DIM / 55 MIN.
77 \$	PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE

NATATION (SUITE)	
JUNIOR 7 ET 8	
CASO	
 6-12 ANS	 MAR OU DIM /60 MIN.
 80 \$/SESSION	 PISCINES ÉMARD / GADBOIS / SAINT-CHARLES
CSPB	
 6-12 ANS	 SAM OU DIM /55 MIN /13 H 00 À 13 H 55
 77 \$	 PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE
JUNIOR 9 ET 10	
CASO	
 6-12 ANS	 SAM OU DIM /60 MIN.
 80 \$/SESSION	 PISCINE GADBOIS
CSPB	
 6-12 ANS	 SAM /55 MIN /11 H 00 À 11 H 55
 77 \$	 PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE
INITIATION À LA NATATION / CLUB	
CASO	
 6-12 ANS	 LUN ET MER OU MAR ET JEU /2X 55 MIN.
 120 \$/SESSION ET 288 \$/ANNÉE	 PISCINES ÉMARD (LUN, MAR, MER) ET GADBOIS (JEU)
CASO	
 6-12 ANS	 LUN, MER ET VEN OU MAR, JEU ET VEN /2X 55 MIN. 1X 90 MIN
 144 \$/SESSION ET 336 \$/ANNÉE	 PISCINES ÉMARD (LUN, MAR, MER) ET GADBOIS (JEU, VEN)
ESPOIR / CLUB	
CASO	
 9-12 ANS	 LUN, MAR (SUR INVITATION), MER ET VEN /5 H 25 /SEM.
 530 \$/ANNÉE	 PISCINES ÉMARD ET GADBOIS (MAR)
JUNIOR / CLUB	
CASO	
 15 ANS ET PLUS	 MAR, JEU (AM /PM), LUN, MER, VEN (PM), SAM (AM) /15 H SEM.
 À L'ANNÉE	 PISCINES GADBOIS ET SAINT-HENRI (AM)
AD'EAU / CLUB RÉCRÉATIF	
CASO	
 13-16 ANS	 LUN, MER, VEN ET SAM /1 H 25 À 2 H 30 1 OU 2X /SEM
 À L'ANNÉE	 PISCINE ÉMARD
AD'EAU / CLUB COMPÉTITIF	
CASO	
 13-16 ANS	 LUN, MER ET VEN /4 H 25 3X /SEM
 À L'ANNÉE	 PISCINE ÉMARD
PARA-NATATION / CLUB 	
CASO	
 16 ANS ET PLUS	 LUN, MER ET JEU /4 H 5 /SEM
 À L'ANNÉE POUR LES JEUNES PRÉSENTANT UN HANDICAP	 PISCINE GADBOIS

NATATION (SUITE)	
PRÉPARATION / CLUB	
CASO	
 11-14 ANS	 LUN, MAR, MER, JEU, VEN ET SAM /8 À 12 H /SEM.
 À L'ANNÉE	 PISCINES GADBOIS ET SAINT-HENRI (SAM)
SÉNIOR / CLUB	
CASO	
 13 ANS ET PLUS (SPORT-ÉTUDES)	 MAR, JEU (AM /PM), LUN, MER, VEN (PM), SAM (AM) /19 H /SEM.
 À L'ANNÉE	 PISCINES GADBOIS ET SAINT-HENRI (AM)
PATINAGE ARTISTIQUE	
MULTINIVEAUX	
CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE GADBOIS	
 JEUNES	 HEURES DE PRATIQUE SELON LE NIVEAU DES PATINEURS
 CONTACTER L'ORGANISME	 ARÉNA GADBOIS
INITIATION	
CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE GADBOIS	
 JEUNES	 VEN/18 H 30 À 21 H 00, SELON LE NIVEAU DES PATINEURS
 CONTACTER L'ORGANISME	 ARÉNA GADBOIS
PATINAGE DE VITESSE	
INITIATION	
CLUB DE PATINAGE DE VITESSE MONTRÉAL-GADBOIS	
 4 ANS ET PLUS	 CONTACTER L'ORGANISME
 CONTACTER L'ORGANISME	 ARÉNA GADBOIS
PLONGÉE SOUS-MARINE	
LES AQUANAUTES	
 12-17 ANS	 LUN /19 H 00 À 22 H 45 (THÉORIE DE 19 H À 21 H, PRATIQUE DE 21 H À 22 H 45)
 180 \$	 PISCINE GADBOIS
PLONGEON	
COMPÉTITION 1	
CASO	
 JEUNES	 LUN, JEU, VEN ET SAM /4 H À 8 H /SEM.
 À L'ANNÉE	 PISCINE SAINT-HENRI
COMPÉTITION 2	
CASO	
 JEUNES	 LUN, MAR, MER, VEN ET SAM /6 H À 10 H /SEM.
 À L'ANNÉE	 PISCINES SAINT-HENRI ET DU PARC OLYMPIQUE (MER)
COMPÉTITION 3	
CASO	
 JEUNES	 LUN, MAR, MER, JEU, VEN ET SAM /8 H À 12 H /SEM.
 À L'ANNÉE	 PISCINES SAINT-HENRI ET DU PARC OLYMPIQUE (MER)

PLONGEON (SUITE)	
LES PIROUETTES	
CASO	
4-6 ANS	VEN / 45 MIN. / SEM.
75 \$/SESSION	PISCINE SAINT-HENRI
PLONGEON RÉCRÉATIF NIVEAU (1 À 3)	
CASO	
6-16 ANS	LUN, JEU, VEN ET SAM/60 MIN. /SEM.
90 \$/SESSION	PISCINE SAINT-HENRI
PLONGEON RÉCRÉATIF + (3 À 6)	
CASO	
6-16 ANS	LUN, VEN ET SAM / 75 MIN./SEM
110 \$/SESSION	PISCINE SAINT-HENRI

SAUVETAGE	
SAUVETAGE SPORTIF JEUNES SAUVETEURS COMPÉTITIF	
CASO	
8-15 ANS	MAR ET SAM / 4 H
120 \$/SESSION ET 200 \$/ANNÉE (SEPT. À MI-AVRIL)	PISCINE SAINT-HENRI
SAUVETAGE SPORTIF SÉNIOR COMPÉTITIF	
CASO	
16 ANS ET PLUS	MAR ET SAM / 4 H
200 \$/ANNÉE (SEPT. À MI-AVRIL)	PISCINE SAINT-HENRI

SCIENCE	
ATELIERS DE JOURNALISME SCIENTIFIQUE FEM	
LES SCIENTIFINES	
10-17 ANS	VEN/ 16 H 00 À 18 H 00
GRATUIT	CENTRE SAINTE-CUNÉGONDE
ATELIERS SCIENTIFIQUES	
CLMP	
5-7 ANS	JEU / 18 H 00 / 19 H 00
40 \$ + C.M. 5 \$	CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON
ATELIERS SCIENTIFIQUES MIXTE	
LES SCIENTIFINES	
7 ANS ET PLUS	CERTAINS SAM ET DIM / 14 H 00 À 15 H 00
GRATUIT	BIBLIOTHÈQUES GEORGES-VANIER, SAINT-HENRI ET MARIE-UGUAY (SAM) ET BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES (DIM)

SCIENCE (SUITE)	
EXPO -SCIENCES JUNIOR FEM	
LES SCIENTIFINES	
8-12 ANS	JEU /16 H 30 À 17 H 30
GRATUIT	CENTRE SAINTE-CUNÉGONDE
EXPO -SCIENCES ADO FEM	
LES SCIENTIFINES	
12-17 ANS	LUN /16 H 00 À 18 H 00
GRATUIT	CENTRE SAINTE-CUNÉGONDE
LOISIRS SCIENTIFIQUES FEM	
LES SCIENTIFINES	
8-12 ANS	LUN AU MER /16 H 30 À 17 H 30
GRATUIT	CENTRE SAINTE-CUNÉGONDE

SCOUTISME	
CASTORS	
SCOUTS SAINT-JEAN-DE-MATHA	
6-8 ANS	VEN /18 H 30 À 21 H 00
CONTACTER L'ORGANISME	ÉGLISE SAINT-JEAN-DE-MATHA
SCOUTS SAINT-ZOTIQUE	
7-8 ANS	MAR /19 H 00À 20 H 30
100 \$/ANNÉE SANS LES CAMPS	ÉGLISE SAINT-ZOTIQUE
LOUVETEAUX /LOUVETTES	
SCOUTS SAINT-JEAN-DE-MATHA	
9-11 ANS	VEN /18 H 30À 21 H 00
CONTACTER L'ORGANISME	ÉGLISE SAINT-JEAN-DE-MATHA
SCOUTS SAINT-ZOTIQUE	
9-11 ANS	MAR /18 H 45 À 20 H 45
100 \$/ANNÉE SANS LES CAMPS	ÉGLISE SAINT-ZOTIQUE
ÉCLAIREURS	
SCOUTS SAINT-ZOTIQUE	
12-14 ANS	MER /19 H 00 À 21 H 00
100 \$/ANNÉE SANS LES CAMPS	ÉGLISE SAINT-ZOTIQUE
AVENTURIERS	
SCOUTS SAINT-JEAN-DE-MATHA	
12-17 ANS	VEN /18 H 30 À 21 H 00
CONTACTER L'ORGANISME	ÉGLISE SAINT-JEAN-DE-MATHA
PIONNIERS	
SCOUTS SAINT-ZOTIQUE	
15-17 ANS	MER /19 H 00 À 21 H 00
100 \$/ANNÉE SANS LES CAMPS	ÉGLISE SAINT-ZOTIQUE



SOCCER

LOISIRS SAINT-CHARLES

 6-12 ANS	 CONTACTER L'ORGANISME
 GRATUIT	 CONTACTER L'ORGANISME

SOCCER BULLE

LOISIRS SAINT-HENRI

 6-12 ANS	 JEU/17 H 00 À 18 H 00
 85 \$	 CENTRE SAINT-HENRI

DÉBUTANT

YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

 5-12 ANS	 SAM/12 H 00 À 12 H 55 OU JEU/18 H 00 À 18 H 55
 30 \$ (GRATUIT AVEC ABONNEMENT FAMILIAL)	 YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

INTERMÉDIAIRE

YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

 5-12 ANS	 SAM/13 H 00 À 14 H 15 OU JEU/19 H 00 À 19 H 55
 30 \$ (GRATUIT AVEC ABONNEMENT FAMILIAL)	 YMCA POINTE-SAINT-CHARLES

RÉCRÉATIF

CLMP

 5-7 ANS	 LUN/18 H 15 À 19 H 15
 10 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE NDPS

CLMP

 5-7 ANS	 LUN OU MER/17 H 00 À 18 H 00
 10 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

CLMP

 8-12 ANS	 LUN OU MER/16 H 00 À 17 H 00
 10 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

ASSOM

 5-7 ANS	 SAM/12 H 00 À 13 H 30
 140 \$ /AUT.-HIV.	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

ASSOM

 5-18 ANS	 DIM/12 H 00 À 13 H 30
 140 \$ /AUT.-HIV.	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

CLMP

 8-12 ANS	 LUN/17 H 15 À 18 H 15
 10 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE NDPS

U10 COMPÉTITIF MASC

ASSOM

 8-10 ANS	 VEN/17 H 00 À 18 H 30
 140 \$ /AUT.-HIV.	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

SOCCER (SUITE)

U12 COMPÉTITIF MASC

ASSOM

 10-12 ANS	 SAM/13 H 30 À 15 H 00
 140 \$ /AUT.-HIV.	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

U14 COMPÉTITIF MASC

ASSOM

 13-15 ANS	 SAM/10 H 30 À 12 H 00
 140 \$ /AUT.-HIV.	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

U16 A-AA COMPÉTITIF MASC

ASSOM

 15-16 ANS	 SAM/15 H 00 À 17 H 00
 140 \$ /AUT.-HIV.	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

U17 RÉCRÉATIF FEM

ASSOM

 17-18 ANS	 SAM/12 H 00 À 13 H 30
 140 \$ /AUT.-HIV.	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

U18 COMPÉTITIF MASC

ASSOM

 16-17 ANS	 VEN/18 H 30 À 20 H 00
 140 \$ /AUT.-HIV.	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

SPORTS COLLECTIFS

INITIATION

LOISIRS SAINT-CHARLES

 6-12 ANS	 CONTACTER L'ORGANISME
 GRATUIT	 CONTACTER L'ORGANISME

SPORTS EN GYMNASSE

ACTIVITÉS SPORTIVES ENCADRÉES

LOISIRS SAINT-HENRI

 6-7 ANS (1 ^{RE} ET 2 ^E ANNÉE DU PRIMAIRE)	 LUN/16 H 15 À 17 H 15
 GRATUIT	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

LOISIRS SAINT-HENRI

 8-10 ANS (3 ^E ET 4 ^E ANNÉE DU PRIMAIRE)	 MAR/16 H 15 À 17 H 15
 GRATUIT (INSCRIPTION AVEC SIGNATURE DU PARENT OBLIGATOIRE)	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

LOISIRS SAINT-HENRI

 11-12 ANS (5 ^E ET 6 ^E ANNÉE DU PRIMAIRE)	 MAR/17 H 15 À 18 H 15
 GRATUIT (INSCRIPTION AVEC SIGNATURE DU PARENT OBLIGATOIRE)	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

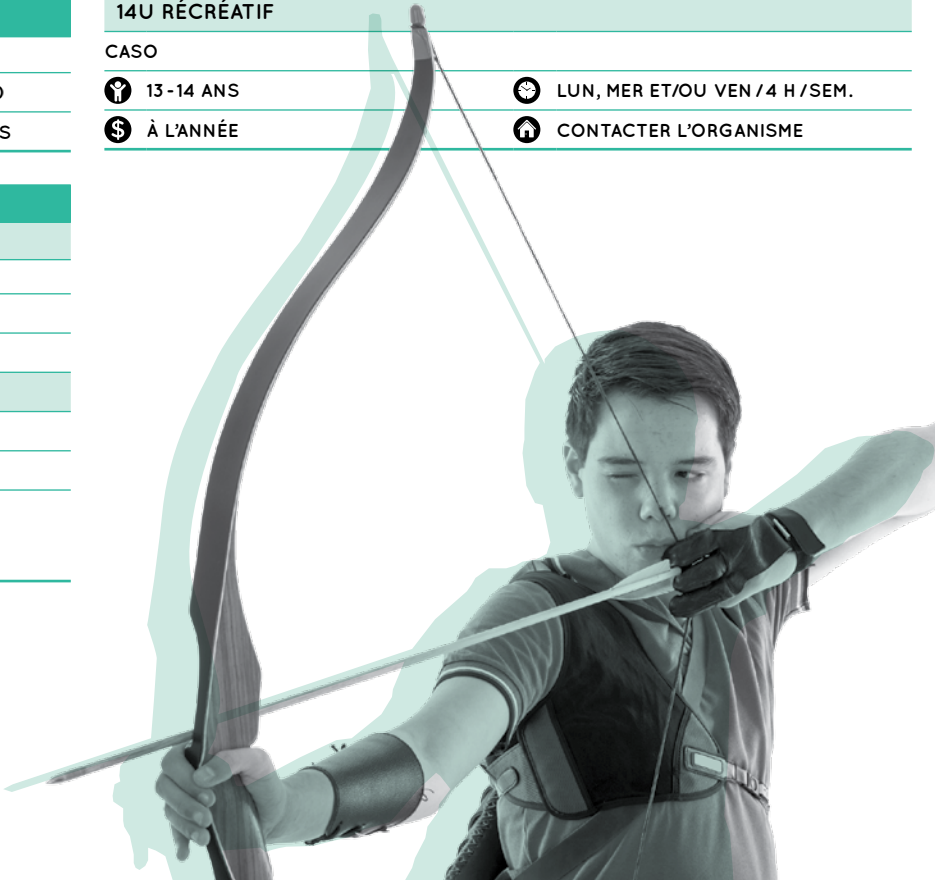
SPORTS LIBRES ET ACTIVITÉS DIRIGÉES

CRCS SAINT-ZOTIQUE

 6-12 ANS	 LUN AU VEN/15 H 30 À 17 H 15
 GRATUIT	 CRCS SAINT-ZOTIQUE

TENNIS DE TABLE	
CLMP	
6-12 ANS	JEU / 17 H 15 À 18 H 15
10 \$ + C.M. 5 \$	CENTRE NDPS
COURS	
CDSO	
6-17 ANS	LUN /18 H 00 À 20 H 00, SAM OU DIM /14 H 00 À 17 H 00
50 \$ /RÉSIDENTS ET 120 \$ /NON-RÉSIDENTS	COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
THÉÂTRE	
IMPRO - THÉÂTRE	
CLMP	
8-12 ANS	JEU /17 H 00 À 18 H 00
10 \$ + C.M. 5 \$	CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON
IMPROVISATION	
CRCS SAINT-ZOTIQUE	
13-17 ANS	JEU /18 H 00 À 19 H 00
15 \$	CRCS SAINT-ZOTIQUE
IMPROVISATION	
LOISIRS SAINT-CHARLES	
6-12 ANS	CONTACTER L'ORGANISME
GRATUIT	CONTACTER L'ORGANISME
TIR À L'ARC	
LES ARCHERS DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL	
8-16 ANS	MAR ET JEU /19 H 00 À 20 H 00
CONTACTER L'ORGANISME	COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
TOUT-PETITS	
CLUB MULTI-SPORTS	
CLMP	
3-5 ANS	LUN /17 H 15 À 18 H 15
10 \$ + C.M. 5 \$	CENTRE NDPS
PETITE-ÉCOLE	
CLMP	
3-5 ANS	LUN AU VEN /9 H 00 À 13 H 00
MAR ET JEU /185 \$ AUT. ET 265 \$ HIV., LUN, MER ET VEN /220 \$ AUT. ET 315 \$ HIV., LUN AU VEN /330 \$ AUT. ET 475 \$ HIV. + C.M. 5 \$	CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON

ULTIMATE FRISBEE	
RÉCRÉATIF	
CLMP	
8-12 ANS	MAR /18 H 00 À 19 H 15
10 \$ + C.M. 5 \$	PARC IGNACE-BOURGET
WATER-POLO	
INITIATION	
CASO	
6-10 ANS	MER OU DIM /1 H 30 1 X /SEM
SESSION	CONTACTER L'ORGANISME
10 U	
CASO	
10 ANS ET MOINS	LUN ET/OU MER /1 H 30 2 X /SEM
À L'ANNÉE	CONTACTER L'ORGANISME
12U	
CASO	
11-12 ANS	LUN, MER ET/OU VEN /5 H 30 /SEM.
À L'ANNÉE	CONTACTER L'ORGANISME
14U COMPÉTITIF	
CASO	
13-14 ANS	LUN, MER ET/OU VEN /8 H 30 /SEM.
À L'ANNÉE	CONTACTER L'ORGANISME
14U RÉCRÉATIF	
CASO	
13-14 ANS	LUN, MER ET/OU VEN /4 H /SEM.
À L'ANNÉE	CONTACTER L'ORGANISME



ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES ET RÉCRÉATIVES

GROUPE D'AMIS ♿ (16 À 30 ANS)

CORPORATION L'ESPOIR ⌚ JEU/18 H 00 À 20 H 30

\$ 85 \$ (C.M. 25 \$ POUR PERSONNES AYANT UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE) 🏠 ENDROITS VARIÉS

PROGRAMME SOCIOCULTUREL ♿

CORPORATION L'ESPOIR ⌚ SAM/13 H 00 À 16 H 00

\$ ENTRE 80 \$ ET 128 \$ (C.M. 25 \$ POUR PERSONNES AYANT UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE) 🏠 LE TREMLIN

QUILLES ♿

CORPORATION L'ESPOIR ⌚ SAM/9 H 30 À 12 H 00

\$ 160 \$ (C.M. 25 \$ POUR PERSONNES AYANT UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE) 🏠 QUILLES-G-PLUS 1277, RUE SHEVCHENKO (LASALLE)

SOIRÉE DISCO (12 ANS ET PLUS)

CORPORATION L'ESPOIR ⌚ VEN/18 H 45 À 21 H 30

\$ 60 \$/MEMBRES, 75 \$/NON-MEMBRES OU 5 \$/PRÉSENCE NON-MEMBRES (C.M. 25 \$ POUR PERSONNES AYANT UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE)

🏠 CENTRE MARCEL-GIROUX

ARTS MARTIAUX ET SPORTS DE COMBAT

AÏKIDO (16 ANS ET PLUS)

CSPB ⌚ LUN ET MER/ 20 H 30 À 21 H 30

\$ 117 \$ 🏠 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

BOXE COMPÉTITIVE

ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL ⌚ LUN/ 20 H 00 À 21 H 00

\$ 150 \$/1 À 2X SEM. ET 195 \$/3X SEM. + 80 \$ ADDITIONNELS POUR ADHÉSION ANNUELLE 🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

BOXE/ENTRAÎNEMENT LIBRE ET COMPÉTITION

ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL ⌚ VEN/19 H 30 À 21 H 00

\$ 150 \$/1 À 2X SEM. ET 195 \$/3X SEM. + 15 \$ ADDITIONNELS POUR ADHÉSION ANNUELLE 🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

BOXE /MISE EN FORME

ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL ⌚ LUN ET /OU MER/20 H 00 À 21 H 00

\$ 150 \$/1 À 2X SEM. ET 195 \$/3X SEM. + 15 \$ ADDITIONNELS POUR ADHÉSION ANNUELLE 🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

JUDO

JUDO BUSHIDOKAN ⌚ MAR ET JEU/19 H 30 À 21 H 00

\$ 25 \$/MOIS + FRAIS D'ADHÉSION 🏠 ÉCOLE LORNE, 2390, RUE RYDE

JUDO MONDE ⌚ MAR ET JEU/19 H 30 À 21 H 00

\$ CONTACTER L'ORGANISME 🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

JUDO /INITIATION

JUDO MONDE ⌚ SAM/10 H 00 À 11 H 00

\$ CONTACTER L'ORGANISME 🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

JUDO /KATA

JUDO MONDE ⌚ SAM /11 H 00 À 12 H 00

\$ CONTACTER L'ORGANISME 🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

ARTS MARTIAUX ET SPORTS DE COMBAT (SUITE)

KARATÉ

ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL ⌚ LUN ET /OU MER 19 H 00 À 20 H 00 ET OU SAM /11 H 00 À 12 H 00

\$ 120 \$/1 À 3X SEM. 🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

CRCS SAINT-ZOTIQUE ⌚ LUN ET MER/20 H 00 À 21 H 00

\$ 115 \$ 🏠 CRCS SAINT-ZOTIQUE

KARATÉ (16 ANS ET PLUS)

CSPB ⌚ MAR ET JEU /20 H 00 À 21 H 30

\$ 117 \$ 🏠 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

KARATÉ /COMBAT SPORTIF

ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL ⌚ SAM /12 H 30 À 13 H 30

\$ 120 \$/1 À 2X SEM. 🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

KARATÉ /COMBAT SPORTIF /ÉLITES

ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL ⌚ MAR ET JEU /19 H 30 À 21 H 00

\$ 120 \$/1 À 2X SEM. 🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

KARATÉ /HANDI-KARATÉ ♿

ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL ⌚ DIM /9 H 30 À 10 H 30

\$ 150 \$ 🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

TAEKWONDO (16 ANS ET PLUS)

CSPB ⌚ LUN, MER ET VEN /19 H 00 À 20 H 30

\$ 133 \$ 🏠 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE



ARTS VISUELS	
CRCS SAINT - ZOTIQUE	🕒 MAR/19 H 00 À 21 H 00
💰 130 \$	🏠 CRCS SAINT - ZOTIQUE
ATELIERS LIBRES / MODÈLE VIVANT	
CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER	🕒 MAR/13 H 00 À 16 H 00
💰 12 \$/COURS	🏠 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER
ATELIERS LIBRES / MODÈLE VIVANT / POSE LONGUE	
CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER	🕒 MER/12 H 00 À 16 H 00
💰 15 \$/COURS	🏠 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER
ATELIERS LIBRES / PORTRAIT	
CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER	🕒 LUN/18 H 00 À 21 H 00
💰 5 \$/COURS	🏠 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER
DESSIN ACADÉMIQUE OU PEINTURE À L'HUILE OU PASTEL SEC	
CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER	🕒 MAR/18 H 30 À 21 H 00
💰 180 \$	🏠 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER
GRAVURE II	
CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER	🕒 MAR/18 H 00 À 21 H 00
💰 180 \$	🏠 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER
INTRODUCTION AUX ARTS TEXTILES (BRODERIE ET CROCHET)	
CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER	🕒 JEU/18 H 30 À 21 H 00
💰 20 \$	🏠 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER
ATELIERS LIBRES / MODÈLE VIVANT / POSE LONGUE	
CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER	🕒 MER/12 H 00 À 16 H 00
💰 15 \$/COURS	🏠 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER
ATELIERS LIBRES / PORTRAIT	
CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER	🕒 LUN/18 H 00 À 21 H 00
💰 5 \$/COURS	🏠 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER
DESSIN ACADÉMIQUE OU PEINTURE À L'HUILE OU PASTEL SEC	
CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER	🕒 MAR/18 H 30 À 21 H 00
💰 180 \$	🏠 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER
GRAVURE II	
CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER	🕒 MAR/18 H 00 À 21 H 00
💰 180 \$	🏠 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

BADMINTON	
LOISIRS SAINT - CHARLES	🕒 MAR/19 H 00, À 20 H 30 OU 20 H 30 À 22 H 00
💰 40 \$/PERS.	🏠 CONTACTER L'ORGANISME.
CDSO	🕒 LUN/19 H 00 À 20 H 30 OU 20 H 30 À 22 H 00
💰 65 \$/4 SESSIONS/PERS. OU 250 \$/4 SESSIONS/TERRAIN	🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
PRATIQUE LIBRE	
CLMP	
🕒 LUN / 19 H 30 À 21 H 00 OU MAR OU JEU / 19 H 00 À 20 H 30 OU 20 H 30 À 22 H 00	
💰 115 \$/TERRAIN DE 2 PERS. + C.M. 5 \$	🏠 CENTRE NDPS
CRCS SAINT - ZOTIQUE	🕒 MAR OU MER/20 H 00 À 22 H 00
💰 288 \$/12 SEM.	🏠 CRCS SAINT - ZOTIQUE
LOISIRS SAINT - HENRI	🕒 LUN/18 H 30 À 20 H 30
💰 60 \$	🏠 CENTRE SAINT - HENRI

BASKET - BALL	
PERFECTIONNEMENT ET DÉVELOPPEMENT	
CRCS SAINT - ZOTIQUE	🕒 LUN / 20 H 00 À 22 H 00
💰 65 \$	🏠 CRCS SAINT-ZOTIQUE
LIGUE MIXTE	
DJ SPORTS CLUB	🕒 MAR/20 H 30 À 22 H 30
💰 CONTACTER L'ORGANISME	🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
LIGUE FEM	
DJ SPORTS CLUB	🕒 MAR/18 H 30 À 21 H 30 OU JEU/18 H 30 À 21 H 30
💰 CONTACTER L'ORGANISME	🏠 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE
LIGUE MASC	
DJ SPORTS CLUB	
🕒 MAR/21 H 30 À 23 H 30 OU JEU/20 H 30 À 22 H 30 OU 21 H 30 À 23 H 30 OU DIM/16 H 30 À 23 H 30	
💰 CONTACTER L'ORGANISME	🏠 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE



CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

AÉROBIE DÉBUTANT

CDSO	 MAR ET /OU JEU /19 H 15 À 20 H 15
 65 \$/1X SEM. ET 100 \$/2X SEM.	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

AÉROBIE CARDIO PLUS

CDSO	 MAR ET /OU JEU /18 H 15 À 19 H 15
 65 \$/1X SEM. ET 100 \$/2X SEM. (POSSIBILITÉ DE COMBINER AVEC YOGA OU ZUMBA/100 \$)	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

AÉROBIE TRIPLE PLAY (16 ANS ET PLUS)

CSPB	 MAR ET JEU /18 H 00 À 19 H 00
 112 \$	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

AÉROMIX

CLMP	 MER /18 H 15 À 19 H 15
 75 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

AFRO CARAÏBES (16 ANS ET PLUS)

CSPB	 SAM/11 H 45 À 12 H 45
 71 \$	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

CIRCUIT CARDIO

CLMP	 MAR/19 H 30/20 H 30
 75 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

CARDIO - BOXE

CLMP	 LUN/19 H 30 À 20 H 30
 75 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
CRCS SAINT - ZOTIQUE	 MAR /19 H 30 À 20 H 30
 95 \$	 CRCS SAINT - ZOTIQUE

DANSE AÉROBIQUE

CORPORATION L'ESPOIR	 LUN /19 H 00 À 21 H 00
 175 \$ + C.M. 25 \$ POUR PERSONNES AYANT UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE	 CENTRE MARCEL-GIROUX

ENTRAÎNEMENT ATHLÉTIQUE (16 ANS ET PLUS)

CSPB	 MAR ET JEU /12 H 00 À 13 H 00
 112 \$	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

ENTRAÎNEMENT EN CIRCUIT

CRCS SAINT - ZOTIQUE	 JEU / 17 H 00 À 18 H 00
 95 \$	 CRCS SAINT - ZOTIQUE

ENTRAÎNEMENT T.A.F F.A.C. (TAILLE, ABDOS, FESSIERS ET FESSIERS, ABDOS, CUISSES)

CRCS SAINT - ZOTIQUE	 JEU /19 H 00 À 20 H 00
 95 \$	 CRCS SAINT - ZOTIQUE

ÉTIREMENTS "ESSETRICS"

CSPB	 LUN ET MER/8 H 00 À 9 H 00
 112 \$	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

KICK - BOXING

CRCS SAINT - ZOTIQUE	 JEU/18 H 00 À 19 H 00
 95 \$	 CRCS SAINT - ZOTIQUE

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE (SUITE)

MUSCULATION (17 ANS ET PLUS)

CDSO	 LUN AU VEN/7 H 00 À 22 H 00 ET SAM ET DIM/9 H 00 À 17 H 00
 52\$/1 MOIS, 99\$/3 MOIS ET 199\$/12 MOIS	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

PILATES (16 ANS ET PLUS)

CSPB	 MAR ET JEU/19 H 00 À 20 H 00
 112 \$	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

SPINNING (16 ANS ET PLUS)

CSPB	 LUN ET MER/ 7 H 00 À 8 H 00 OU VEN/18 H 00 À 19 H 00
 71 \$/1X SEM. OU 112 \$/2X SEM.	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

TRIAHTLON (16 ANS ET PLUS)

CSPB	 MAR ET JEU /18 H 30 20 H 30
 390 \$/6 MOIS OU 675 \$/ANNÉE	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

TONUS

CRCS SAINT - ZOTIQUE	 CONTACTER L'ORGANISME
 675 \$/ANNÉE OU 390 \$/DEMI-ANNÉE	 CONTACTER L'ORGANISME

YOGA

CDSO	 MAR ET/OU JEU/18 H 30 À 19 H 30
 65 \$/1X SEM. 100 \$/2X SEM. (POSSIBILITÉ DE COMBINER AVEC ZUMBA OU CARDIO/100 \$)	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

CRCS SAINT - ZOTIQUE	 MAR /19 H 00 À 20 H 00
 115 \$	 CRCS SAINT - ZOTIQUE

YOGA DÉBUTANT

CLMP	 MAR/18 H 00 À 19 H 15
 90 \$	 CENTRE DES LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

YOGA INTERMÉDIAIRE

CLMP	 MAR/19 H 15 À 21 H 00
 90 \$	 CENTRE DES LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

ZUMBA

CDSO	 LUN / 18 H 00 À 19 H 00
 65 \$/1X SEM. ET 100 \$/2X SEM. (POSSIBILITÉ DE COMBINER AVEC YOGA OU CARDIO/100 \$)	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
CLMP	 LUN /12 H 10 À 12 H 55 OU 18 H 15 À 19 H 15 OU JEU /19 H 30 À 20 H 30
 50 \$/45 MIN. ET 75 \$/1 H + C.M. 5 \$	 CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
CRCS SAINT - ZOTIQUE	 LUN/19 H 00 À 19 H 55 MAR/12 H 00 À 12 H 55 SAM/10 H 00 À 10 H 55
 50 \$ OU À LA CARTE (5 \$/COURS)	 CRCS SAINT-ZOTIQUE

ZUMBA (16 ANS ET PLUS)

CSPB	 LUN ET / OU MER / 18 H 00 À 19 H 00
 66 \$/1X SEM. ET 112 \$/2X SEM.	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

ZUMBA SENTAO

CLMP	 MER / 12 H 10 À 12 H 55
 50 \$ + C.M. 5 \$	 CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE AQUATIQUE	
ABDOS-FESSIERS	
CASO	 MER / 20 H 30 À 21 H 30
 85 \$/SESSION	 PISCINE SAINT-HENRI
AQUA BOOT CAMP	
CASO	 LUN / 19 H 30 À 20 H 30
 85 \$/SESSION	 PISCINE ÉMARD
CSPB (16 ANS ET PLUS)	 MAR ET JEU / 17 H 30 18 H 15
 115 \$	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE
AQUA-COMBO	
CASO	 LUN / 19 H 30 À 20 H 30
 85 \$/SESSION	 PISCINE SAINT-HENRI
AQUAFORME	
CASO	 MAR ET/OU JEU / 20 H 30 À 21 H 30
 85 \$/1X SEM. ET 145 \$/2X SEM. POUR UNE SESSION	 PISCINE ÉMARD (MAR ET/OU JEU) ET GADBOIS (JEU)
CSPB	 LUN ET MER/55 MIN. OU MAR ET JEU/55 MIN.
 107 \$	 PISCINE DE LA PETITE-BOURGOGNE
AQUAFORME PRÉNATAL	
CASO	 MAR/19 H 30 À 20 H 30 OU MER/10 H 30 À 11 H 30
 85 \$/SESSION	 CONTACTER L'ORGANISME
CSPB	 LUN ET MER/19 H 30 À 20 H 25 OU 20 H 30 À 21 H 25
 107 \$/SESSION ET 54 \$/DEMI-SESSION + ATTESTATION MÉDICALE OBLIGATOIRE	 PISCINE DE LA PETITE-BOURGOGNE
AQUAJOGGING	
CASO	 LUN / 20 H 30 À 21 H 30
 85 \$/SESSION	 CONTACTER L'ORGANISME
AQUA-POUSSETTE	
CASO	 MER/9 H 15 À 10 H 15
 85 \$/SESSION	 CONTACTER L'ORGANISME
CSPB	 MAR ET JEU / 9 H 00 À 9 H 55
 107 \$	 PISCINE DE LA PETITE-BOURGOGNE
AQUASTEP	
CSPB (16 ANS ET PLUS)	 MAR ET JEU / 14 H 00 14 H 55
 112 \$	 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

DANSE	
DANSE AFRICAINE I	
CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER	 MER / 18 H 00 À 19 H 30
 195 \$	 CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER
DANSE AFRICAINE II	
CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER	 MER / 19 H 30 À 21 H 00
 195 \$	 CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER
ÉTIREMENTS CHORÉGRAPHIQUES	
CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER	 LUN/17 H 00 À 18 H 00 ET/OU JEU/9 H 30 À 10 H 30
 138 \$/1X SEM. ET 230 \$/2X SEM.	 CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

FORMATION	
ASSISTANT-MONITEUR SÉCURITÉ AQUATIQUE AMSA	
CASO	 CONTACTER L'ORGANISME
 CONTACTER L'ORGANISME	 PISCINE ÉMARD OU SAINT - HENRI
MÉDAILLE DE BRONZE, CROIX DE BRONZE, SAUVETEUR NATIONAL, SN ET REQUALIFICATION SN	
CASO	 DIM
 95 \$	 PISCINE ÉMARD OU SAINT - HENRI
PREMIERS SOINS -RCR DE LA FONDATION DES MALADIE DU CŒUR	
CASO	 CERTAINS DIM / 8 H 30 À 18 H 30
 85 \$	 CONTACTER L'ORGANISME

ESCRIME	
CLUB D'ESCRIME GADBOIS (16 ANS ET PLUS)	 MER / 19 H 45 À 21 H 00
 110 \$ + 35 \$ AFFILIATION ANNUELLE	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
ENTRAÎNEMENT ET COMPÉTITION (2 ^E COURS) (16 ANS ET PLUS)	
CLUB D'ESCRIME GADBOIS	 VEN / 19 H 45 À 21 H 00
 110 \$ + 40 \$ D'ADHÉSION	 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

INFORMATIQUE	
COURS D'INITIATION	
CLMP	 LUN AU JEU
 C.M. 5 \$/SUR RÉSERVATION	 CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

GYM ADULTE (16 ANS ET PLUS)

CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS	🕒	JEU /12 H 00 À 12 H 55
💰 CONTACTER L'ORGANISME	🏠	CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS

GYM LIBRE (16 ANS ET PLUS)

CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS	🕒	LUN ET MER /20 H 00 À 21 H 25
💰 CONTACTER L'ORGANISME	🏠	CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS

HALTÉROPHILIE

ENTRAÎNEMENT (17 ANS ET PLUS)

CLUB D'HALTÉROPHILIE LES GÉANTS DE MONTRÉAL	🕒	LUN AU VEN /9 H 00 À 20 H 00 ET SAM /10 H 00 À 16 H 00
💰 100 \$ /6 MOIS	🏠	COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

HOCKEY

JUNIOR (18-21 ANS)

HOCKEY SUD-OUEST	🕒	VARIABLE
💰 CONTACTER L'ORGANISME	🏠	COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

LANGUES

ESPAGNOL DÉBUTANT

CLMP	🕒	MAR /19 H 30 À 21 H 00
💰 90 \$ + C.M. 5 \$	🏠	CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON

ESPAGNOL INTERMÉDIAIRE

CLMP	🕒	JEU /19 H 30 À 21 H 00
💰 100 \$ + C.M. 5 \$	🏠	CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON

ESPAGNOL AVANCÉ / CONVERSATION

CLMP	🕒	MER /19 H 30 À 21 H 00
💰 110 \$ + C.M. 5 \$	🏠	CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON

MUSIQUE

CHANT

CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER	🕒	MAR /60 MIN.
💰 345 \$	🏠	CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

CHŒUR DE FEMMES

CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER	🕒	LUN /18 H 00 À 21 H 00
💰 100 \$	🏠	CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

COURS DE MUSIQUE INDIVIDUELS ADAPTÉS

CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER	🕒	MAR /45 MIN.
💰 CONTACTER L'ORGANISME	🏠	CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

FLÛTE TRAVERSIÈRE

CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER	🕒	MAR /60 MIN.
💰 345 \$	🏠	CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

GUIRE OU BASSE

CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER	🕒	JEU /60 MIN.
💰 345 \$	🏠	CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

HARMONICA DIATONIQUE (GROUPES DE 4 À 7 ÉLÈVES)

CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER	🕒	MER /18 H 30 À 20 H 00
💰 170 \$	🏠	CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

PIANO

CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER	🕒	LUN OU MER /60 MIN.
💰 345 \$	🏠	CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

UKULÉLÉ

CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER	🕒	MER /18 H 30 À 20 H 00
💰 170 \$	🏠	CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER

VIOLON

CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER	🕒	LUN /60 MIN.
💰 420 \$	🏠	CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER



NATATION	
CLUB DES MAÎTRES	
CASO	MAR (AM), JEU (AM /PM), LUN, MER (PM) /4 H 30 À 7 H 30 /SEM.
ENTRE 305 \$ ET 525 \$ (SESSION OU ANNÉE)	PISCINE GADBOIS (AM) ET SAINT-HENRI (PM)
CSPB	MAR ET JEU /6 H 30 À 7 H 55
127 \$/SESSION ET 408 \$/ANNÉE	PISCINE DE LA PETITE-BOURGOGNE
DÉBUTANT ET ESSENTIEL (16 ANS ET PLUS)	
CASO	MAR /19 H 20 À 20 H 20
85 \$/SESSION	CONTACTER L'ORGANISME
STYLE DE NAGE (16 ANS ET PLUS)	
CASO	MAR/18 H 10 À 19 H 10
85 \$/10 SEM.	PISCINE ÉMARD
PATINAGE DE VITESSE	
CLUB DE PATINAGE DE VITESSE MONTRÉAL GADBOIS	CONTACTER L'ORGANISME
CONTACTER L'ORGANISME	ARÉNA GADBOIS
PLONGÉE SOUS-MARINE	
DÉBUTANT	
LES AQUANAUTES	LUN /19 H 00 À 22 H 45 (THÉORIE DE 19 H À 21 H ET PRATIQUE DE 21 H À 22 H 45)
375 \$	PISCINE GADBOIS
AVANCÉ /SPÉCIALISÉ	
LES AQUANAUTES	LUN /19 H 00 À 22:45:00 (THÉORIE DE 19 H À 21 H ET PRATIQUE DE 21 H À 22 H 45)
250 \$	PISCINE GADBOIS
PLONGEON	
CLUB DES MAÎTRES (17 ANS ET PLUS)	
CASO	LUN, MAR, JEU ET SAM/1 H 30 À 4 H 30 /SEM.
CONTACTER L'ORGANISME	PISCINE SAINT - HENRI
SAUVETAGE	
SAUVETAGE SPORTIF SÉNIOR COMPÉTITIF	
CASO	MAR ET SAM /6 H 30, DE SEPT. À AVRIL
CONTACTER L'ORGANISME	PISCINE SAINT - HENRI

SOCCER	
COMPÉTITIF /ÉLITE MASC (18 -19 ANS)	
ASSOM	DIM /15 H 00 À 17 H 00
140 \$ /AUT.-HIV.	COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
RÉCRÉATIF MASC	
ASSOM	DIM /9 H 00 À 10 H 30 OU 10 H 30 À 12 H 00 OU MER /21 H 00 À 22 H 15 OU SAM /9 H 00 À 10 H 30
140 \$ /AUT.-HIV.	COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

TAI CHI	
108 POSTURES	
CLMP	MER /18 H 00 À 19 H 30
95 \$ + C.M. 5 \$	CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON
QI GONG	
CLMP	MER /19 H 30 À 21 H 00
95 \$ + C.M. 5 \$	CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON

TENNIS DE TABLE	
PRATIQUE LIBRE ET ENTRAÎNEMENT	
CDSSO	LUN /19 H 00 À 22 H 00, SAM /14 H 00 À 17 H 00 OU DIM /14 H 00 À 17 H 00
70 \$/1X SEM.,110\$/2X SEM. ET 140\$/3X SEM.	COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

TIR À L'ARC	
LES ARCHERS DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL	MAR ET JEU /20 H 00 À 22 H 00
CONTACTER L'ORGANISME.	COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

ULTIMATE FRISBEE	
CLMP	MAR/19 H 30 À 20 H 45
40 \$	PARC IGNACE-BOURGET

VIN	
AMATEURS DE VINS /SOIRÉES DÉCOUVERTES	
CRCS SAINT -ZOTIQUE	MER /19 H 00 À 21 H 00
35 \$/SOIRÉE	CRCS SAINT -ZOTIQUE

VOLLEYBALL	
CDSSO	MER /19 H 00 À 22 H 00
65 \$	COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

ACTIVITÉS COMMUNAUTAIRES ET RÉCRÉATIVES

ANNIVERSAIRE

ÂGE D'OR SAINT - PAUL	🕒 SAM /16 H 30 À 23 H 00
💰 1X MOIS + C.M. 9 \$	🏠 CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON

ANNIVERSAIRE, BASEBALL POCHE ET SOIRÉE DANSANTE

ÂGE D'OR SAINT - CHARLES	🕒 SAM /18 H 00 À 23 H 00
💰 10 \$ /FÊTE, 20 \$ /MEMBRES (C.M. 10 \$ 3X /MOIS) ET 25 \$ /NON - MEMBRES	🏠 ÂGE D'OR SAINT - CHARLES

BADMINTON

AAASO	🕒 MAR /13 H 00 À 15 H 00 OU JEU /13 H 00 À 15 H 00
🆓 GRATUIT SI INSCRIT À UNE ACTIVITÉ	🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

BILLARD

ÂGE D'OR SAINT - HENRI	🕒 LUN AU VEN /10 H 30 À 21 H 00
💰 25 \$ + C.M. 7 \$ + C.M. BILLARD 25 \$	🏠 CENTRE SAINT - HENRI
ÂGE D'OR SAINT - JEAN - DE - MATHA	🕒 MAR /13 H 00 À 16 H 00
💰 C.M. 5 \$	🏠 6841, RUE D'ARAGON
ÂGE D'OR SAINT - PAUL	🕒 LUN AU VEN /11 H 00 À 16 H 00
💰 C.M. 9 \$ + C.M. BILLARD 20 \$	🏠 CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON
ÂGE D'OR SAINT - ZOTIQUE	🕒 LUN AU SAM /13 H 00 À 22 H 00
💰 25 \$ + C.M. 8 \$	🏠 CRCS SAINT - ZOTIQUE

BINGO

ÂGE D'OR SAINT - CHARLES	🕒 DIM /13 H 00 À 16 H 30
💰 3 CARTES POUR 5 \$ + C.M. 10 \$ 1X /MOIS	🏠 ÂGE D'OR SAINT - CHARLES
ÂGE D'OR SAINT - HENRI	🕒 MER /13 H 00 À 16 H 00 ET VEN /18 H 45 À 21 H 45
💰 C.M. 7 \$, 2 \$ /1 CARTE	🏠 CENTRE SAINT - HENRI
ÂGE D'OR SAINT - PAUL	🕒 MER ET DIM /10 H 30 À 16 H 00
💰 C.M. 9 \$	🏠 CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON

DÎNER BINGO

ÂGE D'OR SAINT - HENRI	🕒 PREMIER DIM DE CHAQUE MOIS / 11 H 30 À 16 H 30
💰 9 \$ + C.M. 7 \$, 2 \$ /CARTE	🏠 CENTRE SAINT - HENRI
ÂGE D'OR SAINT - ZOTIQUE	🕒 LUN 1X /MOIS /12 H 00 À 16 H 00
💰 8 \$ /DÎNER + C.M. 8 \$	🏠 CRCS SAINT - ZOTIQUE

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

AÉROBIE

AAASO	🕒 MER /9 H 00 À 10 H 00 OU 10 H 00 À 11 H 00
💰 30 \$ + C.M. 10 \$	🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

ÉTIREMENTS

AAASO	🕒 MAR OU JEU /9 H 00 À 10 H 00 OU 10 H 00 À 11 H 00 OU 11 H 00 À 12 H 00
💰 30 \$ + C.M. 10 \$	🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

MUSCULATION

CLUB D'HALTÉROPHILIE LES GÉANTS DE MONTRÉAL	🕒 LUN AU VEN /7 H 00 À 22 H 00 ET SAM ET DIM /9 H 00 À 17 H 00
💰 52 \$ /1 MOIS, 99 \$ /3 MOIS ET 199 \$ /12 MOIS	🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

REMISE EN FORME

CSPB	🕒 MER ET VEN /11 H 00 À 12 H 00
💰 112 \$	🏠 CENTRE SPORTIF DE LA PETITE - BOURGOGNE

TONUS

AAASO	🕒 LUN /10 H 00 À 11 H 00
💰 30 \$ + C.M. 10 \$	🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

ZUMBA

AAASO	🕒 LUN /9 H 00 À 10 H 00
💰 30 \$ + C.M. 10 \$	🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE AQUATIQUE

AQUAFORME

AAASO	🕒 LUN ET MER /10 H 00 À 11 H 00 OU MAR /9 H 00 À 10 H 00 OU 10 H 00 À 11 H 00 OU JEU /10 H 00 À 11 H 00 OU 11 H 00 À 12 H 00
💰 30 \$ + C.M. 10 \$	🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
CSPB	🕒 MAR ET JEU /10 H 00 À 10 H 55
💰 107 \$	🏠 PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE

AQUAFORME AÎNÉ

CASO	🕒 MAR ET /OU JEU
💰 65 \$ /1X SEM. ET 105 \$ /2X SEM. POUR UNE SESSION	🏠 CONTACTER L'ORGANISME

PHYSIEAU

CSPB	🕒 MAR ET JEU /11 H 00 À 11 H 55
💰 107 \$	🏠 PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE

DANSE

ÂGE D'OR SAINT - CHARLES	🕒 LUN /19 H 00 À 21 H 00
💰 C.M. 10 \$	🏠 ÂGE D'OR SAINT - CHARLES
ÂGE D'OR SAINT - PAUL	🕒 MAR /18 H 30 À 21 H 00
💰 50 \$ + C.M. 9 \$	🏠 CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON
ÂGE D'OR SAINT - ZOTIQUE	🕒 MER /13 H 00 À 15 H 00
💰 30 \$ + C.M. 8 \$	🏠 CRCS SAINT - ZOTIQUE



DANSE (SUITE)	
SOIRÉE DANSANTE	
ÂGE D'OR SAINT - HENRI	🕒 JEU /19 H 30 À 22 H 30
💰 7\$ + C.M. 7\$	🏠 CENTRE SAINT - HENRI
ÂGE D'OR SAINT - PAUL	🕒 SAM /18 H 30 À 23 H 00
💰 8\$/3X MOIS + C.M. 9\$	🏠 CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON
ÂGE D'OR SAINT - ZOTIQUE	🕒 VEN /19 H 30 À 22 H 30
💰 8\$/MEMBRES (C.M. 8\$) ET 10\$/NON - MEMBRES	🏠 CRCS SAINT - ZOTIQUE
SOUPER DANSANT	
ÂGE D'OR SAINT - HENRI	🕒 2 ^E SAMEDI DU MOIS DE SEPT. À JUIN /17 H 30 À 23 H 00
💰 ENTRE 20 \$ ET 25 \$ + C.M. 7\$	🏠 CENTRE SAINT - HENRI

JEUX D'ADRESSE	
BASEBALL - POCHE	
ÂGE D'OR SAINT - JEAN - DE - MATHA	🕒 MER /13 H 00 À 16 H 00
💰 0,50 \$ + C.M. 5 \$	🏠 6841, RUE D'ARAGON
ÂGE D'OR SAINT - PAUL	🕒 LUN /13 H 00 À 16 H 00
💰 2\$ + C.M. 9\$	🏠 CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON
JEUX DE CARTES	
ÂGE D'OR SAINT - CHARLES	🕒 MER /13 H 00 À 16 H 30
💰 C.M. 10 \$	🏠 ÂGE D'OR SAINT - CHARLES
ÂGE D'OR SAINT - HENRI	🕒 VEN /15 H 00 À 18 H 00
💰 C.M. 7\$	🏠 CENTRE SAINT - HENRI
JEUX DE FLÉCHETTES	
ÂGE D'OR SAINT - CHARLES	🕒 VEN /13 H 00 À 16 H 00
💰 30 \$/DEMI - SAISON + C.M. 10 \$	🏠 ÂGE D'OR SAINT - CHARLES
ÂGE D'OR SAINT - HENRI	🕒 LUN AU VEN /10 H 30 À 21 H 00
💰 C.M. 7\$	🏠 CENTRE SAINT - HENRI

SACS DE SABLE	
ÂGE D'OR SAINT - CHARLES	🕒 MAR /13 H 00 À 16 H 30
💰 5\$/SEM. + C.M. 10 \$	🏠 ÂGE D'OR SAINT - CHARLES
ÂGE D'OR SAINT - JEAN - DE - MATHA	🕒 MAR /13 H 00 À 16 H 00
💰 4\$ + C.M. 5 \$	🏠 6841, RUE D'ARAGON
SACS DE SABLE ET PÉTANQUE	
ÂGE D'OR SAINT - HENRI	🕒 JEU /13 H 30 À 16 H 00
💰 2\$ + C.M. 7\$	🏠 CENTRE SAINT - HENRI
TOURNOI DE 500	
ÂGE D'OR SAINT - PAUL	🕒 MAR /13 H 00 À 16 H 00
💰 2\$ + C.M. 9\$	🏠 CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON

MUSIQUE	
CHORALE : CHANSONS POPULAIRES	
ÂGE D'OR SAINT - HENRI	🕒 LUN /19 H 00 À 21 H 00
💰 C.M. 7\$	🏠 CENTRE SAINT - HENRI
ENSEMBLE VOCAL « LES VOIX SI, LES VOIX LA » (55 ANS ET PLUS)	
CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER	🕒 MAR /10 H 30 À 12 H 00
💰 86\$	🏠 CENTRE CULTUREL GEORGES - VANIER

NATATION	
BAIN DE JOUVENCE / ACTIVITÉ DE DÉTENTE	
CSPB	🕒 MAR ET JEU /8 H 00 À 8 H 55
💰 41\$	🏠 PISCINE DE LA PETITE - BOURGOGNE

PÉTANQUE	
ÂGE D'OR SAINT - PAUL	🕒 JEU /13 H 00 À 16 H 00
💰 C.M. 9\$	🏠 CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON
ATOUT	
ÂGE D'OR SAINT - PAUL	🕒 VEN /13 H 00 À 16 H 00
💰 2\$ + C.M. 9\$	🏠 CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON
INTÉRIEURE	
ÂGE D'OR SAINT - JEAN - DE - MATHA	🕒 LUN / 13 H 00 À 16 H 00
💰 C.M. 5\$	🏠 6841, RUE D'ARAGON
SHUFFLEBOARD /PÉTANQUE ATOUT	
ÂGE D'OR SAINT - CHARLES	🕒 JEU /13 H 00 À 16 H 00
💰 3\$ + C.M. 10 \$	🏠 ÂGE D'OR SAINT - CHARLES

PICKLEBALL	
AAASO	🕒 LUN /13 H 00 À 15 H 00
🆓 GRATUIT SI INSCRIT À UNE ACTIVITÉ	🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

QUILLES	
ÂGE D'OR SAINT - HENRI	🕒 MAR / 13 H 00 À 16 H 00
💰 16 \$ + C.M. 7\$	🏠 QUILLES-G-PLUS 1277, RUE SHEVCHENKO (LASALLE)
ÂGE D'OR SAINT - PAUL	🕒 JEU / 13 H 00 À 15 H 30
💰 17\$ + C.M. 9\$	🏠 QUILLES-G-PLUS 1277, RUE SHEVCHENKO (LASALLE)

TAI CHI	
108 POSTURES	
AAASO	🕒 MAR /8 H 45 10 H 00
💰 30 \$ + C.M. 10 \$	🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS
QI GONG	
AAASO	🕒 MAR /10 H 00 À 11 H 00
💰 30 \$ + C.M. 10 \$	🏠 COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

ARÉNAS^{ET} SPORTS D'HIVER



SUR UNE SEULE CARTE, EN UN CLIN D'ŒIL, IL EST POSSIBLE DE RETROUVER LES INSTALLATIONS SPORTIVES ET CULTURELLES, LES ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX ET SAISONNIERS ET PLUS ENCORE. SUR ORDINATEUR OU SUR MOBILE, AUCUN TÉLÉCHARGEMENT NÉCESSAIRE :
ville.montreal.qc.ca/sud-ouest.

De septembre à avril, les arénas de l'arrondissement du Sud-Ouest accueillent les patineurs qui veulent s'offrir une glace au chaud! C'EST GRATUIT!

HORAIRE POUR LE PATINAGE LIBRE

ARÉNA GEORGE-MANTHA

LUNDI	DE 16 H À 17 H
MARDI AU VENDREDI	DE 16 H 30 À 17 H 30
SAMEDI	DE 13 H 30 À 15 H 30 DE 20 H 30 À 22 H 30

ARÉNA SAINT-CHARLES

LUNDI AU VENDREDI	DE 16 H À 17 H
SAMEDI ET DIMANCHE	DE 13 H À 15 H

RÉOUVERTURE DE L'ARÉNA SAINT-CHARLES AUTOMNE 2015

TÉLÉPHONEZ AVANT DE VOUS PRÉSENTER

RÉSERVATION DE GLACE

Pour connaître les heures de glace disponibles dans les arénas, veuillez téléphoner au 514 872-3831 (Ludik).

LE COÛT VARIE SELON LE JOUR ET L'HEURE.

PARCS

Vous pouvez profiter gratuitement des espaces aménagés dans les parcs de l'arrondissement pour pratiquer vos activités préférées : glissade, hockey sur glace, patin, raquette, sports d'équipe, randonnée, aires de jeux, etc. Consultez la carte à la fin du répertoire ou la carte interactive du Sud-Ouest en ligne pour connaître les activités offertes dans les parcs.

PARC ANGRIGNON

3400, BOULEVARD DES TRINITAIRES

Le parc Angrignon fait partie des grands parcs urbains de Montréal. Pourvu de 110 hectares de terrain et d'un lac qui se déploie sur 1,1 km, c'est l'endroit idéal pour faire des activités familiales, de groupe ou une visite en solitaire. L'hiver, il est possible d'y faire du ski de randonnée et de la raquette.



MON PARC DE RÊVE :

Exprimez vos idées pour nous aider à améliorer le parc Angrignon : ville.montreal.qc.ca/parcdereve

AIRES D'EXERCICE CANIN

Des aires d'exercice canin sont disponibles pour laisser courir librement votre chien de 7 h à 23 h.

PARC GALLERY

128, RUE MURRAY

PARC ANGRIGNON

7503, BOUL. DE LA VÉRENDRYE

PARC LE BER

470, RUE FORTUNE
(PRÈS DU 255, RUE ASH (YMCA))

PARC LOUIS-CYR

À L'ANGLE DES RUES SAINT-FERDINAND ET
SAINT-ÉMILIE

BANDE SAINT-ANTOINE

RUE SAINT-ANTOINE OUEST, ENTRE LES
RUES VINET ET DOMINION

PARC CAMPBELL-OUEST

1990, RUE DE MARICOURT

SKI DE RANDONNÉE, PATIN, RAQUETTE ET GLISSADE

Pour bouger tout l'hiver dans le Sud-Ouest!

Si les conditions climatiques le permettent, les activités débutent à la fin décembre et se poursuivent jusqu'au début mars. Informez-vous de l'état des patinoires, aires de glissade et des sentiers de ski de fond du Sud-Ouest : ville.montreal.qc.ca/sud-ouest.

AIRES DE GLISSADE

PARC IGNACE-BOURGET

5925, AVENUE DE MONTMAGNY

PARC LE BER

470, RUE FORTUNE

PARCOURS DE DISC GOLF

Vous avez toujours rêvé de jouer au golf? Vous êtes un amateur de discoplane (mieux connu sous le nom de frisbee)?

Le disc golf est pour vous!

On retrouve au parc Ignace-Bourget (de Montmagny et Newman) le premier parcours permanent à Montréal. Ouvert 12 mois par année.

Consultez le site de l'Association Disc Golf pour les initiations et les tournois : adgm.ca



PISCINES

RÈGLEMENTS

- LE RESPONSABLE PEUT EXIGER EN TOUT TEMPS UN TEST DE NAGE OU LE PORT D'UNE VESTE DE SAUVETAGE.
- LES ENFANTS DE 7 ANS ET MOINS SONT ADMIS À RAISON DE TROIS ENFANTS PAR PERSONNE RESPONSABLE.
- DANS TOUS LES CAS, LA PERSONNE RESPONSABLE DOIT AVOIR 16 ANS ET PLUS. ELLE DOIT AUSSI ACCOMPAGNER LES ENFANTS DANS LA PISCINE.

PISCINE GADBOIS

DÈS LE 12 SEPTEMBRE 2015

5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL

514 872-2581

LUNDI	FERMÉ
MARDI	TOUS - DE 19 H 30 À 20 H 30 ADULTES - DE 20 H 30 À 22 H 00
MERCREDI ET VENDREDI	TOUS - DE 14 H 00 À 16 H 30 TOUS - DE 19 H 30 À 21 H 00 ADULTES - DE 21 H 00 À 22 H 00
JEUDI	TOUS - DE 14 H 00 À 16 H 30 TOUS - DE 19 H 30 À 20 H 30 ADULTES - DE 20 H 30 À 22 H 00
SAMEDI	TOUS - DE 13 H 30 À 15 H 30 TOUS - DE 15 H 30 À 16 H 30 TOUS - DE 18 H 30 À 21 H 30
DIMANCHE	TOUS - DE 9 H 00 À 15 H 30 ADULTES - DE 15 H 30 À 16 H 30

PISCINE DE LA PETITE-BOURGOGNE

DÈS LE 22 SEPTEMBRE 2015

1825, RUE NOTRE-DAME OUEST

514 932-0800

LUNDI ET MERCREDI	ADULTES - DE 7 H 00 À 8 H 55 ADULTES - DE 12 H 00 À 12 H 55 ADULTES - DE 20 H 30 À 21 H 25 TOUS - DE 16 H 30 À 17 H 20
MARDI ET JEUDI	ADULTES - DE 12 H 00 À 12 H 55 ADULTES - DE 16 H 30 À 17 H 20 ADULTES - DE 20 H 30 À 21 H 25 TOUS - DE 18 H 30 À 19 H 20
VENDREDI	ADULTES - DE 7 H 00 À 8 H 55 ADULTES - DE 12 H 00 À 12 H 55 ADULTES - DE 16 H 00 À 16 H 50 ADULTES - DE 20 H 30 À 21 H 25 TOUS - DE 17 H 00 À 19 H 50
SAMEDI ET DIMANCHE	TOUS - DE 14 H 00 À 15 H 20 ADULTES - DE 15 H 30 À 16 H 20

- ENTRÉE GRATUITE AVEC CARTE DE MEMBRE, SINON DES FRAIS DE 2\$ SONT APPLICABLES.
- LES RÉSIDENTS DE LA VILLE DE MONTRÉAL PEUVENT SE PROCURER GRATUITEMENT LA CARTE DE MEMBRE SUR PRÉSENTATION D'UNE PREUVE DE RÉSIDENCE.
- BONNET DE BAIN OBLIGATOIRE.

Couloirs réservés pour la nage en longueur.

BAIN ÉMARD

DÈS LE 18 AOÛT 2015

6071, RUE LAURENDEAU

514 872-2585

DIMANCHE ET LUNDI	FERMÉ
MARDI	TOUS - DE 14 H 00 À 16 H 30
MERCREDI ET VENDREDI	TOUS - DE 14 H 00 À 16 H 30 TOUS - DE 19 H 30 À 21 H 00 ADULTES - DE 21 H 00 À 21 H 30
JEUDI	TOUS - DE 14 H 00 À 16 H 30 TOUS - DE 17 H 00 À 20 H 30 ADULTES - DE 20 H 30 À 21 H 30
SAMEDI CHAISE HYDRAULIQUE	TOUS - DE 13 H 30 À 16 H 00 ADULTES - DE 16 H 00 À 16 H 30

PISCINE SAINT-HENRI

DÈS LE 25 AOÛT 2015

4055, RUE SAINT-JACQUES OUEST

514 872-2577

DIMANCHE ET LUNDI	FERMÉ
MARDI	TOUS - DE 16 H 30 À 19 H 30
MERCREDI	TOUS - DE 19 H 30 À 20 H 30 ADULTES - DE 20 H 30 À 22 H 00
JEUDI ET VENDREDI	TOUS - DE 19 H 30 À 21 H 00 ADULTES - DE 21 H 00 À 22 H 00
SAMEDI	TOUS - DE 13 H 30 À 16 H 00 ADULTES - DE 16 H 00 À 16 H 30

PISCINE SAINT-CHARLES

RÉOUVERTURE AUTOMNE 2015

1055, RUE D'HIBERNIA

514 872-2501

DIMANCHE	FERMÉ
LUNDI	TOUS - DE 19 H 30 À 21 H 00 ADULTES - DE 21 H 00 À 21 H 30
MARDI	TOUS - DE 14 H 00 À 17 H 00 TOUS - DE 19 H 30 À 20 H 30 ADULTES - DE 20 H 30 À 21 H 30
MERCREDI	TOUS - DE 14 H 00 À 17 H 00
JEUDI	TOUS - DE 19 H 30 À 20 H 30 ADULTES - DE 20 H 30 À 21 H 30
VENDREDI	TOUS - DE 14 H 00 À 17 H 00 TOUS - DE 19 H 30 À 21 H 00 ADULTES - DE 21 H 00 À 21 H 30
SAMEDI	TOUS - DE 13 H 30 À 16 H 00 ADULTES - DE 16 H 00 À 16 H 30



TROIS ÉVÉNEMENTS À NE PAS MANQUER AU COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

5485, CHEMIN
DE LA CÔTE-SAINT-PAUL

13 SEPTEMBRE 2015

JOURNÉE "BOUGEONS DANS LE SUD-OUEST"

Initiation gratuite à des activités physiques, sportives et de loisirs, parcours d'activité, animation, prix de présence, collations santé, démonstrations et plus encore!

POUR TOUTE LA FAMILLE.



5 DÉCEMBRE 2015 VENEZ FÊTER NOËL EN FAMILLE

Photo avec le Père Noël, baignade, patinage, contes, certificats cadeaux et plus encore!
TOUT EST GRATUIT.

5-7 FÉVRIER 2016 JEUX DU SUD-OUEST

Venez encourager les jeunes athlètes du Sud-Ouest!

SPECTACLES ET ACTIVITÉS CULTURELLES
ET RÉCRÉATIVES POUR TOUS.

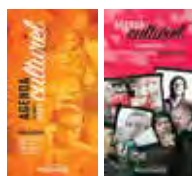


SPECTACLES ET ACTIVITÉS CULTURELLES

À la recherche des spectacles et activités culturels? Retrouver dans les installations du Sud-Ouest l'agenda culturel ou sur le site de l'arrondissement (ville.montreal.qc.ca/sud-ouest)!



CLIQUEZ NOUS VOIR !
VILLE.MONTREAL.QC.CA/SUD-OUEST



CALENDRIER DES ACTIVITÉS

DU 24 DÉCEMBRE 2015 AU 1ER JANVIER 2016 QUOI FAIRE PENDANT LE TEMPS DES FÊTES

PATINER

ARÉNA GEORGE-MANTHA

514 872-2755

LUNDI, 28 DÉC. DE 16 H 00 À 17 H 00
MARDI ET MERCREDI, 29 ET 30 DÉC. DE 16 H 30 À 17 H 30

ARÉNA SAINT-CHARLES

514 872-3300

DIMANCHE, 27 DÉC. DE 13 H 00 À 15 H 00
LUNDI, MARDI ET MERCREDI, 28-30 DÉC. DE 16 H 00 À 17 H 00

FERMÉES LES 24, 25, 26 ET 31 DÉCEMBRE ET LES 1^{ER} ET 2 JANVIER. RETOUR À L'HORAIRE RÉGULIER LE 3 JANVIER

PATINOIRES EXTÉRIEURES

Consultez le site Internet de l'arrondissement pour connaître les lieux et conditions de glace : ville.montreal.qc.ca/sud-ouest.

JOUER GRATUITEMENT

LOCATION DE TERRAINS SPORTIFS BASKETBALL, VOLLEYBALL ET BADMINTON

COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

GRATUIT, RÉSERVATION OBLIGATOIRE

514 872-2786

DIMANCHE, 27 DÉC. DE 9 H 00 À 17 H 00
LUNDI, 28 DÉC. DE 12 H 00 À 21 H 00
MARDI, 29 DÉC. DE 12 H 00 À 21 H 00
MERCREDI, 30 DÉC. DE 12 H 00 À 21 H 00

SE Baigner

PISCINE GADBOIS

514 872-2581

DIMANCHE, 27 DÉC. DE 9 H 00 À 16 H 30 (TOUS)
LUNDI, 28 DÉC. DE 13 H 00 À 17 H 00 (TOUS)
MARDI, 29 DÉC. DE 13 H 00 À 17 H 00 (TOUS)
DE 19 H 30 À 22 H 00 (TOUS)
MERCREDI, 30 DÉC. DE 13 H 00 À 17 H 00 (TOUS)
DE 19 H 30 À 22 H 00 (TOUS)

PISCINE SAINT-CHARLES

514 872-2501

LUNDI, 28 DÉC. DE 19 H 30 À 21 H 30 (TOUS)
MARDI, 29 DÉC. DE 13 H 00 À 17 H 00 (TOUS)
DE 19 H 30 À 21 H 30 (TOUS)
MERCREDI, 30 DÉC. DE 13 H 00 À 17 H 00 (TOUS)
DE 19 H 30 À 21 H 30 (TOUS)

PISCINE DE LA PETITE-BOURGOGNE

514 872-0800

PISCINE ÉMARD

514 872-2585

FERMÉE DU 21 DÉCEMBRE AU 4 JANVIER
RETOUR À L'HORAIRE RÉGULIER LE 5 JANVIER

PISCINE SAINT-HENRI

514 872-2577

FERMÉE DU 21 DÉCEMBRE AU 4 JANVIER
RETOUR À L'HORAIRE RÉGULIER LE 5 JANVIER

TOUTES LES PISCINES SERONT FERMÉES LES 24, 25, 26 ET 31 DÉCEMBRE ET LES 1^{ER} ET 2 JANVIER.

DU 29 FÉVRIER AU 4 MARS 2016 QUOI FAIRE PENDANT LA SEMAINE DE RELÂCHE

Pendant la semaine de relâche, l'Arrondissement et ses partenaires offrent une foule d'activités gratuites! Comme pour le temps des fêtes, il est possible de se baigner, patiner, jouer au badminton et plus encore! C'est aussi l'occasion de s'inscrire à un camp de jour pour rencontrer d'autres jeunes et découvrir de nouvelles activités!

JEUNESSE

MAISONS DE JEUNES DE 12 À 17 ANS

Les maisons de jeunes sont des milieux de vie pour socialiser et échanger en compagnie d'animateurs. Bienvenue aux jeunes qui sont créatifs et ont envie de contribuer à la conception, à l'élaboration et à la réalisation de projets qui tiennent compte de leurs besoins et de leurs attentes.



MAISON DES JEUNES L'ADO - ZONE ♿

🏠 1850, RUE GRAND - TRUNK ☎ 514 937-9655

MILIEU POINTE - SAINT - CHARLES

MAISON DES JEUNES L'ESCAPETTE ♿

🏠 525, RUE DOMINION ☎ 514 933-9943

MILIEU PETITE - BOURGOGNE

MAISON DES JEUNES LA GALERIE

🏠 3643, RUE NOTRE - DAME OUEST ☎ 514 933-6404

MILIEU SAINT - HENRI

MAISON DES JEUNES RADOACTIF

🏠 5785, BOUL. MONK ☎ 514 303-8900

🌐 MDJRADOACTIF.COM

MILIEU ÉMARD - CÔTE - SAINT - PAUL

JEUNESSE 2000, CENTRE DE LOISIRS MONSEIGNEUR PIGEON ♿

🏠 5550, RUE ANGERS ☎ 514 769-2741

🌐 CENTREMGRPIGEON.COM

MILIEU ÉMARD - CÔTE - SAINT - PAUL

JEUNESSE 2000, YOUTH IN MOTION

🏠 852, RUE SAINT - MARTIN ☎ 514 931-5510

MILIEU PETITE - BOURGOGNE

RESSOURCES POUR LES PERSONNES HANDICAPÉES

Il existe de nombreuses ressources pour les personnes handicapées : programmes d'accompagnement en loisirs, biblio - courrier et plus encore ! Pour en savoir plus, téléphonez à l'organisme AlterGo au 514 933-2739 ou visitez leur site Internet : altergo.ca.

Des activités spécialisées sont incluses dans notre programmation. Retrouvez - les grâce au symbole ♿

De nombreuses installations de l'arrondissement sont accessibles. Recherchez le symbole ♿

PISCINE :

CHAISE HYDRAULIQUE

Envie de vous rafraîchir ? La piscine Émard comporte une chaise hydraulique pour les personnes à mobilité réduite. Retrouvez l'horaire des bains libres à la page 27.



© Patrick Beauchemin

JARDINS COMMUNAUTAIRES :

BACS SURÉLEVÉS ET TABLES DE JARDINAGE

Saviez-vous que dans les jardins communautaires de l'arrondissement, il y a des bacs surélevés pour les personnes à mobilité réduite et des tables de jardinage pouvant accueillir des jardiniers en fauteuils roulants ? Si vous désirez un bac surélevé ou une table de jardinage, mentionnez-le lorsque vous faites la demande pour être sur la liste d'attente en téléphonant au 311.

ANGRIGNON (BACS SURÉLEVÉS)

BOULEVARD DES TRINITAIRES / RUE LACROIX

PETITE - BOURGOGNE

(BACS SURÉLEVÉS ET TABLES DE JARDINAGE)
RUE DOMINION / RUE LLE BLAKE

DES SEIGNEURS

(BACS SURÉLEVÉS
ET TABLES DE JARDINAGE)
RUE DES SEIGNEURS /
RUE SAINT - JACQUES

POINTE - VERTE

(BACS SURÉLEVÉS)
RUE KNOX /
RUE CHARLEVOIX



ARÉNAS

ARÉNA GEORGE-MANTHA & ARÉNA SYLVIO-MANTHA COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

- 🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
- ☎ 514 872-2755

ARÉNA SAINT-CHARLES & CENTRE SAINT-CHARLES

- 🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
- ☎ 514 872-3300

RÉSERVATION DE GLACE : 514 872-3831

GYMNASES

COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS &

- 🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
- ☎ 514 872-2786

CENTRE SAINT-CHARLES &

- 🏠 1055, RUE D'HIBERNIA
- ☎ 514 872-3300

RÉSERVATION DE GYMNASSE : 514 872-3831

PISCINES INTÉRIEURES

BAIN ÉMARD &

- 🏠 6071, RUE LAURENDEAU
- ☎ 514 872-2585

PISCINE GADBOIS & COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

- 🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
- ☎ 514 872-2581

PISCINE PETITE-BOURGOGNE & CENTRE SPORTIF PETITE-BOURGOGNE

- 🏠 1825, RUE NOTRE-DAME OUEST
- ☎ 514 932-0800

PISCINE SAINT-CHARLES & CENTRE SAINT-CHARLES

- 🏠 1055, RUE D'HIBERNIA
- ☎ 514 872-2501

PISCINE SAINT-HENRI &

- 🏠 4055, RUE SAINT-JACQUES OUEST
- ☎ 514 872-2577

ORGANISMES PARTENAIRES

ACADÉMIE SPORTIVE DE MONTRÉAL (BOXE, KARATÉ)

- 🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
- ☎ 514 935-8592
- 🌐 ACADEMIESPORTIVEMONTREAL.CA

ATSOM ACADÉMIE DE TENNIS DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL

- 🏠 525, RUE DOMINION, SUITE 202
- ☎ 514 377-7397
- 🌐 ATSOM.CA

ACES FOOTBALL

- 🏠 525, RUE DOMINION, SUITE 203
- ☎ 514 449-9396

ÂGE D'OR SAINT-CHARLES

- 🏠 2333, RUE MULLINS, 3^E ÉTAGE
- ☎ 514 872-4063

ÂGE D'OR SAINT-HENRI &

- 🏠 530, RUE DU COUVENT
- ☎ 514 872-3828

ÂGE D'OR SAINT-JEAN-DE-MATHA

- 🏠 6841, RUE D'ARAGON
- ☎ 514 767-6001

ÂGE D'OR SAINT-PAUL &

- 🏠 5550, RUE ANGERS
- ☎ 514 872-4709

ÂGE D'OR SAINT-ZOTIQUE &

- 🏠 75, SQUARE SIR-GEORGE-ÉTIENNE-CARTIER
- ☎ 514 939-8033

ALTERGO &

- 🏠 525, RUE DOMINION, BUREAU 340
- ☎ 514 933-2739
- 🌐 ALTERGO.NET

ACHIM & - ALTERNATIVES COMMUNAUTAIRES D'HABITATION ET D'INTERVENTION DE MILIEU

- 🏠 5940, BOUL. MONK
- ☎ 514 362-7221

LES AQUANAUTES

- 🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
- ☎ 514 346-4781
- 🌐 LESAQUANAUTES.COM

AAASO & ASSOCIATION DES ÂÎNÉS ACTIFS DU SUD-OUEST

- 🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
- ☎ 514 872-3459

ABSOM ASSOCIATION DE BASEBALL DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL

- 🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
- ☎ 514 458-1075 OU 514 791-0955
- 🌐 BASEBALLSUDUEST.WIX.COM/ MONTREAL

ADGM

ASSOCIATION DISC GOLF MONTRÉAL

- 🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
- ☎ 438 887-9522
- 🌐 ADGM.CA

ASSOCIATION DES JEUNES DE LA PETITE-BOURGOGNE - CENTRE YOUTH IN MOTION

- 🏠 852, RUE SAINT-MARTIN
- ☎ 514 931-5510

ASSOM &

ASSOCIATION DE SOCCER DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL

- 🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL
- ☎ 514 931-7778
- 🌐 SOCCERASSOM.COM

ATELIER 850 &

- 🏠 850, RUE DES SEIGNEURS
- ☎ 438 380-0667

CADETS DE L'AIR - ESCADRON 564 BLÉRIOT

- 🏠 75, SQUARE SIR-GEORGE-ÉTIENNE-CARTIER
- ☎ 514 939-2565
- 🌐 564BLERIOT.CA

CADETS DE LA MARINE

- 🏠 3625, RUE SAINT-JACQUES
- ☎ 514 769-6184
- 🌐 FACEBOOK: C.C.M.R.C. 06 VICTORY

CCFA - CENTRE COMMUNAUTAIRE DES FEMMES ACTIVES

- 🏠 4500, RUE SAINT-ANTOINE
- ☎ 514 989-7320

CENTRE CULTUREL GEORGES-VANIER &

- 🏠 2450, RUE WORKMAN
- ☎ 514 931-2248
- 🌐 CCGV.CA

CEDA & - COMITÉ D'ÉDUCATION AUX ADULTES

- 🏠 2515, RUE DELISLE
- ☎ 514 596-4422
- 🌐 CEDAST-HENRI.BLOGSPOT.CA

CIVA & - CENTRE D'INTÉGRATION À LA VIE ACTIVE

- 🏠 525, RUE DOMINION, BUREAU 330
- ☎ 514 935-1109
- 🌐 CIVA.QC.CA

CLMP & - CENTRE DE LOISIRS MONSIEUR PIGEON

- 🏠 5550, RUE ANGERS
- ☎ 514 769-2741

6050, RUE HAMILTON

- ☎ 514 872-6549 (ÉCOLE NDPS)
- 🌐 CENTREMGRPIGEON.COM

CRCS & - CENTRE RÉCRÉATIF, CULTUREL ET SPORTIF SAINT-ZOTIQUE

- 🏠 75, SQUARE SIR-GEORGE-ÉTIENNE-CARTIER
- ☎ 514 935-2001
- 🌐 FACEBOOK.COM/CRCS.STZOTIQUE



CSPB 🏠 - CENTRE SPORTIF DE LA PETITE-BOURGOGNE

🏠 1825, RUE NOTRE-DAME OUEST

📞 514 932-0800

🌐 CENTRESPORTIFDELAPETITEBOURGOGNE.COM

CASO 🏠 - CLUB AQUATIQUE DU SUD-OUEST COMPLEXE RÉCRÉATIF GADBOIS

🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL

📞 514 802-7442

CASO-MONTREAL.COM

CLUB LES ARCHERS DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL 🏠

🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL

📞 514 751-2465

🌐 KALYPSO.NET/ARCHERY

CDSO 🏠 - CLUB DE DÉVELOPPEMENT SPORTIF DU SUD-OUEST

🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL

📞 514 937-2160

🌐 CDSO.COM

CLUB D'ESCRIME GADBOIS 🏠

🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL

📞 438 880-0321

🌐 ESCRIMEGADBOIS.CA

CLUB DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE GADBOIS

🏠 155, AV. GREENE, 2^E ÉTAGE DU MARCHÉ AT WATER

📞 514 872-3043

🌐 GYMADBOIS.COM

CLUB D'HALTÉROPHILIE LES GÉANTS DE MONTRÉAL 🏠

🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL

📞 514 933-1634

🌐 GYMLESGEANTS.COM/FR/HALTEROPHILIE

CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE GADBOIS 🏠

🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL

📞 514 934-1312

CLUB DE PATINAGE DE VITESSE GADBOIS

🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL

🌐 CPVGADBOIS.COM

CORPORATION L'ESPOIR 🏠

🏠 55, RUE DUPRAS, LOCAL 511

📞 514 367-3757

🌐 CORPORATIONESPOIR.ORG

DJ SPORTS

🏠 525, RUE DOMINION, SUITE 201

📞 514 373-8146

🌐 DJSPORTSCLUB.JDEXTER.ORG

HSO - HOCKEY SUD-OUEST 🏠

🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL

📞 514 937-2041

🌐 HOCKEYSUDOUEST.COM

JEUNESSE 2000

🏠 5550, RUE ANGERS

📞 514 769-2741

JUDO BUSHIDOKAN

🏠 2390, RUE RYDE

📞 514 935-9666

🌐 FACEBOOK.COM/ECOLEDEJUDOBUSHIDOKAN

JUDO MONDE 🏠

🏠 5485, CHEMIN DE LA CÔTE-SAINT-PAUL

📞 514 935-3030

🌐 JUDOMONDE.COM

LOISIRS SAINT-CHARLES 🏠

📞 514 872-1289

🌐 FACEBOOK: LOISIRS ST-CHARLES

LOISIRS SAINT-HENRI 🏠

🏠 530, RUE DU COUVENT

📞 514 872-2334

🌐 LOISRSSAINT-HENRI.ORG

MAISON DES JEUNES L'ADOZONE 🏠

🏠 1850, RUE GRAND-TRUNK

📞 514 937-9655

MAISON DES JEUNES L'ESCAPETTE 🏠

🏠 525, RUE DOMINION

📞 514 933-9943

MAISON DES JEUNES LA GALERIE

🏠 3643, RUE NOTRE-DAME OUEST

📞 514 933-6404

MAISON DES JEUNES OPÉRATION JEUNESSE / RADOACTIF

🏠 5785, BOUL. MONK

📞 514 303-8900

MILIEU ÉDUCATIF LA SOURCE 🏠

🏠 75, SQUARE SIR-GEORGE-ÉTIENNE-CARTIER

📞 514 931-4089

🌐 MILIEUEDUCATIFLASOURCE.ORG

OLYMPIQUES SPÉCIAUX SUD-OUEST DE L'ÎLE

🏠 7765, RUE DENISE, LASALLE

📞 514 366-6965

🌐 OLYMPIQUESSPECIAUX.QC.CA

LES SCIENTIFINES 🏠

🏠 525, RUE DOMINION, BUREAU 200

📞 514 938-3576

🌐 SCIENTIFINES.COM

SCOUTISME - CASTORS, LOUVETEAUX / LOUVETTES, ÉCLAIREURS

🏠 6821, RUE D'ARAGON

📞 514 761-6595

GROUPE SCOUT SAINT-ZOTIQUE

🏠 4561, RUE NOTRE-DAME OUEST (SOUS-SOL DE L'ÉGLISE SAINT-ZOTIQUE)

📞 514 932-3634 OU 514 937-6944

🌐 95STZOTIQUE.WEBS.COM

TYNDALE SAINT-GEORGES

🏠 870, RUE RICHMOND

📞 514 931-6265

YMCA POINTE-SAINT-CHARLES 🏠

🏠 255, AV. ASH

📞 514 935-4711

🌐 YMCAQUEBEC.ORG

BIBLIOTHÈQUES

BIBLIOTHÈQUE GEORGES-VANIER 🏠

🏠 2450, RUE WORKMAN

📞 JEUNES : 514 872-2002
ADULTES : 514 872-2001

BIBLIOTHÈQUE MARIE-UGUAY 🏠

🏠 6052, BOUL. MONK

📞 514 366-6965

📞 JEUNES : 514 872-4414
ADULTES : 514 872-4097

BIBLIOTHÈQUE SAINT-CHARLES 🏠

JEUNES :

🏠 1050, RUE D'HIBERNIA (ANGLE MULLINS)

📞 514 872-3035

ADULTES :

🏠 2333, RUE MULLINS (ANGLE D'HIBERNIA)

📞 514 872-3092

BIBLIOTHÈQUE SAINT-HENRI 🏠

🏠 4707, RUE NOTRE-DAME OUEST

📞 JEUNES ET ADULTES : 514 872-2879

MAISON DE LA CULTURE

MAISON DE LA CULTURE MARIE-UGUAY 🏠

🏠 6052, BOUL. MONK

📞 514 872-2044

DIRECTION CULTURE, SPORTS, LOISIRS ET DÉVELOPPEMENT SOCIAL

🏠 815, RUE BEL-AIR

📞 514 872-0311

RÉOUVERTURE DU CENTRE SAINT-CHARLES AUTOMNE 2015

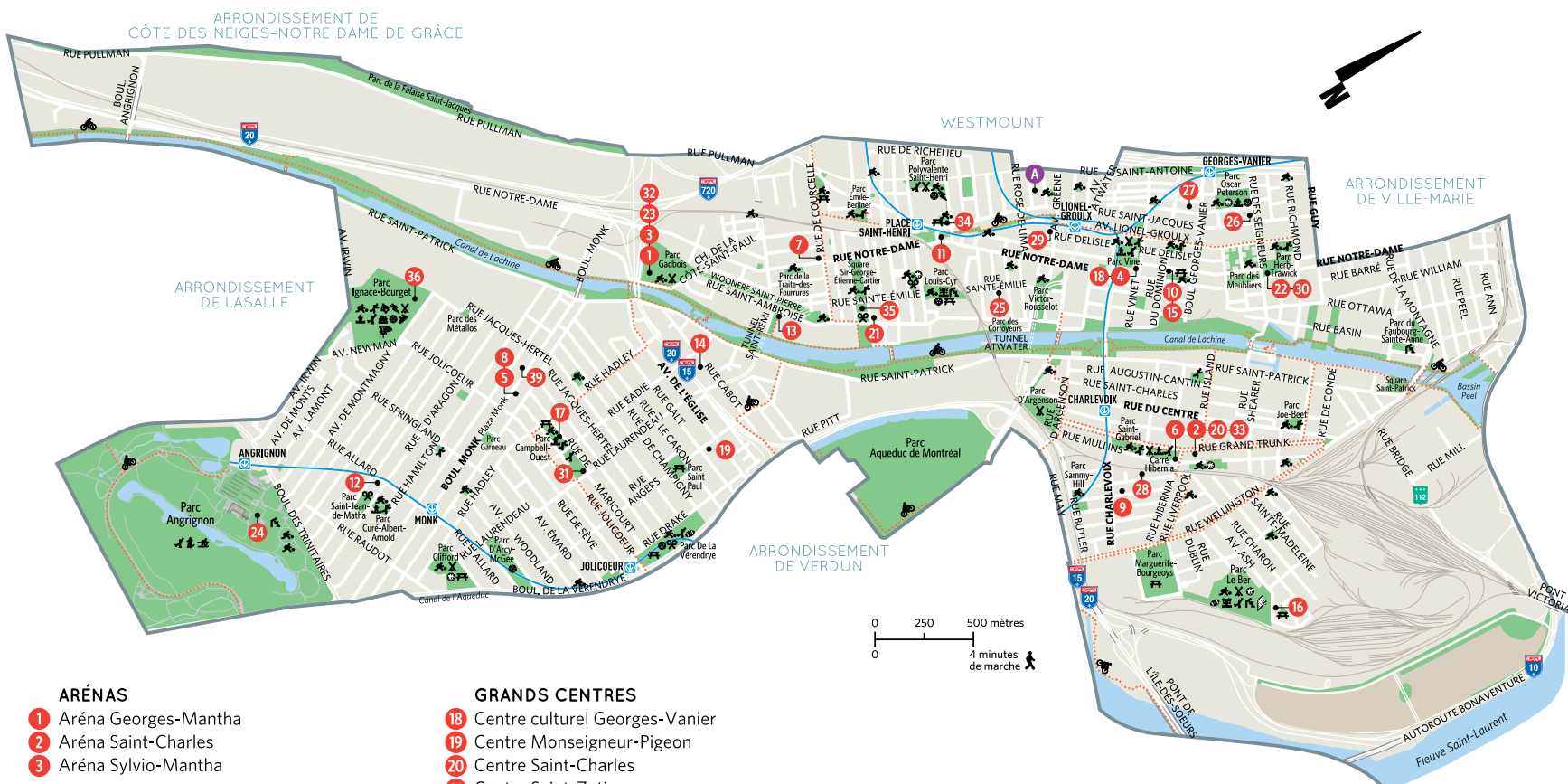
LOISIRS SAINT-CHARLES

Communiquez avec l'organisme pour de plus amples informations concernant la programmation offerte.

CASO

Les bureaux sont relocalisés au complexe récréatif Gadbois.

ARRONDISSEMENT DU SUD-OUEST



ARÉNAS

- 1 Aréna Georges-Mantha
- 2 Aréna Saint-Charles
- 3 Aréna Sylvio-Mantha

BIBLIOTHÈQUES ET MAISON DE LA CULTURE

- 4 Bibliothèque Georges-Vanier
- 5 Bibliothèque Marie-Uguay
- 6 Bibliothèque Saint-Charles
- 7 Bibliothèque Saint-Henri
- 8 Maison de la culture Marie-Uguay

CENTRES COMMUNAUTAIRES

- 9 Centre Lorne
- 10 Centre Sainte-Cunégonde
- 11 Centre Saint-Henri
- 12 Centre Saint-Jean-de-Matha
- 13 Centre Saint-Paul

ENVIRONNEMENT

- 14 Écocentre Eadie
- 15 Éco-quartier Sud-Ouest-Petite-Bourgogne
- 16 Éco-quartier Sud-Ouest-Pointe-Saint-Charles
- 17 Éco-quartier Sud-Ouest-Saint-Paul-Émard

GRANDS CENTRES

- 18 Centre culturel Georges-Vanier
- 19 Centre Monseigneur-Pigeon
- 20 Centre Saint-Charles
- 21 Centre Saint-Zotique
- 22 Centre sportif de la Petite-Bourgogne
- 23 Complexe récréatif Gadbois

JARDINS COMMUNAUTAIRES

- 24 Jardin communautaire Angrignon
- 25 Jardin communautaire des Bons-Voisins
- 26 Jardin communautaire des Seigneurs
- 27 Jardin communautaire de la Petite-Bourgogne
- 28 Jardin communautaire de la Pointe-Verte
- 29 Jardin communautaire Rose-de-Lima

PISCINES INTÉRIEURES

- 30 Piscine de la Petite-Bourgogne
- 31 Piscine Émard
- 32 Piscine Gadbois
- 33 Piscine Saint-Charles
- 34 Piscine Saint-Henri

PISCINES EXTÉRIEURES

- 35 Piscine George-Étienne-Cartier
- 36 Piscine Ignace-Bourget

SALLE DE SPECTACLE

- 37 Théâtre Paradoxe

RESSOURCES MUNICIPALES

- A Bureau d'arrondissement du Sud-Ouest
815, rue Bel-Air
- 311 Bureau Accès Montréal
ville.montreal.qc.ca/sud-ouest

