

AUTOMNE 2013
HIVER 2014



Répertoire des activités

CULTURE • SPORTS • LOISIRS
• DÉVELOPPEMENT SOCIAL •



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



Ahuntsic-Cartierville

Montréal





Des activités de loisir et de sport près de chez toi adaptées à ta réalité et tes besoins!

La carte **Déclik Loisir** offre aux 16-35 ans, avec ou sans enfants, une plus grande flexibilité quant à l'horaire et donne aussi la possibilité de faire l'essai de plusieurs activités.



Pour tous les détails, visite la page Facebook **Déclik Loisir Ahuntsic-Cartierville**.

LOISIRS en ligne

ville.montreal.qc.ca/loisirsenligne

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



Comme chaque année, l'arrivée du Répertoire d'Ahuntsic-Cartierville est attendue par des milliers de résidents de l'arrondissement. L'automne 2013 et l'hiver 2014 seront des saisons très actives sur le plan de l'animation sportive et des loisirs. Notre volonté est de soutenir des pratiques qui contribuent à développer un lien social plus que jamais indispensable.

Au fil des pages de cette édition, vous découvrirez une offre d'activités importante où chacun peut s'adonner à sa discipline favorite, que ce soit suivre des cours 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

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



Émilie Thuillier
Conseillère de la ville,
district d'Ahuntsic

emilie.thuillier
@ville.montreal.qc.ca



Jocelyn Ann Campbell
Conseillère de la ville,
district de Saint-Sulpice

jacampbell
@ville.montreal.qc.ca



Étienne Brunet
Conseiller de la ville,
district du Sault-au-
Récotlet

etienne.brunet
@ville.montreal.qc.ca

Répertoire des activités

AUTOMNE 2013
HIVER 2014

Pour information

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



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

Renseignements
Tél. : 3 1 1

Horaire

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

Production

Division des relations avec les citoyens et communication

Dépôt légal

Bibliothèque et Archives nationales du Canada
Août 2013-08-30
ISSN 1923-7170

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

cslds_ahuntsic_cartierville@ville.montreal.qc.ca

Table des matières

1 Parcs et installations de l'arrondissement

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

2 Organismes

- 22 ORGANISMES PARTENAIRES
- 28 ORGANISMES ET SERVICES POUR LES PERSONNES VIVANT AVEC UNE DÉFICIENCE

3 Sports et Loisirs

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

4 Le YMCA Cartierville

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

5 Complexe sportif Claude-Robillard

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

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



www.ville.montreal.qc.ca/ahuntsic-cartierville

1 Parcs et installations de l'arrondissement

AHUNTSIC-CARTIERVILLE

District de Bordeaux-Cartierville



Harout Chitilian

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

District d' Ahuntsic



Émilie Thuillier

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

District du Sault-au-Récollet



Étienne Brunet

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



Services et installations

- 1 Aréna Ahuntsic : 10560, rue Saint-Hubert
- 2 Aréna Marcellin-Wilson : 11301, boulevard de l'Acadie
- 3 Bibliothèque d'Ahuntsic : 10300, rue Lajeunesse
- 4 Bibliothèque de Cartierville : 5900, rue De Salaberry
- 5 Bibliothèque de Salaberry : 4170, rue De Salaberry
- 6 Café de Da (Internet) : 545, rue Fleury Est
- 7 YMCA Cartierville : 11885, boulevard Laurentien
- 8 Complexe sportif Claude-Robillard : 1000, avenue Émile-Journault

Éco-quartier Ahuntsic-Cartierville :

- 9 Boutique Lajeunesse : 10416, rue Lajeunesse
- 10 Boutique De Salaberry : 5090, rue De Salaberry, bureau 102
- 11 Boutique Fleury Est : 2331, rue Fleury Est
- 12 Maison de la culture Ahuntsic-Cartierville : 10300, rue Lajeunesse
- 13 Écocentre Acadie : 1200, boulevard Henri-Bourassa Ouest
- 14 Complexe Sophie-Barat : 10851, avenue Saint-Charles

District de Saint-Sulpice



Jocelyn Ann Campbell

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

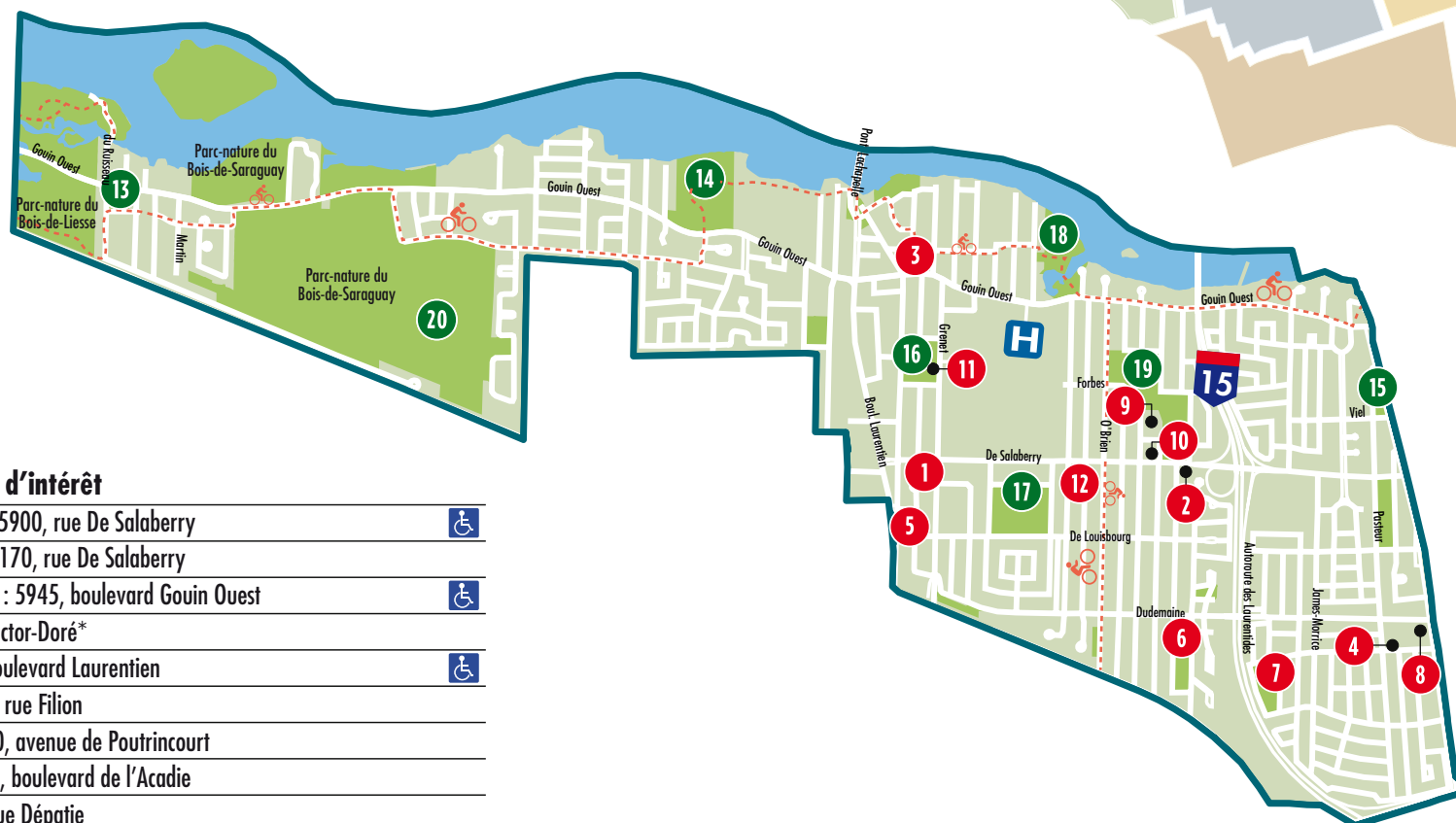
BUREAU D'ARRONDISSEMENT

555, rue Chabanel Ouest, bureau 600

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

1 Parcs et installations de l'arrondissement

DISTRICT DE BORDEAUX-CARTIERVILLE



Installations et points d'intérêt

- | | | |
|----|---|--|
| 1 | Bibliothèque de Cartierville : 5900, rue De Salaberry | |
| 2 | Bibliothèque de Salaberry : 4170, rue De Salaberry | |
| 3 | Centre culturel de Cartierville : 5945, boulevard Gouin Ouest | |
| 4 | Centre l'Acadie : 2005, rue Victor-Doré* | |
| 5 | YMCA Cartierville : 11885, boulevard Laurentien | |
| 6 | École Alice-Parizeau : 11715, rue Filion | |
| 7 | École Gilles-Vigneault : 11400, avenue de Poutrincourt | |
| 8 | École La Dauversière : 11600, boulevard de l'Acadie | |
| 9 | École Sainte-Odile : 12055, rue Dépatie | |
| 10 | Église Sainte-Odile : 4545, rue De Salaberry | |
| 11 | Maison des jeunes Bordeaux-Cartierville : 12120, rue Grenet | |
| 12 | Éco-quartier Ahuntsic-Cartierville/Boutique De Salaberry : 5090, rue De Salaberry | |

*Déménagement de certains organismes au Centre communautaire de Bordeaux-Cartierville, situé au 1405, boulevard Henri-Bourassa Ouest en septembre 2013



Parcs et activités

- | | | |
|----|---|--|
| 13 | Parc Camille : 9350, boulevard Gouin Ouest | |
| 14 | Parc de Beauséjour : boulevard Gouin Ouest/rue Olivier | |
| 15 | Parc de Bordeaux : boulevard de l'Acadie/rue Viel | |
| 16 | Parc De Méry : 12120, rue Grenet | |
| 17 | Parc de Louisbourg : rue de Louisbourg/rue De Tracy | |
| 18 | Parc Raimbault : 12377, rue Notre-Dame-Des-Anges | |
| 19 | Parc Sainte-Odile : 12055, rue Dépatie | |
| 20 | Parc-nature du Bois-de-Saraguay : 9095, boulevard Gouin Ouest | |

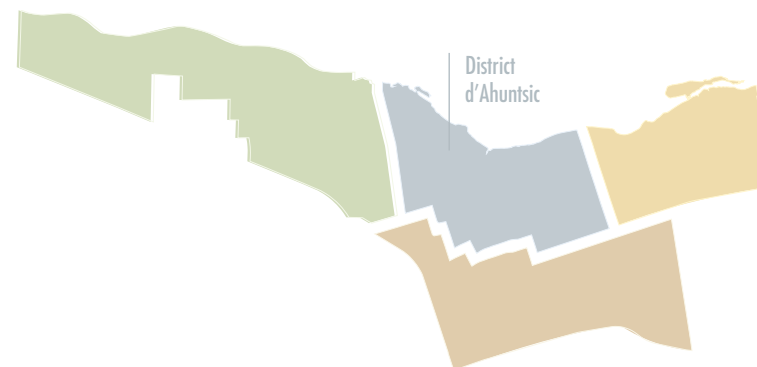
1 Parcs et installations de l'arrondissement

DISTRICT D'AHUNTSIC



Installations et points d'intérêt

- | | | |
|----------------|--|--|
| 1 | Aréna Ahuntsic : 10560, rue Saint-Hubert | |
| 2 | Aréna Marcelin-Wilson : 11301, boulevard de l'Acadie | |
| 3 | Bibliothèque d'Ahuntsic : 10300, rue Lajeunesse | |
| 4 | Café de Da (Internet) : 545, rue Fleury Est | |
| 5 | Centre UFA : 161, boulevard Henri-Bourassa Ouest | |
| 6 | École Ahuntsic : 10615, boulevard Saint-Laurent | |
| 7 | École Évangéline : 11845, boulevard de l'Acadie | |
| 8 | École François-de-Laval : 12050, avenue du Bois-de-Boulogne | |
| 9 | École Saint-André-Apôtre : 215, rue Prieur Ouest | |
| 10 | École Saint-Benoît : 500, avenue du Mont-Cassin | |
| 11 | Centre Scalabrini (église Sainte-Rita) : 655, rue Sauriol Est | |
| 12 | Église Saint-Jude : 10120, avenue D'Auteuil | |
| 13 | Maison de la culture d'Ahuntsic-Cartierville : 10300, rue Lajeunesse | |
| 14 | Éco-quartier Ahuntsic-Cartierville/Boutique Lajeunesse : 10416, rue Lajeunesse | |
| NOUVEAU | Centre communautaire de Bordeaux-Cartierville : 1405, boulevard Henri-Bourassa Ouest | |



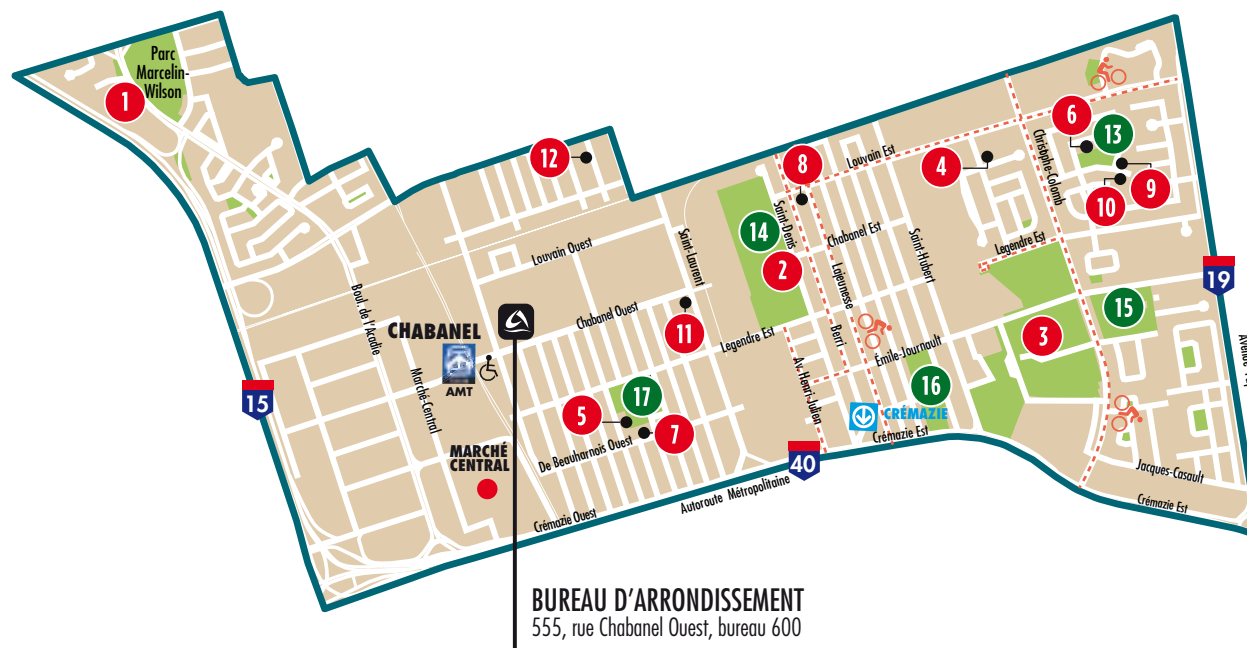
Parcs et activités

- | | | |
|----|---|--|
| 15 | Parc Ahuntsic : 10555, rue Lajeunesse | |
| 16 | Parc D'Auteuil : 350, rue Sauvé Est | |
| 17 | Parc de la Merci : boulevard Govin Ouest/rue Poincaré | |
| 18 | Parc Marcelin-Wilson : 350, rue Sauvé Est | |
| 19 | Parc Nicolas-Viel : 95, boulevard Govin Ouest | |
| 20 | Parc Saint-André-Apôtre : 215, rue Prieur Ouest | |
| 21 | Parc Saint-Benoît : rue Sauvé Ouest/rue Meilleur | |

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

1 Parcs et installations de l'arrondissement

DISTRICT DE SAINT-SULPICE



Installations et points d'intérêt

- 1 Centre de bocce l'Acadie : 10526, boulevard de l'Acadie
- 2 Centre Henri-Julien : 9300, rue Saint-Denis
- 3 Complexe sportif Claude-Robillard : 1000, avenue Émile-Journault
- 4 Centre des Jeunes Saint-Sulpice : 9455, avenue Olivier-Maurault, 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

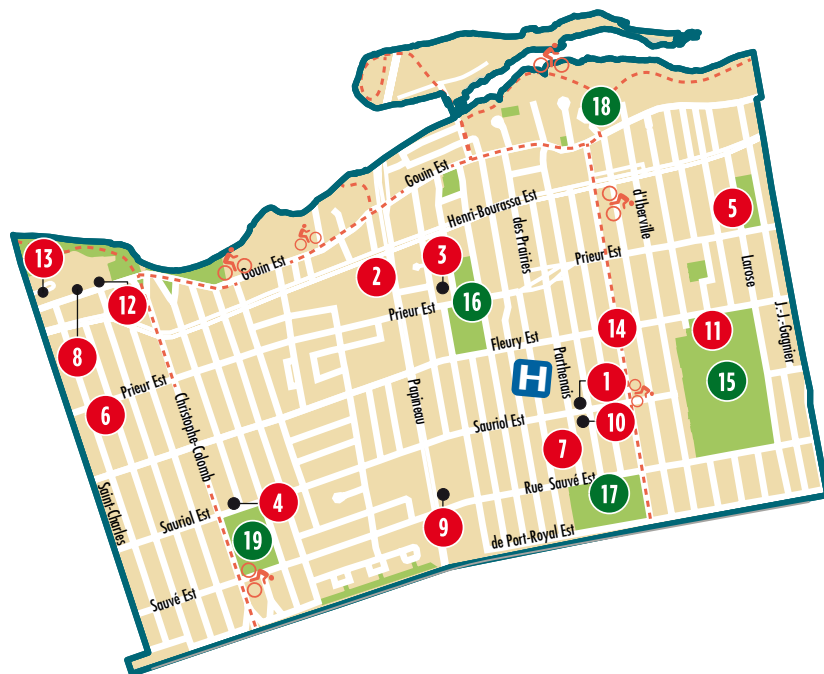
Parcs et activités

- 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



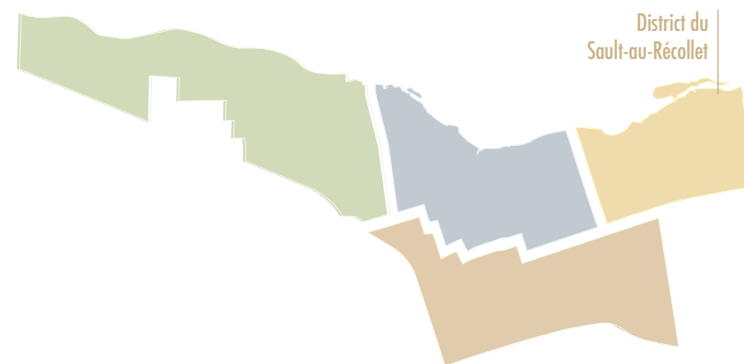
1 Parcs et installations de l'arrondissement

DISTRICT DU SAULT-AU-RÉCOLLET



Installations et points d'intérêt

- 1 Centre Saints-Martyrs-Canadiens : 10125, rue Parthenais
- 2 Collège Mont-Saint-Louis : 1700, boulevard Henri-Bourassa Est
- 3 École la Visitation : 10591, rue Séguin
- 4 École Louis-Colin : 10122, boulevard Olympia
- 5 École Saint-Antoine-Marie-Claret : 10600, avenue Larose
- 6 École Saint-Paul-de-la-Croix : 10495, avenue Georges-Baril
- 7 École Saints-Martyrs-Canadiens : 9920, rue Parthenais
- 8 École Sophie-Barat : 1239, boulevard Gouin Est
- 9 École St-Pius-X : 9955, avenue Papineau
- 10 Église Saints-Martyrs-Canadiens : 10007, rue Parthenais
- 11 Maison des Hirondelles : rue Fleury Est/avenue Larose
- 12 Maison des jeunes «Le squatt» d'Auntsic : 1239 A, boulevard Gouin Est
- 13 Complexe Sophie-Barat : 10851, avenue Saint-Charles
- 14 Éco-quartier Ahuntsic-Cartierville/Boutique Fleury Est : 2331, rue Fleury Est



Parcs et activités

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



1 Parcs et installations de l'arrondissement

COORDONNÉES DES LIEUX D'ACTIVITÉS

LIEUX D'ACTIVITÉS

 = accessible pour les personnes à mobilité réduite



ARÉNAS

Aréna Ahuntsic

10560, rue Saint-Hubert
514 872-6115



Aréna Marcelin-Wilson

11301, boul. de l'Acadie
514 872-6191

Aréna Michel-Normandin

Complexe sportif Claude-Robillard
850, av. Émile-Journault
514-872-6900



BIBLIOTHÈQUES

Bibliothèque d'Ahuntsic

10300, 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

545, rue Fleury Est
514 872-5674



CENTRES DE LOISIRS

Centre communautaire **NOUVEAU** de Bordeaux-Cartierville

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

Centre culturel de Cartierville

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



Centre de bocce l'Acadie

10526, 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
Loisirs Christ-Roi
514 872-3272



Centre Saints-Martyrs-Canadiens

10125, rue Parthenais
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333

Maison Berthe-Louard

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

Maison des Hirondelles

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



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)

Centre Scalabrini

(église Sainte-Rita)
655, rue Sauriol Est
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015

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 Saint-Isaac-Jogues

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

Église Saints-Martyrs-Canadiens

10007, rue Parthenais
514 872-3810

GYMNASES

Collège Mont-Saint-Louis

1700, boul. Henri-Bourassa Est
514 872-0241

Complexe Sophie-Barat

10851, av. Saint-Charles
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015



Complexe sportif Claude-Robillard

1000, av. Émile-Journault
514 872-6900



École Ahuntsic

10615, boul. Saint-Laurent
Union des Familles d'Ahuntsic
514 331-6413

École Évangeline

11845, boul. l'Acadie
Loisirs de l'Acadie de Montréal Inc.
514 856-2224

École John-Caboto

8955, rue Meunier
Les copains de St-Simon
514 872-3273

École La Dauversière

11600, boul. de l'Acadie
Loisirs de l'Acadie de Montréal Inc.
514 856-2224

École la Visitation

10591, rue Séguin
Loisirs Sophie-Barat (dès janvier)
514 872-1015

École Louis-Colin

10122, 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

10600, 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 Saint-Isaac-Jogues
514 872-6699

École Sainte-Odile

12055, 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

10495, av. Georges-Baril
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015

École Saint-Simon-Apôtre

195, rue de Beauharnois Ouest
Les copains de St-Simon
514 872-3273

École St-Pius-X

9955, av. Papineau
514 872-0241

YMCA Cartierville

11885, boul. Laurentien
514 313-1047



MAISONS DE JEUNES

Centre des jeunes Saint-Sulpice

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

Jeunesse-2000 l'Acadie

2005, rue Victor-Doré
514 872-9208

Jeunesse-2000

Saints-Martyrs-Canadiens
10125, rue Parthenais
514 872-9209

Maison des jeunes de Bordeaux-Cartierville

12120, rue Grenet
514 333-5103



Maison des jeunes

Le squatt d'Ahuntsic
1239 A, boul. Gouin Est
514 383-6193

MAISON DE LA CULTURE

Maison de la culture

Ahuntsic-Cartierville
10300, rue Lajeunesse
514 872-8749



PISCINES INTÉRIEURES

Piscine Claude-Robillard

1000, av. Émile-Journault
514 872-6900



Piscine Sophie-Barat

10851, av. Saint-Charles
514 872-1136



Piscine YMCA Cartierville

11885, boul. Laurentien
514 313-1047



2 Organismes

- 22 ORGANISMES PARTENAIRES
- 28 ORGANISMES ET SERVICES POUR LES PERSONNES VIVANT AVEC UNE DÉFICIENCE



CULTURELS

ALLIANCE CULTURELLE

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

1474, rue Fleury Est, H2C 1S1
514 382-5716

www.allianceculturelle.qc.ca
allianceculturelle@presage.org

CENTRE CULTUREL DE CARTIERVILLE

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

5945, boul. Gouin Ouest, 2^e étage, H4J 1E5

514 872-6248
www.centrecultureldecartierville.com
ccc1@bellnet.ca

CITÉ HISTORIA

Créé en 1998, Cité historia a pour mission de promouvoir le patrimoine du site historique du Sault-au-Récollet.

10897, rue du Pont, H2B 2H3
514 850-4222

www.citehistoria.qc.ca
info@citehistoria.qc.ca

FESTIBLUES**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.

10780, rue Laverdure, H3L 2L9
514 337-8425

www.festiblues.com
info@festiblues.com

FOYER DE LA DANSE AHUNTSIC-CARTIERVILLE (LE)

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

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

514 334-6549
poladians@hotmail.com

LOISIRS

CLUB DE BOCCÉ L'ACADIE

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

10526, 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.

10125, rue Parthenais, H2B 2L6
www.echecsahuntsic.com
info@echecsahuntsic.com

CLUB D'ORNITHOLOGIE D'AHUNTSIC

Promouvoir le loisir ornithologique.

10780, rue Laverdure, H3L 2L9
438 338-4138

www.coamontreal.org
info@coamontreal.org

COPAINS DE SAINT-SIMON (LES)

Offrir une diversité d'activités aux enfants de 6-12 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

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.

10600, rue Larose, H2B 2Z3
514 872-6036

SAINT-ISAAC-JOGUES

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

1322, rue Chabanel Est, H2M 1E1
514 872-6699

www.loisirsstij.com
loisirs.sij@gmail.com

LOISIRS SOPHIE-BARAT

Favoriser l'accès à des activités culturelles et sportives.

10851, av. Saint-Charles, H2C 3H7 (lieu des activités)
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.

10125, rue Parthenais, H2B 2L6
514 872-5333

www.loisirsstsmartyrs.com
loisirs_saints_martyrs@hotmail.com

MONOVIE AHUNTSIC

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

10007, rue Parthenais, H2B 2L3
514 240-3234

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.

12055, rue Dépatie, H4J 1W9
514 872-6016

www.slso.ca
information@slso.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**

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

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

10125, rue Parthenais, H2B 2L6

514 872-9209
Facebook : Jeunesse SMC
j2000smc@hotmail.com

MAISON DES JEUNES D'AHUNTSIC (LE SQUATT)

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

1239, boul. Gouin Est, H2C 1B3
514 383-6193

lesquatt@gmail.com

MAISON DES JEUNES BORDEAUX-CARTIERVILLE

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

12120, rue Grenet, H4J 2P4

514 333-5103
2005, rue Victor-Doré, H3M 1S4

514 872-9208
www.mdjbc.org
info@mdjbc.org

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

MONOVIE AHUNTSIC

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

514 253-3022
lucien.legault@videotron.ca

PARC-NATURE DU BOIS DE LIESSE

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

PARC-NATURE DE L'ÎLE DE LA VISITATION

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

PARC-NATURE DU BOIS DE SARAGUAY

9095, boulevard Gouin Ouest, H4K 1C3

SPORTIFS

ACADÉ-KICKS

Eduquer le public en offrant des cours, séminaires et 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 (ABAC)

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

514 962-3424
www.baseball-ac.com
info@baseball-ac.com

SPORTIFS

**ASSOCIATION
DES BRAVES
D'AHUNTSIC**

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

**CLUB AQUATIQUE
LES PIRANHAS
DU NORD**

Offrir une diversité de services aquatiques de qualité aux résidents de l'arrondissement d'Ahuntsic-Cartierville.

10851 av. Saint-Charles, H2C 3H7
514 385-1525
www.clubcapn.com
coordocapn@gmail.com

**CLUB D'ATHLÉTISME
IMPULSION**

Promouvoir et offrir des activités d'athlétisme pour les jeunes de 6 à 17 ans.

514 885-1626
Facebook : Club d'athlétisme Impulsion
impulsionclub@gmail.com

**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.

514 382-1560 poste 317
www.cbrnm.com
cbrnm.info@gmail.com

CLUB DE BOXE RING 83 (RIVAL)

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.

11837, rue De Tracy, H4J 2C1
(adresse postale)
514 856-6134
www.handball-chac.com
handball-chac@hotmail.ca

**CLUB DE JUDO
HAKUDOKAN**

Initiation au judo.
10142, boul. Saint-Laurent, H3L 2N7
514 387-6978
www.judohakudokan.com
club@judohakudokan.com

**CLUB DE PATINAGE
ARTISTIQUE L'ACADIE
(CPA ACADIE)**

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

Aréna Marcelin-Wilson
(lieu de l'activité)
514 686-2720
www.cpaacadie.com
info@cpaacadie.com

**PATINAGE
AHUNTSIC**

Offrir des cours de patinage d'initiation, intermédiaires et avancés, en groupe ou privé, à la population d'Ahuntsic.

Aréna Ahuntsic (lieu de l'activité)
C.P 35048, Montréal, H2C 3K4
(adresse postale)
438 789-6576
www.cpaahuntsic.com
info@cpaahuntsic.com

**CLUB DE
PATINAGE DE
VITESSE
MONTREAL
AHUNTSIC**

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

Aréna Marcelin-Wilson
(lieu de l'activité)
1380, rue Prieur, H2C 1L2
(adresse postale)
514 622-4017
www.cpvma.org
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)
514 384-6737
www.braves-ahuntsic.ca
info@braves-ahuntsic.ca

CLUB GYMNIX

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

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

**FÉDÉRATION
SPORTIVE
SALABERRY**

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

1405, boul. Henri-Bourassa Ouest,
H3M 3B2
514 334-3200
www.fssalaberry.ca

ORIOLES DE MONTRÉAL

Promouvoir le baseball de calibre élite (moustique AA à senior élite) avec des entraîneurs qualifiés et le développement des joueurs en priorité.

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

CADETS ET SCOUTS

**CORPS DE CADETS 977
LA DAUVERSIÈRE**

Offrir aux garçons et filles de 12 à 18 ans la possibilité de développer leurs qualités de leader et leur forme physique dans un milieu qui offre des activités sportives, des cours d'orientation, de tir, de premiers soins, de musique et de plein air.

2005, rue Victor-Doré, H3M 1S4
www.cc977.ca
cmdt.977armee@cadets.gc.ca

SCOUTS - 1st David Thompson

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

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

CLUBS D'ÂGE D'OR

ÂGE D'OR JOHN-CABOTO

Briser l'isolement des personnes du 3^e âge avec des activités sociales ou autres.

École John-Caboto
8955, rue Meunier, H2N 1W3
514 872-7418

CLUB ÂGE D'OR L'HARMONIE

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

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

CLUB D'ÂGE D'OR LE MIRAGE

Faire sortir les femmes italiennes de leur domicile et briser la solitude.

1405, boul. Henri-Bourassa Ouest,
H3M 3B2
514 332-1898

CLUB D'ÂGE D'OR POMPEI II

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

10100, rue Larose, H2B 3C7
514 387-3088

**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.

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 église
Saints-Martyrs-Canadiens
10007, 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 église Saint-Jude
10120, av. D'Auteuil, H3L 2K1
514 337-1288
amvyvyan@bell.net

CLUB MARCELIN-WILSON

Offrir des activités de loisirs aux personnes du 3^e âge et les sortir de leur isolement.

Centre de bocce l'Acadie
10526, 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.

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

**LES AÎNÉS DU DOMAINE
SAINT-SULPICE**

Rendre des services à nos aînés en organisant des loisirs pour leur bien-être et pour les sortir de leur isolement. Offrir des cours de danse et de peinture.

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

LES PIONNIERS

Offrir des activités de loisirs aux personnes du 3^e âge et les sortir de leur isolement.

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

SOUTIEN COMMUNAUTAIRE**ASSOCIATION DES RETRAITÉS D'AHUNTSIC**

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

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

AUTOUR DU BÉBÉ

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

10780, rue Laverdure, H3L 2L9
514 667-0584
www.autourdubebe.org
organisme@autourdubebe.org

BOIS URBAIN

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

9015, rue Meilleur, H2N 2A3
514 388-5338
www.boisurbain.org
bu@boisurbain.org

CARREFOUR D'AIDE AUX NOUVEAUX ARRIVANTS (CANA)

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

10780, rue Laverdure, H3L 2L9
514 382-0735
www.cana-montreal.org
infocana@cana-montreal.org

CARTIER ÉMILIE

Aider les personnes démunies au plan socio-économique en leur assurant des conditions minimales de vie et de croissance et en favorisant chez ces personnes une plus grande autonomie et une prise en charge accrues.

12395, rue Lachapelle, H4J 2P7
514 658-3126
le.cartier@videotron.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, H3M 3B2
514 856-3553
www.cabbc.org
cabbc@cabbc.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.

10770, 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

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, H3M 3B2
514 336-3733
www.concertationfemme.ca
info@concertationfemme.ca

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

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

Centre Saints-Martyrs-Canadiens
10125, rue Parthenais, H2B 2L6
514 389-6644

LA CORBEILLE**BORDEAUX-CARTIERVILLE**

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

5080, rue Dudemaine, H4J 1N6
514 856-0838
www.lacorbeillebc.org
info@lacorbeillebc.org

CORPORATION DE DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE COMMUNAUTAIRE (CDEC)

Initiation et soutien de projets qui allient des résultats économiques et les gains sociaux. Offrir des services-conseils et du financement aux entrepreneurs du territoire.

433, rue Chabanel Ouest, bureau 304, H2N 2J9
514 858-1018
www.cdec.qc.ca
info@cdec.qc.ca

ENTRAIDE BOIS-DE-BOULOGNE

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

1405, boul. Henri-Bourassa Ouest, H3M 3B2
514 332-4222
entraidebdb@bellnet.ca

LA MAISON BUISSONNIÈRE

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

10125, 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.

12191, rue Lachapelle, H4J 2P2
514 745-1144
www.lamdpb-c.org
info@lamdpb-c.org

PAUSE-FAMILLE

Offrir un soutien aux familles d'enfants de 0-5 ans du quartier d'Ahuntsic. Les services offerts sont : aide vestimentaire et matérielle (maternité et 0-5 ans), halte-garderie, ateliers d'éveil préscolaire et activités parents/enfants.

10780, 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.

10780, rue Laverdure, H3L 2L9
514 388-7336
www.rapjeunesse.org
info@rapjeunesse.org

RELAX ACTION

Soutien communautaire et activités de groupe aux personnes adultes vivant avec des problèmes de santé mentale et résident sur le territoire nord de Montréal.

10780, rue Laverdure, H3L 2L9
514 385-4868
www.relaxactionmtl.com
info@relaxactionmtl.com

REPÈRE

Favoriser le développement des compétences paternelles en offrant aux pères les outils nécessaires pour créer et maintenir une bonne relation avec leurs enfants.

10780, rue Laverdure, H3L 2L9
514 381-3511
www.repere.org
repere@repere.org

SERVICE DE NUTRITION ET D'ACTION COMMUNAUTAIRE (SNAC)

Offrir de l'aide alimentaire, par le biais d'activités, d'outils et de documentations, aux résidents d'Ahuntsic qui ont un revenu sous le seuil du faible revenu.

10780, 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 sur la sécurité en milieu urbain et à domicile, sur la fraude et le vandalisme urbain.

1405, boul. Henri-Bourassa Ouest, H3M 3B2
514 335-0545
www.tandem-ahuntsic-cartierville.com
tmac@bellnet.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, H3M 3B2
514 332-6348
www.clic-bc.ca
infos@clic-bc.ca

SOLIDARITÉ AHUNTSIC

Rassembler une centaine de membres pour travailler à améliorer les conditions de vie de la population d'Ahuntsic.

10780, rue Laverdure, H3L 2L9
514 382-9090
www.solidariteahuntsic.org
coordination@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.

10780, rue Laverdure, H3L 2L9
tcjahuntsic@gmail.com

TABLE DE CONCERTATION JEUNESSE BORDEAUX-CARTIERVILLE

Contribuer au développement des jeunes de 0-25 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, H3M 3B2
514 336-5554
adjoin@tcjbc.com



2 Organismes

ORGANISMES ET SERVICES POUR LES PERSONNES VIVANT AVEC UNE DÉFICIENCE

DÉFICIENCE INTELLECTUELLE ET AUTISTE

ASSOCIATION DE MONTRÉAL POUR LA DÉFICIENCE INTELLECTUELLE (AMDI)

514 381-2300
www.amdi.info

CORPORATION L'ESPOIR

514 367-3757
www.corporationespoir.org

DÉFICIENCE PHYSIQUE

CENTRE D'INTÉGRATION À LA VIE ACTIVE (CIVA)

514 935-1109
www.civa.qc.ca

ESPACE MULTISOLEIL

514 759-6522
www.espacemultisoleil.org

THÉÂTRE APHASIQUE

514 288-8201
www.theatreaphasique.org

VIOMAX

514 527-4527
www.viomax.org

DÉFICIENCE VISUELLE

ASSOCIATION DES SPORTS POUR AVEUGLES DE MONTRÉAL

514 252-3178
www.sportsaveugles.qc.ca



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

514 933-2739 (ATS)

info@altergo.net
www.altergo.net

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.net/repervmp/indexrep.htm



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

Programme d'accompagnement en loisir

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

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

514 933-2739
www.altergo.net/programmes/accloi.html



Systèmes d'aide à l'audition

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

Pour avoir accès à liste complète des sites disposant de ce système :
www.adsmq.org/montreal.htm



2 Organismes

ORGANISMES ET SERVICES POUR LES PERSONNES VIVANT AVEC UNE DÉFICIENCE



Recensement des personnes ayant des limitations fonctionnelles

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

514 872-3775

Publiphone

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

514 277-4401

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

1 800 463-4315

www.habitation.gouv.qc.ca



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

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

514 280-8211, poste 4
www.stm.info/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

Vignette d'accompagnement touristique et de loisir (VATL)

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

514 933-2739
www.altergo.net/programmes/vignette.html



3 Sports et Loisirs

34 MODALITÉS D'INSCRIPTION

36 ACTIVITÉS DE A À Z

36 Familiales (parent/enfant)

37 Tout-petits

38 Jeunes et adolescents

55 Adultes

69 Aînés

71 SPORTS AQUATIQUES

73 SPORTS DE GLACE



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

Inscriptions

GÉNÉRALES

Automne 2013 :

Lundi 9 et mardi 10 septembre
Heures : 19 h à 21 h

Hiver 2014 :

Lundi 13 et mardi 14 janvier
Heures : 19 h à 21 h

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

CLUBS DE L'ÂGE D'OR

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

SPORTS AQUATIQUES

Club aquatique les Piranhas du Nord
www.clubcapn.com

Les dates d'inscription diffèrent selon les activités et selon si vous êtes résidents, ou non résident de Montréal (voir à la page 71).

SPORTS DE GLACE

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

Club de patinage artistique l'Acadie :
27 au 29 août de 19 h à 21 h à la salle
Achuntsic du YMCA Cartierville
et les 7 et 14 septembre de 12 h à 15 h
à l'aréna Marcelin-Wilson

Patinage Achuntsic :
27 au 29 août de 19 h à 20 h 30 à l'aréna Achuntsic

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

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



Où s'inscrire ?

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

Modalités de paiement

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

Priorité d'inscription

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

Annulation ou modification à la programmation

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

Politique de remboursement

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

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

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

HORAIRE DES ACTIVITÉS SUJET À CHANGEMENTS

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

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

Familiales (parent/enfant)

ACTIVITÉS LUDIQUES

Activités motricités > 2 - 5 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Samedi 9 h à 10 h
Aut. : 10 semaines/50 \$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/65 \$/1^{er} février
Un parent et un enfant

Activités motricités > 2 - 5 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Dimanche 9 h à 10 h
Aut. : 10 semaines/50 \$/29 septembre
Hiv. : 14 semaines/65 \$/2 février
Un parent et un enfant

Éveil à l'anglais > 2 - 4 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 9 h 30 à 12 h
Aut. : 10 semaines/65 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/65 \$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

ACTIVITÉS MOTRICES
LE TOUR DU MONDE DE KARIBOU

Poussins coquins > 12 - 16 mois
Club Gymnix
514 872-1536
YMCA Cartierville
Samedi 9 h à 9 h 50
Aut. : 10 semaines/70 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/18 janvier
Inscr. : en ligne www.gymnix.com

Lapins taquins > 16 - 20 mois
Club Gymnix
514 872-1536
YMCA Cartierville
Samedi 10 h à 10 h 50
Aut. : 10 semaines/70 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/18 janvier
Inscr. : en ligne www.gymnix.com

Ratons fripons > 20 - 24 mois
Club Gymnix
514 872-1536
YMCA Cartierville
Samedi 11 h à 11 h 50
Aut. : 10 semaines/70 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/18 janvier
Inscr. : en ligne www.gymnix.com

Oursons mignons > 2 - 2 1/2 ans
Club Gymnix
514 872-1536
YMCA Cartierville
Dimanche 9 h à 9 h 50
Aut. : 10 semaines/70 \$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/19 janvier
Inscr. : en ligne www.gymnix.com

P'tits loups filous > 2 1/2 - 3 ans
Club Gymnix
514 872-1536
YMCA Cartierville
Dimanche 10 h à 10 h 50
Aut. : 10 semaines/70 \$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/19 janvier
Inscr. : en ligne www.gymnix.com

Renards débrouillards > 3 - 4 ans
Club Gymnix
514 872-1536
YMCA Cartierville
Dimanche 11 h à 11 h 50
Aut. : 10 semaines/70 \$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/19 janvier
Inscr. : en ligne www.gymnix.com

ACTIVITÉS PHYSIQUES

Kinball > 8 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
École Louis-Colin
Samedi 9 h à 10 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/1^{er} février
Un parent et un enfant
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Maman en forme avec bébé > 0 - 2 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Jeudi 9 h à 10 h
Endroit à déterminer
Aut. : 10 semaines/65 \$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/85 \$/30 janvier
Un parent et un enfant

Sports pré-scolaire > 3 - 5 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi 9 h à 10 h 45
Aut. : 10 semaines/85 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/90 \$/28 janvier

Sports pré-scolaire > 3 - 5 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 9 h à 10 h 45
Aut. : 10 semaines/85 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/90 \$/28 janvier

Zumba > 6 - 9 ans
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
École Saint-Benoit
Mardi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/30 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/30 \$/29 janvier
Un parent et un enfant
Inscr. : Centre UFA

Zumba > 10 - 12 ans
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
École Saint-Benoit
Mardi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/30 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/30 \$/28 janvier
Un parent et un enfant
Inscr. : Centre UFA

ARTS DE LA SCÈNE

Arts du cirque en famille
> 5 - 12 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
École Saint-Isaac-Jogues
Samedi 9 h 30 à 11 h
Aut. : 10 semaines/70 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/1^{er} février
Un parent et un enfant.
L'enfant doit être à l'école

DANSE

Danses urbaines en famille
> 5 - 12 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
Église Saint-Isaac-Jogues
Samedi 13 h à 14 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/1^{er} février
Un parent et un enfant
L'enfant doit être à l'école

SPORTS

Badminton > 6 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Dimanche 11 h à 12 h 30
Aut. : 10 semaines/20 \$/29 septembre
Hiv. : 14 semaines/30 \$/1^{er} février
Un parent et un enfant

Badminton > 6 - 12 ans
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Samedi 10 h 30 à 12 h
Aut. : 10 semaines/65 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/65 \$/1^{er} février
Un parent et un enfant
Inscr. : Centre UFA

Badminton > 6 - 12 ans
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Samedi 12 h 15 à 13 h 45
Aut. : 10 semaines/65 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/65 \$/1^{er} février
Un parent et un enfant
Inscr. : Centre UFA

Badminton > 9 - 12 ans
Club de badminton les Raquettes du Nord
514 382-1560 poste 317
Collège du Mont-Saint-Louis
Dimanche 9 h à 10 h 30
Aut. : 15 semaines/50 \$/15 septembre
Hiv. : 17 semaines/50 \$/12 janvier
Tarif ponctuel de 8 \$ par visite

Badminton > 5 - ans +
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
École Saint-Isaac-Jogues
Dimanche 10 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/29 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/2 février

Tout-petits

ACTIVITÉS LUDIQUES

Activités pour tout-petits
> 3 - 5 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 10 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/130 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/130 \$/27 janvier
Frais d'administration 3 \$

Activités pour tout-petits
> 3 - 5 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Vendredi 10 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/130 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/130 \$/31 janvier
Frais d'administration 3 \$

Activités pour tout-petits
> 3 - 5 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Mardi 9 h à 12 h
Aut. : 12 semaines/75 \$/17 septembre
Hiv. : 12 semaines/75 \$/14 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Activités pour tout-petits
> 3 - 5 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Jeudi 9 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/75 \$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/75 \$/16 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Activités pour tout-petits
> 3 - 5 ans

L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Mardi 9 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/75 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/75 \$/29 janvier

APPRENTISSAGE
DES LANGUES

Anglais par le jeu > 3 - 4 ans
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Samedi 9 h 15 à 10 h 15
Aut. : 10 semaines/40 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/40 \$/2 février

Activités pour tout-petits en anglais > 4 - 5 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 10 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/130 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/130 \$/29 janvier
Frais d'administration 3 \$

Anglais par le jeu > 5 - 6 ans
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Samedi 10 h 30 à 11 h 30
Aut. : 10 semaines/40 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/40 \$/2 février

Anglais par le jeu > 3 - 5 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Vendredi 11 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/75 \$/20 septembre
Hiv. : 10 semaines/75 \$/17 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

DANSE

Danse créative/niveau 1 > 3 - 5 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/65 \$/26 septembre
Hiv. : 16 semaines/130 \$/30 janvier
Frais d'administration 3 \$

Danse créative/niveau 2 > 3 - 5 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 13 h à 14 h
Aut. : 10 semaines/65 \$/28 septembre
Hiv. : 15 semaines/130 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$



Danse créative/niveau 3 > 3 - 5 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 14 h 15 à 15 h 15
Aut. : 10 semaines/65 \$/28 septembre
Hiv. : 15 semaines/130 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

Mini-ballet > 3 - 4 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Samedi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/1^{er} février
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Mini-ballet > 4 - 5 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Samedi 11 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/1^{er} février
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Pré-ballet > 4 ans
Foyer de la danse Ahuhtsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Samedi 9 h 30 à 10 h 30
Aut. : 15 semaines/160 \$/21 septembre
Hiv. : 15 semaines/160 \$/25 janvier

Pré-ballet > 5 ans
Foyer de la danse Ahuhtsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Samedi 10 h 30 à 11 h 30
Aut. : 15 semaines/160 \$/21 septembre
Hiv. : 15 semaines/160 \$/25 janvier

Tout-petits

SPORTS

Soccer > 3 - 5 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
École Louis-Colin
Samedi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/1^{er} février
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Soccer > 3 - 5 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
École Saint-Paul-de-la-Croix
Samedi 11 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/1^{er} février
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Taekwondo/Petits dragons
> 3 - 5 ans
Acadé-Kicks
514 995-4257
9850, rue Tolhurst
Jeudi 18 h 15 à 18 h 45
et samedi 10 h à 10 h 30
Aut. : 12 semaines/199 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines
Inscription en tout temps.
Le tarif est pour trois mois d'activités.

Jeunes et Adolescents

ACTIVITÉS DE DÉTENTE

Yoga pour enfants > 5 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 17 h à 18 h
Aut. : 10 semaines/65 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/65 \$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

Yoga/débutant > 6 - 8 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/15 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/15 \$/27 janvier

Yoga/débutant > 9 - 12 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/15 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/15 \$/27 janvier

APPRENTISSAGE
DES LANGUES

Anglais/avancé > 6 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Jeudi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/50 \$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/65 \$/30 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Anglais/débutant > 11 - 15 ans
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Mercredi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/40 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/40 \$/30 janvier

Anglais/débutant > 6 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Jeudi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/50 \$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/65 \$/30 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Anglais/initiation > 6 - 10 ans
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Mercredi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/40 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/40 \$/29 janvier

Anglais/intermédiaire > 6 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Jeudi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/50 \$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/65 \$/30 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Anglais par le jeu > 6 - 8 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 13 h à 14 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

Anglais par le jeu > 9 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 14 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

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

ART CULINAIRE

Cuisine santé/débutant > 6 - 12 ans
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Samedi 9 h 30 à 11 h 30
Aut. : 10 semaines/60 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/1^{er} février

Grand chef > 9 - 12 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/80 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/85 \$/30 janvier

Petit chef > 6 - 8 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/80 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/85 \$/30 janvier

P'tits chefs > 6 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 10 h à 11 h 30
Aut. : 10 semaines/85 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/85 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

ARTS DE LA SCÈNE

Arts du cirque > 5 - 12 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
École Saint-Isaac-Jogues
Samedi 11 h à 12 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/1^{er} février
L'enfant doit être à l'école



ART DRAMATIQUE

Improvisation > 8 - 12 ans
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Vendredi 16 h à 17 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/31 janvier

Mime > 6 - 12 ans
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Mercredi 16 h 15 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/45 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/45 \$/29 janvier

Théâtre > 13 - 18 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Jeudi 19 h 45 à 21 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/30 janvier

Théâtre > 8 - 12 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Jeudi 18 h 30 à 19 h 45
Aut. : 10 semaines/60 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/30 janvier

Théâtre > 8 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Jeudi 18 h à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/60 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/30 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Théâtre > 9 - 13 ans
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Jeudi 16 h 30 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/45 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/55 \$/30 janvier

Théâtre - improvisation théâtrale > 13 - 17 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 17 h 45 à 19 h
Aut. : 10 semaines/25 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/30 \$/28 janvier

Théâtre de A à Z > 8 - 12 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/35 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/40 \$/30 janvier

ARTS PLASTIQUES

Arts plastiques > 6 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 11 h 15 à 12 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

ARTS VISUELS

Argile > 8 - 12 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 -872-9746
Maison Berthe-Louard
Jeudi 15 h 30 à 16 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/30 janvier
Inscr. : École saint-Isaac-Jogues

Art du graffiti > 13 - 15 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/50 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/55 \$/30 janvier

Bande dessinée > 6 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
École Louis-Colin
Mardi 18 h à 19 h 15
Aut. : 10 semaines/60 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/28 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Bande dessinée > 9 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 13 h 30 à 14 h 45
Aut. : 10 semaines/75 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/75 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

Bande dessinée > 6 - 8 ans
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Vendredi 15 h 15 à 16 h 15
Aut. : 10 semaines/45 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/45 \$/31 janvier

Bande dessinée > 9 - 12 ans
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Vendredi 16 h 30 à 17 h 15
Aut. : 10 semaines/45 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/45 \$/31 janvier



Dessin et couleur > 8 - 12 ans
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Vendredi 17 h à 18 h 15
Aut. : 10 semaines/45 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/45 \$/31 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 10 h 30
Aut. : 10 semaines/60 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/1^{er} février
Prévoir 20 \$ pour le matériel

Origami de Noël avec Ginette
> 9 - 12 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
Maison Berthe-Louard
Mardi 15 h 30 à 16 h 45
Aut. : 3 et 10 décembre/
30 \$/24 septembre
Inscr. : École saint-Isaac-Jogues

Peinture et dessin > 6 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/65 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/65 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

Jeunes et
Adolescents

BRICOLAGE

Menuiserie > 7 - 12 ans
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Samedi 9 h à 10 h 30
Aut. : 10 semaines/45 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/45 \$/1^{er} février
Fabrication d'objets miniatures
Matériel non fourni

Menuiserie > 7 - 12 ans
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Samedi 10 h 30 à 12 h
Aut. : 10 semaines/45 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/45 \$/1^{er} février
Fabrication d'objets miniatures
Matériel non fourni

DANSE

Ballet classique > 11 - 12 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Samedi 9 h 30 à 10 h 30
Aut. : 15 semaines/180 \$/21 septembre
Hiv. : 15 semaines/180 \$/25 janvier

Ballet classique > 8 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Samedi 11 h 45 à 12 h 45
Aut. : 15 semaines/180 \$/21 septembre
Hiv. : 15 semaines/180 \$/25 janvier

Ballet classique > 9 - 10 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Samedi 10 h 30 à 11 h 30
Aut. : 15 semaines/180 \$/21 septembre
Hiv. : 15 semaines/180 \$/25 janvier

Ballet classique > 7 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Samedi 12 h 45 à 13 h 45
Aut. : 15 semaines/170 \$/21 septembre
Hiv. : 15 semaines/170 \$/25 janvier

Ballet classique /niv. 2 > 12 - 14 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Vendredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 15 semaines/180 \$/13 septembre
Hiv. : 15 semaines/180 \$/17 janvier

Ballet classique /niv. 2 > 15 - 18 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Jeudi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 15 semaines/200 \$/19 septembre
Hiv. : 15 semaines/200 \$/23 janvier

Ballet-jazz > 9 - 11 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Vendredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 12 semaines/110 \$/13 septembre
Hiv. : 12 semaines/110 \$/17 janvier

Ballet-jazz > 10 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/23 septembre
Hiv. : 15 semaines/140 \$/27 janvier
Frais d'administration 3 \$

Ballet-jazz > 6 - 7 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/23 septembre
Hiv. : 15 semaines/140 \$/27 janvier
Frais d'administration 3 \$

Ballet-jazz > 8 - 9 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/24 septembre
Hiv. : 16 semaines/140 \$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

Ballet-jazz > 5 - 7 ans
Service des loisirs Sainte-Odile
514 872-6016
Église Sainte-Odile
Lundi 15 h 15 à 16 h 15
Aut. : 12 semaines/20 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/20 \$/27 janvier
Inscr. : École Sainte-Odile

Ballet-jazz > 8 - 12 ans
Service des loisirs Sainte-Odile
514 872-6016
Église Sainte-Odile
Lundi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 12 semaines/20 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/20 \$/27 janvier
Inscr. : École Sainte-Odile

Break dance > 6 - 8 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/15 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/15 \$/30 janvier
Présentation d'un spectacle

Break dance > 13 - 17 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 17 h 45 à 18 h 45
Aut. : 10 semaines/30 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/35 \$/30 janvier
Présentation d'un spectacle

Break dance > 9 - 12 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/15 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/15 \$/30 janvier
Présentation d'un spectacle

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 \$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/30 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Cheerleading > 6 - 17 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Vendredi 15 h 45 à 17 h 15
Aut. : 10 semaines/35 \$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/40 \$/31 janvier
Présentation d'un spectacle

Cheerleading > 10 - 12 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Vendredi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 12 semaines/110 \$/13 septembre
Hiv. : 12 semaines/110 \$/17 janvier

Claquettes/débutant > 8 - 10 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Samedi 13 h 30 à 14 h 30
Aut. : 12 semaines/110 \$/21 septembre
Hiv. : 12 semaines/110 \$/25 janvier



Claquettes/niveau 1 > 6 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 17 h à 18 h
Aut. : 10 semaines/75 \$/24 septembre
Hiv. : 16 semaines/150 \$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

Danse combinée > 10 - 13 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 11 h 15 à 12 h 30
Aut. : 10 semaines/85 \$/28 septembre
Hiv. : 15 semaines/170 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

Danse combinée > 6 - 7 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 10 h à 11 h 15
Aut. : 10 semaines/85 \$/28 septembre
Hiv. : 15 semaines/170 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

Danse combinée > 8 - 9 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 10 h à 11 h 15
Aut. : 10 semaines/85 \$/28 septembre
Hiv. : 15 semaines/170 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

Danse hip-hop > 7 - 11 ans
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Mardi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/40 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/50 \$/28 janvier
Inscr. : Centre UFA

Danse hip-hop > 12 - 15 ans
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Mardi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/40 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/50 \$/28 janvier
Inscr. : Centre UFA

Danse hip-hop > 6 - 9 ans
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
École Saint-Benoit
Lundi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/10 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/10 \$/27 janvier
Inscr. : Centre UFA

Danse hip-hop > 10 - 12 ans
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
École Saint-Benoit
Lundi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/10 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/10 \$/27 janvier
Inscr. : Centre UFA

Danses urbaines > 5 - 8 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
Église Saint-Isaac-Jogues
Mercredi 15 h 30 à 16 h 30
Aut. : 10 semaines/60 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/29 janvier
Inscr. : École Saint-Isaac-Jogues

Danses urbaines > 9 - 12 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
Église Saint-Isaac-Jogues
Mercredi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/60 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/29 janvier
Inscr. : École Saint-Isaac-Jogues

Hip-hop > 9 - 11 ans
Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Vendredi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 12 semaines/100 \$/13 septembre
Hiv. : 12 semaines/100 \$/17 janvier

Hip-hop > 7 - 9 ans
Les copains de Saint-Simon
514 872-3273
École Saint-Simon-Apôtre
Mardi 18 h 15 à 19 h 15
Aut. : 10 semaines/5 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/5 \$/28 janvier

Hip-hop > 10 - 12 ans
Les copains de Saint-Simon
514 872-3273
École Saint-Simon-Apôtre
Mardi 19 h 15 à 20 h 15
Aut. : 10 semaines/5 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/5 \$/28 janvier

Hip-hop > 13 - 17 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/75 \$/23 septembre
Hiv. : 15 semaines/150 \$/27 janvier
Frais d'administration 3 \$

Hip-hop > 6 - 8 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/65 \$/23 septembre
Hiv. : 15 semaines/150 \$/27 janvier
Frais d'administration 3 \$

Hip-hop > 9 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/65 \$/23 septembre
Hiv. : 15 semaines/130 \$/27 janvier
Frais d'administration 3 \$

Hip-hop > 13 - 16 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Samedi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/50 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/1^{er} février

Hip-hop > 9 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Samedi 9 h à 10 h
Aut. : 10 semaines/50 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/1^{er} février

Hip-hop > 5 - 7 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/15 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/15 \$/28 janvier
Présentation d'un spectacle

Jeunes et Adolescents

DANSE

Hip-hop > 5 - 7 ans

Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Samedi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/15 \$/1^{er} février
Présentation d'un spectacle

Hip-hop > 8 - 12 ans

Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Samedi 11 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/15 \$/1^{er} février
Présentation d'un spectacle

Hip-hop > 8 - 12 ans

Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/15 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/15 \$/28 janvier
Présentation d'un spectacle

Hip-hop > 5 - 7 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
Église Sainte-Odile
Mardi 15 h 15 à 16 h 15
Aut. : 12 semaines/20 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/20 \$/28 janvier
Inscr. : École Sainte-Odile

Hip-hop > 8 - 12 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
Église Sainte-Odile
Mardi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 12 semaines/20 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/20 \$/28 janvier
Inscr. : École Sainte-Odile

Hip-hop > 13 - 16 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
Église Sainte-Odile
Mardi 18 h à 19 h 30
Aut. : 12 semaines/20 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/20 \$/28 janvier
Inscr. : École Sainte-Odile

Hip-hop/ado > 13 - 17 ans

Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Samedi 12 h à 13 h 15
Aut. : 10 semaines/30 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/35 \$/1^{er} février
Présentation d'un spectacle

Hip-hop/ado > 13 - 17 ans

Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 17 h 45 à 19 h
Aut. : 10 semaines/30 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/35 \$/28 janvier
Présentation d'un spectacle

Mini-ballet > 5 - 7 ans

Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Samedi 12 h à 13 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/1^{er} février
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Mini-ballet > 8 - 9 ans

Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Samedi 13 h 15 à 14 h 15
Aut. : 10 semaines/60 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/1^{er} février
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Mini-ballet > 9 - 12 ans

Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Samedi 14 h 15 à 15 h 15
Aut. : 10 semaines/60 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/1^{er} février
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Pré-ballet > 6 ans

Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Samedi 11 h 45 à 12 h 45
Aut. : 15 semaines/160 \$/21 septembre
Hiv. : 15 semaines/160 \$/25 janvier

Pré-ballet > 6 ans

Foyer de la danse Ahuntsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Samedi 12 h 45 à 13 h 45
Aut. : 15 semaines/160 \$/21 septembre
Hiv. : 15 semaines/160 \$/25 janvier

Pré-jazz/niveau 1 > 5 - 6 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 13 h à 14 h
Aut. : 10 semaines/70 \$/28 septembre
Hiv. : 15 semaines/140 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

Pré-jazz/niveau 2 > 5 - 6 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 14 h 15 à 15 h 15
Aut. : 10 semaines/70 \$/28 septembre
Hiv. : 15 semaines/140 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

JEUX D'ADRESSE

Bocce > 10 ans +

Club de bocce l'Acadie
514 331-4555
Centre de bocce l'Acadie
Tous les jours 13 h à 17 h et
19 h à 22 h 30
Annuelle/0 \$ avec carte de membre
Carte membre : 20 \$ résident de
l'arrondissement et 30 \$ non résidents

JEUX DE RÔLES

Donjons et dragons > 12 - 15 ans

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Samedi 12 h à 14 h
Aut. : 10 semaines/50 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/1^{er} février

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 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/1^{er} février

Donjons et dragons > 9 - 12 ans

Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
Maison Berthe-Louard
Samedi 10 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/65 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/65 \$/1^{er} février
Inscr. : École Saint-Isaac-Jogues

Donjons et dragons > 13 - 15 ans

Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
Maison Berthe-Louard
Samedi 12 h à 14 h
Aut. : 10 semaines/65 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/65 \$/1^{er} février
Inscr. : École Saint-Isaac-Jogues

Donjons et dragons > 9 - 12 ans

Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
Maison Berthe-Louard
Lundi 15 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/65 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/65 \$/27 janvier
Inscr. : École Saint-Isaac-Jogues

JEUX DE TABLE

Échecs > 7 ans +

Club d'échecs Ahuntsic
info@echecsahuntsic.com
École Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 12 h à 17 h
Aut. : 14 semaines/0 \$/14 septembre
Hiv. : 21 semaines/0 \$/11 janvier
Cotisation annuelle : 30 \$

Initiation aux échecs > 5 - 12 ans

Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
École Saint-Isaac-Jogues
Lundi 15 h 30 à 16 h 30
Aut. : 10 semaines/60 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/27 janvier
L'enfant doit être à l'école

MÉTIERS D'ART

Couture/confection d'accessoires

mode > 12 - 17 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 15 h à 16 h 15
Aut. : 10 semaines/85 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/85 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

Bricolage - bijoux > 8 ans +

Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/50 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/55 \$/30 janvier

Poterie > 8 - 12 ans

Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/80 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/85 \$/30 janvier
Matériel et cuisson inclus

MUSIQUE ET INTERPRÉTATION

Atelier musique vocale > 13 ans +

Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Mardi 13 h 30 à 14 h 45
Aut. : 10 semaines/80 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/28 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

**Atelier musique vocale > 13 ans +**

Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Mardi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/80 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/28 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Guitare > 13 ans +

Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Lundi entre 18 h 30 à 21 h 45
Aut. : 10 semaines/90 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/27 janvier
Cours semi-privé de 45 minutes/
horaire personnel à déterminer

Guitare > 8 - 17 ans

L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Lundi entre 16 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/150 \$/23 septembre
Hiv. : 15 semaines/225 \$/27 janvier
Cours privé 30 minutes au choix à
partir de 16 h/instrument non fourni

Guitare > 6 - 17 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Mardi 15 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/150 \$/24 septembre
Hiv. : 18 semaines/335 \$/28 janvier
Cours privé de 30 minutes,
horaire au choix à partir de 15 h 30/
instrument non fourni

Guitare > 6 - 17 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Mercredi 15 h 15 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/230 \$/25 septembre
Hiv. : 18 semaines/335 \$/29 janvier
Cours privé de 30 minutes

Guitare > 6 - 17 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Jeudi 15 h 15 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/230 \$/26 septembre
Hiv. : 18 semaines/335 \$/30 janvier
Cours privé de 30 minutes

Guitare > 6 - 17 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Vendredi 15 h 15 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/230 \$/27 septembre
Hiv. : 18 semaines/335 \$/31 janvier
Cours privé de 30 minutes

Guitare > 8 - 17 ans

L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Mardi 15 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/150 \$/24 septembre
Hiv. : 15 semaines/225 \$/28 janvier
Cours privé de 30 minutes,
horaire au choix à partir de 15 h 30/
instrument non fourni

Jeunes et
AdolescentsMUSIQUE ET
INTERPRÉTATION**Guitare** > 8 - 17 ans

L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA

Jeu 15 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/150 \$/26 septembre
Hiv. : 15 semaines/225 \$/30 janvier
Cours privé de 30 minutes,
horaire au choix à partir de 15 h 30/
instrument non fourni

Guitare > 8 - 17 ans

L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA

Merc 15 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/150 \$/25 septembre
Hiv. : 15 semaines/225 \$/29 janvier
Cours privé de 30 minutes,
horaire au choix à partir de 15 h 30/
instrument non fourni

Musique > 6 - 17 ans

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

1405, boul. Henri-Bourassa O.
Lundi 15 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/400 \$/23 septembre
Hiv. : 14 semaines/560 \$/27 janvier
Cours disponibles : piano, chant, guitare

Musique > 6 - 17 ans

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

1405, boul. Henri-Bourassa O.
Mardi 15 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/400 \$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/560 \$/28 janvier
Cours disponibles : piano, chant, guitare

Musique > 6 - 17 ans

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

1405, boul. Henri-Bourassa O.
Mercredi 15 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/400 \$/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/560 \$/29 janvier
Cours disponibles : piano, chant, guitare

Musique > 6 - 17 ans

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

1405, boul. Henri-Bourassa O.
Jeu 15 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/400 \$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/560 \$/30 janvier
Cours disponibles : piano, chant, guitare

Musique > 6 - 17 ans

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

1405, boul. Henri-Bourassa O.
Vendredi 15 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/400 \$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/560 \$/31 janvier
Cours disponibles : piano, chant, guitare

Musique > 6 - 17 ans

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

1405, boul. Henri-Bourassa O.
Samedi 9 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/400 \$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/560 \$/1^{er} février
Cours disponibles : piano, chant, guitare

Piano > 6 ans +

L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA

Lundi 15 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/150 \$/23 septembre
Hiv. : 15 semaines/225 \$/27 janvier
Cours privé de 30 minutes,
choix d'horaire

Piano > 6 ans +

L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA

Mardi 15 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/150 \$/24 septembre
Hiv. : 15 semaines/225 \$/28 janvier
Cours privé de 30 minutes,
choix d'horaire

Piano > 6 ans +

L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA

Mercredi 15 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/150 \$/25 septembre
Hiv. : 15 semaines/225 \$/29 janvier
Cours privé de 30 minutes,
choix d'horaire

Piano > 6 ans +

L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA

Jeu 15 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/150 \$/26 septembre
Hiv. : 15 semaines/225 \$/30 janvier
Cours privé de 30 minutes,
choix d'horaire

Piano > 6 ans +

L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA

Vendredi 15 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/150 \$/27 septembre
Hiv. : 15 semaines/225 \$/31 janvier
Cours privés de 30 minutes,
choix d'horaire

Piano > 6 ans +

L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA

Samedi 9 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/150 \$/28 septembre
Hiv. : 15 semaines/225 \$/1^{er} février
Cours privé de 30 minutes,
choix d'horaire

Piano > 6 - 17 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile

Mardi 15 h 15 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/230 \$/24 septembre
Hiv. : 18 semaines/335 \$/28 janvier
Cours privé de 30 minutes

Piano > 6 - 17 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile

Merc 15 h 15 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/230 \$/25 septembre
Hiv. : 18 semaines/335 \$/29 janvier
Cours privé de 30 minutes

Piano > 6 - 17 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile

Jeu 15 h 15 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/230 \$/26 septembre
Hiv. : 18 semaines/335 \$/30 janvier
Cours privé de 30 minutes

Piano > 6 - 17 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile

Vendredi 15 h 15 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/230 \$/27 septembre
Hiv. : 18 semaines/335 \$/31 janvier
Cours privé de 30 minutes

Violon > 7 - 17 ans

L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA

Mardi 15 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/150 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/180 \$/28 janvier
Instrument non fourni/
30 minutes/choix d'horaire

Violon > 7 - 17 ans

L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA

Lundi 15 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/150 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/180 \$/27 janvier
Instrument non fourni/
30 minutes/choix d'horaire

SCIENCES

Club sciences > 6 - 12 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 14 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/75 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/75 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

Sciences en folie > 8 - 12 ans

Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/50 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/55 \$/27 janvier

SPORTS

Athlétisme/initiation > 6 - 8 ans

Club d'athlétisme Impulsion
514 885-1626
Église Christ-Roi
Vendredi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/20 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/31 janvier
Frais supplémentaires pour l'achat
d'un chandail (facultatif)

Athlétisme/initiation > 9 - 12 ans

Club d'athlétisme Impulsion
514 885-1626
Église Christ-Roi
Vendredi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/20 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/31 janvier
Frais supplémentaires pour l'achat
d'un chandail (facultatif)

Athlétisme/initiation > 9 - 12 ans

Club d'athlétisme Impulsion
514 885-1626
École Saint-Benoit
Mardi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/28 janvier
Frais supplémentaires pour l'achat
d'un chandail (facultatif)
Inscr. : Centre UFA

Athlétisme/initiation > 6 - 8 ans

Club d'athlétisme Impulsion
514 885-1626
École Saint-Benoit
Mardi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/28 janvier
Frais supplémentaires pour l'achat
d'un chandail (facultatif)
Inscr. : Centre UFA

Athlétisme/initiation > 6 - 12 ans

Club d'athlétisme Impulsion
514 885-1626
École Saint-Simon-Apôtre
Vendredi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/31 janvier
Frais supplémentaires pour l'achat
d'un chandail (facultatif)

Athlétisme/initiation > 6 - 8 ans

Club d'athlétisme Impulsion
514 885-1626
École Saint-Isaac-Jogues
Mercredi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/29 janvier
Frais supplémentaires pour l'achat
d'un chandail (facultatif)

Athlétisme/initiation > 9 - 12 ans

Club d'athlétisme Impulsion
514 885-1626
École Saint-Isaac-Jogues
Mercredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/29 janvier
Frais supplémentaires pour l'achat
d'un chandail (facultatif)

Athlétisme/initiation > 6 - 8 ans

Club d'athlétisme Impulsion
514 885-1626
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Mercredi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/20 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/29 janvier
Frais supplémentaires pour l'achat
d'un chandail (facultatif)

Athlétisme/initiation > 9 - 12 ans

Club d'athlétisme Impulsion
514 885-1626
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Mercredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/20 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/29 janvier
Frais supplémentaires pour l'achat
d'un chandail (facultatif)

**Athlétisme**/initiation > 6 - 8 ans

Club d'athlétisme Impulsion
514 885-1626
École Saint-Paul-de-la-Croix
Samedi 9 h à 10 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/1^{er} février
Frais supplémentaires pour l'achat
d'un chandail (facultatif)
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Athlétisme/initiation > 9 - 12 ans

Club d'athlétisme Impulsion
514 885-1626
École Saint-Paul-de-la-Croix
Samedi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/1^{er} février
Frais supplémentaires pour l'achat
d'un chandail (facultatif)
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Athlétisme/initiation > 6 - 12 ans

Club d'athlétisme Impulsion
514 885-1626
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Mercredi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/20 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/29 janvier
Frais supplémentaires pour l'achat
d'un chandail (facultatif)

Athlétisme/semi-compétitif

> 9 - 15 ans
Club d'athlétisme Impulsion
514 885-1626
Collège Mont-Saint-Louis
Jeu 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/20 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/30 janvier
Frais supplémentaires pour l'achat
d'un chandail (facultatif)

Athlétisme/semi-compétitif

> 8 - 14 ans
Club d'athlétisme Impulsion
514 885-1626
Complexe sportif Claude-Robillard
Lundi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/27 janvier
Frais supplémentaires pour l'achat
d'un chandail (facultatif)
Inscr. : par téléphone

Badminton > 7 - 9 ans

Les copains de Saint-Simon
514 872-3273
École Saint-Simon-Apôtre
Mardi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/10 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/10 \$/28 janvier

Jeunes et
Adolescents

SPORTS

Badminton > 10 - 12 ans
Les copains de Saint-Simon
514 872-3273

École Saint-Simon-Apôtre
Mardi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/10 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/10 \$/28 janvier

Badminton > 8 - 13 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333

Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 17 h à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/20 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/27 janvier
Frais d'administration 3 \$

Badminton > 8 - 9 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224

Endroit à déterminer
Lundi 16 h à 17 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/23 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/27 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Badminton > 10 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224

Endroit à déterminer
Lundi 17 h à 18 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/23 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/27 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Badminton/initiation > 8 - 15 ans
Club de badminton les Raquettes
du Nord
514 382-1560 poste 317
Collège Mont-Saint-Louis
Lundi ou mercredi 18 h 30 à 20 h 30 ou
samedi 9 h à 12 h
Aut. : 15 semaines/20 \$/9 septembre
Hiv. : 17 semaines/20 \$/13 janvier
Une ou deux fois par semaine
Frais de tournoi en sus

Badminton/initiation > 8 - 15 ans
Club de badminton les Raquettes
du Nord
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. : 15 semaines/30 \$/9 septembre
Hiv. : 17 semaines/30 \$/13 janvier
Frais de tournoi en sus

Badminton/initiation > 6 - 9 ans
L'union des familles d'Ahtuntsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Vendredi 18 h à 18 h 45
Aut. : 10 semaines/15 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/31 janvier
Inscr. : Centre UFA

Badminton/libre > 13 - 17 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Lundi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/23 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/27 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Badminton/récréatif > 10 - 12 ans
L'union des familles d'Ahtuntsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Vendredi 18 h 45 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/31 janvier
Inscr. : Centre UFA

Basketball > 7 - 9 ans
Les copains de Saint-Simon
514 872-3273
École John-Caboto
Mardi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/5 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/5 \$/28 janvier
Inscr. : École Saint-Simon-Apôtre

Basketball > 10 - 12 ans
Les copains de Saint-Simon
514 872-3273
École John-Caboto
Mardi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/5 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/5 \$/28 janvier
Inscr. : École Saint-Simon-Apôtre



Basketball > 8 - 12 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 -872-9746
École Saint-Isaac-Jogues
Lundi 18 h à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/20 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/27 janvier

Basketball > 13 - 17 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Samedi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/1^{er} février
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Basketball (mini) > 10 - 12 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Vendredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 12 semaines/0 \$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/0 \$/31 janvier

Basketball (mini) > 13 - 15 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Vendredi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 12 semaines/0 \$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/0 \$/31 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Basketball (mini) > 6 - 9 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Vendredi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 12 semaines/0 \$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/0 \$/31 janvier

Basketball (mini) > 10 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/20 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/30 janvier
Frais d'administration 3 \$

Basketball (mini) > 6 - 9 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/20 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/30 janvier
Frais d'administration 3 \$

Basketball (mini) > 6 - 7 ans
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Mercredi 15 h 15 à 16 h 15
Aut. : 12 semaines/20 \$/25 septembre
Hiv. : 18 semaines/30 \$/29 janvier

Basketball (mini) > 8 - 9 ans
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Mercredi 16 h 15 à 17 h 15
Aut. : 12 semaines/20 \$/25 septembre
Hiv. : 18 semaines/30 \$/29 janvier

Basketball (mini) > 10 - 12 ans
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Mercredi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 12 semaines/20 \$/25 septembre
Hiv. : 18 semaines/30 \$/29 janvier

Basketball (mini) > 6 - 8 ans
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Samedi 13 h 30 à 14 h 30
Aut. : 12 semaines/20 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/20 \$/1^{er} février

Basketball (mini) > 9 - 12 ans
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Samedi 14 h 30 à 15 h 30
Aut. : 12 semaines/20 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/20 \$/1^{er} février

Basketball (mini) > 8 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
École Saint-Paul-de-la-Croix
Lundi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/27 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Basketball (mini) > 6 - 8 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/15 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/15 \$/28 janvier

Basketball (mini) > 9 - 12 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/15 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/15 \$/28 janvier

Basketball/débutant > 7 - 9 ans
L'union des familles d'Ahtuntsic
514 331-6413
École Saint-Benoit
Jeudi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/10 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/10 \$/30 janvier
Inscr. : Centre UFA

Basketball/débutant > 10 - 12 ans
L'union des familles d'Ahtuntsic
514 331-6413
École Saint-Benoit
Jeudi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/10 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/10 \$/30 janvier
Inscr. : Centre UFA

Basketball/fille > 9 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Samedi 15 h 30 à 16 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/1^{er} février
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Basketball/garçon > 8 - 9 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Samedi 14 h 30 à 15 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/1^{er} février
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Basketball/garçon > 10 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Samedi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/1^{er} février
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Basketball/mixte > 6 - 7 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Samedi 13 h 30 à 14 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/1^{er} février
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Basketball/mixte > 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/15 \$/23 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/27 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Basketball/mixte > 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/15 \$/23 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/27 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Basketball/mixte > 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/15 \$/23 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/27 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Basketball/mixte > 5 - 6 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
École Gilles-Vigneault
Mardi 15 h 15 à 16 h 15
Aut. : 10 semaines/15 \$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/28 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Basketball/mixte > 7 - 8 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
École Gilles-Vigneault
Mardi 16 h 15 à 17 h 15
Aut. : 10 semaines/15 \$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/28 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Basketball/mixte > 9 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
École Gilles-Vigneault
Mardi 17 h 15 à 18 h 15
Aut. : 10 semaines/15 \$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/28 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Boxe olympique/niveaux multiples/
fille > 10 ans +
Club de boxe Ring 83 (Rival)
514 872-6138
9810-C, rue Saint-Urbain
Lundi au vendredi 18 h à 19 h 30 ou
20 h à 21 h 30
Annuelle : 52 semaines/140 \$
Inscriptions en tout temps
Veuillez téléphoner du lundi
au vendredi après 18 h

Jeunes et Adolescents

SPORTS

Boxe olympique/niveaux multiples/garçon > 10 ans +

Club de boxe Ring 83 (Rival)
514 872-6138
9810-C, rue Saint-Urbain
Lundi au vendredi 18 h à 19 h 30 ou
20 h à 21 h 30
Annuelle : 52 semaines/140 \$
Inscriptions en tout temps
Veuillez téléphoner du lundi
au vendredi après 18 h

Esgrime/initiation > 6 - 13 ans
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Alice-Parizeau
Vendredi 15 h 45 à 17 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/31 janvier
Inscr. : École Sainte-Odile

Esgrime/intermédiaire > 6 - 13 ans
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Alice-Parizeau
Vendredi 17 h à 18 h 15
Aut. : 10 semaines/20 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/31 janvier
Inscr. : École Sainte-Odile

Esgrime/avancé > 9 - 14 ans
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Alice-Parizeau
Vendredi 18 h 15 à 19 h 45
Aut. : 10 semaines/20 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/31 janvier
Inscr. : École Sainte-Odile

Gymnastique > 6 - 12 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Samedi 9 h 15 à 10 h 45
Aut. : 10 semaines/55 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/1^{er} février

Gymnastique artistique/débutant
> 6 - 9 ans
L'union des familles d'Ahtuntsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Jeudi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/40 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/50 \$/30 janvier
Inscr. : Centre UFA

Gymnastique artistique/débutant
> 10 - 12 ans
L'union des familles d'Ahtuntsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Jeudi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/40 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/50 \$/30 janvier
Inscr. : Centre UFA

Gymnastique au sol > 6 - 9 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Mardi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/50 \$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/70 \$/28 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Gymnastique au sol > 10 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Mardi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/50 \$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/70 \$/28 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Handball/minime mixte
> 10 - 12 ans
Club de handball d'Ahtuntsic-Cartierville
514 856-6134
Collège Mont-Saint-Louis
Dimanche 10 h 30 à 12 h
Aut.-hiv. : 30 semaines/100 \$/
15 septembre
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Handball/benjamin féminin
> 10 - 14 ans
Club de handball d'Ahtuntsic-Cartierville
514 856-6134
YMCA Cartierville
Dimanche 13 h 30 à 15 h
Aut.-hiv. : 30 semaines/175 \$/
15 septembre
Inscr. : Complexe Sophie-Barat



Handball/benjamin masculin
> 12 - 14 ans
Club de handball d'Ahtuntsic-Cartierville
514 856-6134
YMCA Cartierville
Dimanche 15 h à 16 h 30
Aut.-hiv. : 30 semaines/175 \$/
15 septembre
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Handball/cadet féminin
> 14 - 16 ans
Club de handball d'Ahtuntsic-Cartierville
514 856-6134
YMCA Cartierville
Dimanche 13 h 30 à 15 h
Aut.-hiv. : 30 semaines/175 \$/
15 septembre
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Handball/cadet masculin
> 14 - 16 ans
Club de handball d'Ahtuntsic-Cartierville
514 856-6134
Complexe Sophie-Barat
Dimanche 15 h à 16 h 30
Aut.-hiv. : 30 semaines/175 \$/
15 septembre
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Handball/juvénile masculin
> 16 - 18 ans
Club de handball d'Ahtuntsic-Cartierville
514 856-6134
Complexe Sophie-Barat
Dimanche 15 h à 16 h 30
Aut.-hiv. : 30 semaines/200 \$/
15 septembre
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Hockey cosom > 10 - 12 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Lundi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 12 semaines/0 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/0 \$/27 janvier

Hockey cosom > 10 - 12 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Mardi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 12 semaines/0 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/0 \$/28 janvier

Hockey cosom > 6 - 9 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Lundi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 12 semaines/0 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/0 \$/27 janvier

Hockey cosom > 6 - 9 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Mardi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 12 semaines/0 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/0 \$/28 janvier

Hockey cosom > 10 - 12 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
École Saint-Isaac-Jogues
Vendredi 20 h à 21 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/31 janvier
Élèves du primaire seulement

Hockey cosom > 12 - 14 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
École Saint-Isaac-Jogues
Vendredi 21 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/31 janvier
Élèves du secondaire seulement

Hockey cosom > 5 - 7 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
École Saint-Isaac-Jogues
Vendredi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/31 janvier
L'enfant doit être à l'école

Hockey cosom > 8 - 9 ans
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
École Saint-Isaac-Jogues
Vendredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/31 janvier

Hockey cosom > 10 - 12 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/20 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/31 janvier
Frais d'administration 3 \$

Hockey cosom > 6 - 9 ans
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/20 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/31 janvier
Frais d'administration 3 \$

Hockey cosom > 13 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
École Louis-Colin
Lundi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/27 janvier
Lunettes de protection obligatoires
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Hockey cosom > 11 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
École Saint-Paul-de-la-Croix
Vendredi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/31 janvier
Lunettes de protection obligatoires
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Hockey cosom > 6 - 8 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
École Louis-Colin
Lundi 17 h 50 à 18 h 50
Aut. : 10 semaines/15 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/27 janvier
Lunettes de protection obligatoires
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Hockey cosom > 6 - 8 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
École Saint-Paul-de-la-Croix
Vendredi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/31 janvier
Lunettes de protection obligatoires
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Hockey cosom > 9 - 10 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
École Saint-Paul-de-la-Croix
Vendredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/31 janvier
Lunettes de protection obligatoires
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Hockey cosom > 9 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
École Louis-Colin
Mardi 17 h 50 à 18 h 50
Aut. : 10 semaines/15 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/28 janvier
Lunettes de protection obligatoires
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Hockey cosom > 6 - 8 ans
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Mardi 15 h 15 à 16 h 15
Aut. : 12 semaines/20 \$/24 septembre
Hiv. : 18 semaines/30 \$/28 janvier
Lunettes de protection obligatoires



Hockey cosom > 9 - 13 ans
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Mardi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 12 semaines/20 \$/24 septembre
Hiv. : 18 semaines/30 \$/28 janvier
Lunettes de protection obligatoires

Hockey cosom > 14 - 17 ans
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Mardi 17 h 45 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/20 \$/24 septembre
Hiv. : 18 semaines/30 \$/28 janvier
Lunettes de protection obligatoires

Hockey cosom > 6 - 7 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Vendredi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/31 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Hockey cosom > 8 - 9 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Vendredi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/31 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.



Jeunes et Adolescents

SPORTS

Hockey cosom > 10 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Vendredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/31 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Hockey cosom > 13 - 17 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Vendredi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/25 \$/31 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Hockey cosom > 13 - 15 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Vendredi 20 h 30 à 21 h 30
Aut. : 12 semaines/0 \$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/0 \$/31 janvier

Hockey cosom/récréatif > 9 - 12 ans
Les copains de Saint-Simon
514 872-3273
École Saint-Simon-Apôtre
Vendredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/5 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/5 \$/31 janvier

Hockey cosom/récréatif > 6 - 8 ans
Les copains de Saint-Simon
514 872-3273
École Saint-Simon-Apôtre
Vendredi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/5 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/5 \$/31 janvier

Hockey cosom/récréatif > 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/15 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/27 janvier
Inscr. : Centre UFA

Hockey cosom/récréatif
> 10 - 12 ans
L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Lundi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/27 janvier
Inscr. : Centre UFA

Hockey cosom/récréatif > 6 - 8 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/15 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/15 \$/27 janvier

Hockey cosom/récréatif > 9 - 12 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/15 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/15 \$/27 janvier

Hockey cosom/récréatif > 13 - 17 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Samedi 10 h à 11 h 30
Aut. : 10 semaines/25 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/30 \$/1^{er} février

Hockey cosom/récréatif > 13 - 17 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/25 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/30 \$/30 janvier

Hockey cosom/récréatif > 13 - 17 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 17 h 45 à 19 h
Aut. : 10 semaines/25 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/30 \$/29 janvier

Hockey cosom/récréatif > 13 - 17 ans
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Vendredi 17 h 45 à 19 h
Aut. : 10 semaines/25 \$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/30 \$/31 janvier

Jeux collectifs > 6 - 9 ans
Les copains de Saint-Simon
514 872-3273
École John-Caboto
Vendredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/5 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/5 \$/31 janvier
Inscr. : École Saint-Simon-Apôtre

Judo > 9 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
École Saint-Paul-de-la-Croix
Mardi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/55 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/28 janvier
Judoqi requis
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Judo > 6 - 12 ans
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
YMCA Cartierville
Lundi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/27 janvier
Inscr. : École Sainte-Odile

Judo/avancé > 6 - 12 ans
Club de judo Hakudokan
514 387-6978
YMCA Cartierville
Lundi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/55 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/27 janvier
Judoqi requis
Inscr. : École Sainte-Odile

Judo/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 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/29 janvier
Judoqi requis

Judo/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/55 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/28 janvier
Judoqi requis
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Judo/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 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/30 janvier
Judoqi requis

Judo/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 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/27 janvier
Judoqi requis

Judo/débutant > 6 - 12 ans
Club de judo Hakudokan
514 387-6978
YMCA Cartierville
Lundi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/55 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/27 janvier
Judoqi requis
Inscr. : École Sainte-Odile

Judo/niveaux multiples > 6 - 14 ans
Club de judo Hakudokan
514 387-6978
10142, boul. Saint-Laurent
Mercredi 16 h 30 à 17 h 45
Aut.-Hiv. : 36 semaines/195 \$/
25 septembre
Judoqi requis (achat sur place)
Rabais familial

Judo/niveaux multiples > 6 - 14 ans
Club de judo Hakudokan
514 387-6978
10142, boul. Saint-Laurent
Vendredi 16 h 30 à 17 h 45
Aut.-Hiv. : 36 semaines/195 \$/
27 septembre
Judoqi requis (achat sur place)
Rabais familial

Judo/niveaux multiples > 6 - 14 ans
Club de judo Hakudokan
514 387-6978
10142, boul. Saint-Laurent
Samedi 9 h 30 à 11 h
Aut.-Hiv. : 36 semaines/195 \$/
28 septembre
Judoqi requis (achat sur place)
Rabais familial

Judo/niveaux multiples > 6 - 14 ans
Club de judo Hakudokan
514 387-6978
10142, boul. Saint-Laurent
Mercredi ou vendredi 16 h 30 à 17 h 45
et samedi 9 h 30 à 11 h
Aut.-Hiv. : 36 semaines/235 \$/
25 septembre
Judoqi requis (achat sur place)
Rabais familial

Karaté > 5 - 7 ans
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Samedi 9 h à 10 h
Aut. : 12 semaines/45 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/45 \$/1^{er} février
Frais supplémentaires pour l'uniforme

Karaté > 8 - 12 ans
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Samedi 10 h à 11 h
Aut. : 12 semaines/45 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/45 \$/1^{er} février
Frais supplémentaires pour l'uniforme

Karaté/débutant > 5 - 7 ans
Association de Karaté-Dojokai
514 969-4482
YMCA Cartierville
Mardi et vendredi 18 h à 19 h
Aut. : 16 semaines/145 \$/3 septembre
Hiv. : 12 semaines/110 \$/7 janvier
Frais supplémentaires pour l'uniforme
Coût d'affiliation 25 \$

Karaté/débutant > 6 - 12 ans
L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Samedi 9 h 15 à 10 h 15
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/1^{er} février

Karaté/niveau 2 > 6 - 12 ans
L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Samedi 10 h 15 à 11 h 15
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/1^{er} février

Karaté/intermédiaire
> 5 - 7 ans
Association de Karaté-Dojokai
514 969-4482
YMCA Cartierville
Mardi 19 h à 20 h et
samedi 12 h 30 à 13 h 30
Aut. : 16 semaines/145 \$/3 septembre
Hiv. : 12 semaines/110 \$/7 janvier
Frais supplémentaires pour l'uniforme
Coût d'affiliation 25 \$

Karaté/intermédiaire
> 8 - 12 ans
Association de Karaté-Dojokai
514 969-4482
YMCA Cartierville
Mardi 19 h à 20 h et
samedi 12 h 30 à 13 h 30
Aut. : 16 semaines/145 \$/5 septembre
Hiv. : 12 semaines/110 \$/9 janvier
Frais supplémentaires pour l'uniforme
Coût d'affiliation 25 \$

Karaté/niveaux multiples > 8 - 12 ans
Association de Karaté-Dojokai
514 969-4482
YMCA Cartierville
Mardi et vendredi 19 h à 20 h
Aut. : 16 semaines/145 \$/3 septembre
Hiv. : 12 semaines/110 \$/7 janvier
Frais supplémentaires pour l'uniforme
Coût d'affiliation 25 \$

Karaté/niveaux multiples > 13 - 18 ans
Association de Karaté-Dojokai
514 969-4482
YMCA Cartierville
Mardi, jeudi et vendredi 20 h à 21 h 30
Aut. : 16 semaines/175 \$/3 septembre
Hiv. : 12 semaines/135 \$/7 janvier
Frais supplémentaires pour l'uniforme
Coût d'affiliation 25 \$

Kinball > 8 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
École Louis-Colin
Mercredi 18 h à 19 h 15
Aut. : 10 semaines/15 \$/9 octobre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/12 février
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Soccer > 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/15 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/28 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Soccer > 6 - 8 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
École Louis-Colin
Samedi 11 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/1^{er} février
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Jeunes et
Adolescents

SPORTS

Soccer > 6 - 8 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015

École Saint-Paul-de-la-Croix
Lundi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/27 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Soccer > 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/15 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/28 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Soccer > 9 - 12 ans
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015

École Louis-Colin
Jeudi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/30 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Soccer > 6 - 7 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224

Endroit à déterminer
Samedi 10 h 30 à 11 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/1^{er} février
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Soccer > 8 - 9 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224

Endroit à déterminer
Samedi 11 h 30 à 12 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/1^{er} février
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Soccer > 10 - 12 ans
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224

Endroit à déterminer
Samedi 12 h 30 à 13 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/1^{er} février
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Soccer > 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/15 \$/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/29 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Soccer > 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/15 \$/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/29 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Soccer > 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/15 \$/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/29 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Soccer > 5 - 6 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
École Gilles-Vigneault
Jeudi 15 h 15 à 16 h 15
Aut. : 10 semaines/15 \$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/30 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Soccer > 7 - 8 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
École Gilles-Vigneault
Jeudi 16 h 15 à 17 h 15
Aut. : 10 semaines/15 \$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/30 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Soccer > 9 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
École Gilles-Vigneault
Jeudi 17 h 15 à 18 h 15
Aut. : 10 semaines/15 \$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/30 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Soccer (mini) > 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/5 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/5 \$/27 janvier

Soccer (mini) > 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/5 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/5 \$/27 janvier



Soccer (mini) > 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/5 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/5 \$/27 janvier

Soccer (mini) > 5 - 6 ans

Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
École Saint-Isaac-Jogues
Mardi 15 h 30 à 16 h 30
Aut. : 10 semaines/20 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/28 janvier
L'enfant doit être à l'école

Soccer (mini) > 7 - 8 ans

Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
École Saint-Isaac-Jogues
Mardi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/20 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/28 janvier

Soccer (mini) > 6 - 8 ans

Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/15 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/15 \$/30 janvier

Soccer (mini) > 9 - 12 ans

Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/15 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/15 \$/30 janvier

Soccer (mini) > 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 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/0 \$/1^{er} février

Soccer (mini) > 13 - 15 ans

Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Samedi 13 h 45 à 14 h 45
Aut. : 12 semaines/0 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/0 \$/1^{er} février

Soccer (mini) > 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 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/0 \$/1^{er} février

Soccer (mini) > 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 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/0 \$/1^{er} février

Soccer (mini) > 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/20 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

Soccer (mini) > 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/20 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

Soccer (mini) > 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/20 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

Soccer/féminin > 9 - 12 ans

Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
École Saint-Isaac-Jogues
Mardi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/28 janvier

Soccer/fille > 10 - 12 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/15 \$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/1^{er} février
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Soccer/garçon > 8 - 9 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
École La Dauversière
Samedi 11 h 30 à 12 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/1^{er} février
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Soccer/initiation > 6 - 9 ans

L'Union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Mercredi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/29 janvier
Inscr. : Centre UFA

Soccer/initiation > 6 - 9 ans

L'Union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
École Saint-Benoît
Mercredi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/10 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/10 \$/29 janvier
Inscr. : Centre UFA

Soccer/initiation > 5 - 6 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Jeudi 15 h 15 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/20 \$/26 septembre
Hiv. : 18 semaines/30 \$/30 janvier

Soccer/initiation > 7 - 8 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Jeudi 16 h 15 à 17 h 15
Aut. : 12 semaines/20 \$/26 septembre
Hiv. : 18 semaines/30 \$/30 janvier

Soccer/initiation > 9 - 12 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Jeudi 17 h 15 à 18 h 15
Aut. : 12 semaines/20 \$/26 septembre
Hiv. : 18 semaines/30 \$/30 janvier

Soccer/initiation > 6 - 8 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Samedi 11 h à 12 h
Aut. : 12 semaines/20 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/20 \$/1^{er} février

Soccer/initiation > 9 - 12 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Samedi 12 h 30 à 13 h 30
Aut. : 12 semaines/20 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/20 \$/1^{er} février

Soccer/masculin > 9 - 12 ans

Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 -872-9746
École Saint-Isaac-Jogues
Mardi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/28 janvier

Soccer/mixte > 6 - 7 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
École La Dauversière
Samedi 10 h 30 à 11 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/1^{er} février
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Soccer/récréatif > 10 - 12 ans

L'Union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Mercredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/29 janvier
Inscr. : Centre UFA

Soccer/récréatif > 10 - 12 ans

L'Union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
École Saint-Benoît
Mercredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/10 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/10 \$/28 janvier
Inscr. : Centre UFA

Soccer/récréatif > 6 - 9 ans

L'Union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
École Ahuhtsic
Mardi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/28 janvier
Inscr. : Centre UFA

Soccer/récréatif > 10 - 12 ans

L'Union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
École Ahuhtsic
Mardi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/28 janvier
Inscr. : Centre UFA

Jeunes et
Adolescents

SPORTS

Sports collectifs > 6 - 12 ans
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret
514 872-6036

École Saint-Antoine-Marie-Claret
Samedi 14 h 45 à 15 h 45
Aut. : 12 semaines/0 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/0 \$/1^{er} février

Taekwondo > 6 - 8 ans

Acadé-Kicks
514 872-1015
École Louis-Colin
Mercredi 18 h à 18 h 50
Aut. : 10 semaines/55 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/29 janvier
Prévoir achat d'un Dobuk (45 \$)
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Taekwondo > 9 - 12 ans

Acadé-Kicks
514 872-1015
École Louis-Colin
Mercredi 18 h 55 à 19 h 45
Aut. : 10 semaines/55 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/29 janvier
Prévoir achat d'un Dobuk (45 \$)
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Taekwondo > 13 - 17 ans

Acadé-Kicks
514 995-4257
9850, rue Tolhurst # 202
Mercredi 18 h 15 à 19 h 15
et samedi 11 h 15 à 12 h 30
Aut. : 12 semaines/199 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/199 \$/28 janvier
Inscription en tout temps
Le tarif est pour 3 mois d'activités

Taekwondo/ceinture blanche

> 13 - 17 ans
Acadé-Kicks
514 872-1015
École Louis-Colin
Mardi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/55 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/28 janvier
Prévoir achat d'un Dobuk (45 \$)
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Taekwondo/junior > 6 - 12 ans

Acadé-Kicks
514 995-4257
9850, rue Tolhurst # 202
Mercredi 18 h 15 à 19 h
et samedi 10 h 30 à 11 h 15
Aut. : 12 semaines/199 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/199 \$/29 janvier
Inscription en tout temps
Le tarif est pour 3 mois d'activités

Tennis (mini) > 6 - 9 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Dimanche 9 h à 10 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/29 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/2 février
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Tennis (mini) > 10 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Dimanche 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/15 \$/29 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/2 février
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Tennis de table > 8 - 12 ans

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 15 h 45 à 17 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/20 \$/27 janvier
Frais d'administration 3 \$

Tennis de table > 8 ans +

Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Mardi 18 h à 19 h 15
Aut. : 10 semaines/15 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/28 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Tennis de table > 6 - 9 ans

L'union des familles d'A Huntsic
514 331-6413
Centre UFA
Vendredi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/31 janvier

Tennis de table > 10 - 12 ans

L'union des familles d'A Huntsic
514 331-6413
Centre UFA
Vendredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/15 \$/31 janvier

Tennis de table > 6 - 8 ans

Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 15 h 45 à 16 h 45
Aut. : 10 semaines/15 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/15 \$/29 janvier

Tennis de table > 9 - 12 ans

Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 16 h 45 à 17 h 45
Aut. : 10 semaines/15 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/15 \$/29 janvier



Tennis de table > 13 - 15 ans

Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 17 h 45 à 18 h 45
Aut. : 10 semaines/25 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/30 \$/29 janvier

Tennis de table > 9 - 12 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
YMCA Cartierville
Jeudi 17 h 30 à 19 h
Aut. : 12 semaines/20 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/20 \$/30 janvier
Inscr. : École Sainte-Odile

Tennis de table > 6 - 8 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
YMCA Cartierville
Jeudi 16 h à 17 h 30
Aut. : 12 semaines/20 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/20 \$/30 janvier
Inscr. : École Sainte-Odile

Tennis de table > 8 - 9 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Mardi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/28 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Tennis de table > 10 - 12 ans

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Mardi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/15 \$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/20 \$/28 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Volleyball > 13 - 15 ans

Les copains de Saint-Simon
514 872-3273
École Saint-Simon-Apôtre
Mercredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/10 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/10 \$/29 janvier

Volleyball > 13 - 16 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Vendredi 17 h 45 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/20 \$/27 septembre
Hiv. : 18 semaines/30 \$/31 janvier

Volleyball (mini) > 7 - 9 ans

Les copains de Saint-Simon
514 872-3273
École Saint-Simon-Apôtre
Jeudi 18 h à 19 h 15
Aut. : 10 semaines/5 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/5 \$/30 janvier

Volleyball (mini) > 10 - 12 ans

Les copains de Saint-Simon
514 872-3273
École Saint-Simon-Apôtre
Jeudi 19 h 15 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/5 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/5 \$/30 janvier

Volleyball (mini) > 7 - 9 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Vendredi 15 h 15 à 16 h 15
Aut. : 12 semaines/20 \$/27 septembre
Hiv. : 18 semaines/30 \$/31 janvier

Volleyball (mini) > 10 - 12 ans

Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Vendredi 16 h 30 à 17 h 30
Aut. : 12 semaines/20 \$/27 septembre
Hiv. : 18 semaines/30 \$/31 janvier

Volleyball (mini)/initiation

> 8 - 12 ans
L'union des familles d'A Huntsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Samedi 9 h 15 à 10 h 15
Aut. : 10 semaines/10 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/10 \$/1^{er} février
Inscr. : Centre UFA

Adultes

ACTIVITÉS DE DÉTENTE

Aromathérapie > 18 ans +

L'union des familles d'A Huntsic
514 331-6413
Centre UFA
Vendredi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 5 semaines/55 \$/27 septembre
Hiv. : 5 semaines/55 \$/31 janvier

Étirements > 16 ans +

L'union des familles d'A Huntsic
514 331-6413
Centre UFA
Mercredi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/55 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/65 \$/29 janvier

Étirements > 16 ans +

L'union des familles d'A Huntsic
514 331-6413
Centre UFA
Jeudi 13 h à 14 h
Aut. : 10 semaines/55 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/65 \$/30 janvier

Gymnastique douce > 16 ans +

L'union des familles d'A Huntsic
514 331-6413
Centre UFA
Lundi 17 h 45 à 19 h
Aut. : 10 semaines/65 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/65 \$/27 janvier

Gymnastique douce/holistique

> 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/80 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/30 janvier
Frais d'administration 3 \$

Gymnastique douce/holistique

> 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 18 h à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/80 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/30 janvier
Frais d'administration 3 \$

Réflexologie > 18 ans +

L'union des familles d'A Huntsic
514 331-6413
Centre UFA
Lundi 19 h à 21 h
Aut. : 8 semaines/55 \$/23 septembre
Hiv. : 8 semaines/55 \$/27 janvier



Tai chi > 18 ans +

Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Samedi 10 h 30 à 12 h
Aut. : 10 semaines/85 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/90 \$/1^{er} février

Tai chi japonais > 40 ans +

L'union des familles d'A Huntsic
514 331-6413
Centre UFA
Mercredi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/70 \$/29 janvier

Tai chi > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/80 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/30 janvier
Frais d'administration 3 \$

Tai chi Qi Gong > 16 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 18 h à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/80 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/30 janvier
Frais d'administration 3 \$

Tai chi Qi Gong > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 10 h 30 à 12 h
Aut. : 10 semaines/80 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

Adultes

ACTIVITÉS DE DÉTENTE

Yoga > 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Centre Henri-Julien
Mardi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/100 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/105 \$/28 janvier
Inscr. : Église Christ-Roi

Yoga > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Lundi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/27 janvier

Yoga > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
École Ahuentsic
Jeudi 18 h à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/30 janvier
Inscr. : Centre UFA

Yoga > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Mardi 19 h 45 à 20 h 45 et/ou
jeudi 19 h 45 à 20 h 45
Aut. : 10 semaines/65 \$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/85 \$/28 janvier
Possibilité de deux fois/semaine/
Aut. : 120\$/Hiv. : 160 \$
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Yoga/débutant > 16 ans +
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Lundi 18 h 30 à 19 h 45
Aut. : 12 semaines/90 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/90 \$/27 janvier

Yoga/débutant > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 9 h 30 à 10 h 45
Aut. : 10 semaines/85 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/85 \$/30 janvier
Frais d'administration 3 \$

Yoga/débutant > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 18 h 30 à 19 h 45
Aut. : 10 semaines/85 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/85 \$/27 janvier
Frais d'administration 3 \$



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

Yoga/intermédiaire > 16 ans +
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Lundi 20 h à 21 h 15
Aut. : 12 semaines/90 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/90 \$/27 janvier

Yoga/intermédiaire > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 19 h 45 à 21 h
Aut. : 10 semaines/85 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/85 \$/27 janvier
Frais d'administration 3 \$

Yoga > 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/120 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/120 \$/28 janvier

Yoga/débutant > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Mercredi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/29 janvier

Yoga/intermédiaire > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Mercredi 20 h 15 à 21 h 45
Aut. : 10 semaines/90 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/29 janvier

APPRENTISSAGE
DES LANGUES

Allemand/débutant > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Lundi 18 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/27 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Anglais/débutant > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Vendredi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/75 \$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/90 \$/31 janvier

Anglais/débutant > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Lundi 13 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/70 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/80 \$/27 janvier
Livres non inclus

Anglais/débutant > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Lundi 18 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/27 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Anglais/débutant > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Lundi 19 h 30 à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/80 \$/27 janvier
Livres non inclus

Anglais/intermédiaire > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Mercredi 19 h 30 à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/29 janvier
Livres non inclus

Anglais/intermédiaire > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Mardi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/75 \$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/90 \$/28 janvier

Anglais/intermédiaire > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Mercredi 18 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/29 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Anglais/avancé > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Jeudi 18 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/30 janvier

Anglais conversation > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Jeudi 19 h 30 à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/30 janvier

Anglais conversation > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Jeudi 13 h 30 à 15 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/80 \$/30 janvier

Anglais conversation/débutant
> 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 18 h à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/80 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

Anglais conversation/intermédiaire
> 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/80 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

Anglais/intermédiaire > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Lundi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/27 janvier

Chinois/mandarin > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Lundi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/27 janvier

Espagnol/débutant > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Mercredi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/75 \$/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/90 \$/29 janvier

Espagnol/débutant > 16 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Lundi 13 h 30 à 15 h
Aut. : 10 semaines/65 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/75 \$/27 janvier
Livres non inclus

Espagnol/débutant > 16 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Mercredi 19 h 15 à 20 h 45
Aut. : 10 semaines/65 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/75 \$/29 janvier
Livres non inclus

Espagnol/débutant > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Mardi 18 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/28 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Espagnol/débutant > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 18 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/95 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/95 \$/27 janvier
Frais d'administration 3 \$

Espagnol/débutant > 16 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Lundi 19 h 15 à 20 h 45
Aut. : 10 semaines/65 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/75 \$/27 janvier
Livres non inclus

Espagnol/intermédiaire > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Mercredi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/75 \$/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/90 \$/29 janvier

Espagnol/intermédiaire > 16 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Mardi 19 h 15 à 20 h 45
Aut. : 10 semaines/65 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/75 \$/28 janvier
Livres non inclus

Espagnol/intermédiaire > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 20 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/95 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/95 \$/27 janvier
Frais d'administration 3 \$

Espagnol/intermédiaire > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Mercredi 18 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/29 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Espagnol/intermédiaire > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Mercredi 18 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/29 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Espagnol/avancé > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Jeudi 18 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/30 janvier

Espagnol conversation > 16 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Mercredi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/65 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/75 \$/29 janvier
Livres non inclus

Espagnol conversation/niveau > 16 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Mardi 13 h 30 à 15 h
Aut. : 10 semaines/65 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/75 \$/28 janvier

Français conversation > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Lundi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/75 \$/23 septembre
Hiv. : 14 semaines/90 \$/27 janvier

Adultes

APPRENTISSAGE
DES LANGUES

Français écrit > 16 ans +
L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Mardi 19 h à 21 h
Aut. : 10 semaines/50 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/28 janvier

Français écrit > 18 ans +
Loisirs de l'Académie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Lundi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/75 \$/23 septembre
Hiv. : 14 semaines/90 \$/27 janvier

Français langue seconde
> 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Mardi 18 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/28 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Italien/débutant 1 > 16 ans +
L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Jeudi 19 h 30 à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/65 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/75 \$/30 janvier

Italien/débutant 2 > 16 ans +
L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Vendredi 18 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/65 \$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/75 \$/31 janvier

Italien/débutant > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Lundi 18 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/27 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Italien/intermédiaire 1 > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Mercredi 18 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/29 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Italien/intermédiaire 2 > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Mercredi 18 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/29 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Italien/avancé > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Jeudi 18 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/30 janvier
Prévoir achat de livres d'exercices

Italien conversation/débutant
> 16 ans +
L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Samedi 10 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/65 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/75 \$/1^{er} février

Italien conversation/avancé
> 16 ans +
L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Vendredi 20 h 30 à 22 h 30
Aut. : 10 semaines/65 \$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/75 \$/31 janvier

ARTS MÉDIATIQUES

Photo 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/80 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/27 janvier
Frais d'administration 3 \$

Photographie numérique
> 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 15 h à 16 h
Aut. : 5 semaines/45 \$/25 septembre
Hiv. : 5 semaines/45 \$/29 janvier
Frais d'administration 3 \$

Photographie numérique
> 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 19 h à 20 h 30
Aut. : 5 semaines/45 \$/26 septembre
Hiv. : 5 semaines/45 \$/30 janvier
Frais d'administration 3 \$

Photographie numérique
> 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 19 h à 21 h
Aut. : 10 semaines/85 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/90 \$/28 janvier
Appareil photo requis
Participation au festival culturel

ARTS PLASTIQUES

Scrapbooking > 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/95 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/100 \$/28 janvier
Certains matériaux sont fournis
Participation au festival culturel

Scrapbooking > 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 13 h à 15 h 30
Aut. : 10 semaines/95 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/100 \$/28 janvier
Certains matériaux sont fournis
Participation au festival culturel

Scrapbooking > 16 ans +
L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Mercredi 19 h 15 à 21 h 15
Aut. : 10 semaines/60 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/29 janvier
Achat de matériel en sus

ARTS VISUELS

Acrylique et huile/atelier dirigé
> 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Jeudi 10 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/70 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/30 janvier

Aquarelle/avancé > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/230 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/230 \$/28 janvier

Aquarelle/débutant > 16 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/195 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/195 \$/29 janvier

Aquarelle/débutant > 16 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/195 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/195 \$/29 janvier

Aquarelle/intermédiaire > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/205 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/205 \$/28 janvier

Aquarelle/intermédiaire > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/205 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/205 \$/28 janvier

Aquarelle/intermédiaire > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Lundi 13 h à 16 h
Aut. : 10 sem./220 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/220 \$/27 janvier

Aquarelle/intermédiaire et avancé
> 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/220 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/220 \$/28 janvier

Aquarelle/intermédiaire et avancé
> 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Lundi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/210 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/210 \$/27 janvier

Aquarelle/intermédiaire et avancé
> 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Lundi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/210 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/210 \$/27 janvier

Arts avec Ginette > 18 ans +
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
Maison Berthe-Louard
Mercredi 13 h 30 à 15 h 30
Aut. : 10 semaines/130 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/130 \$/29 janvier
Inscr. : École Saint-Isaac-Jogues



Dessin > 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 19 h à 21 h
Aut. : 10 semaines/100 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/105 \$/29 janvier

Dessin > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Vendredi 19 h 30 à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/60 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/31 janvier
Matériel non inclus

Dessin observation/niveau I
> 16 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Lundi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/195 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/195 \$/27 janvier

Dessin observation/niveau I
> 16 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Lundi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/195 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/195 \$/27 janvier

Dessin/modèle vivant > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/220 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/220 \$/28 janvier

Dessin-peinture/libre
> 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Jeudi 10 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/70 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/30 janvier

Huile/débutant > 16 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Lundi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/195 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/195 \$/27 janvier

Huile/débutant > 16 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Lundi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/195 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/195 \$/27 janvier

Pastel > 16 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/215 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/215 \$/29 janvier

Pastel > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/215 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/215 \$/28 janvier

Pastel > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/215 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/215 \$/28 janvier

Adultes

ARTS VISUELS

Pastel > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/215 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/215 \$/29 janvier

Peinture à l'huile > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Mardi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/80 \$/3 octobre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/31 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Peinture/huile > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Vendredi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/125 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/125 \$/31 janvier
Frais d'administration 3 \$

Peinture/huile/avancé > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/220 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/220 \$/28 janvier

Peinture/huile/avancé > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/220 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/220 \$/29 janvier

Peinture/huile/débutant > 16 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Lundi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/195 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/195 \$/27 janvier

Peinture/huile/débutant > 16 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Lundi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/195 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/195 \$/27 janvier

Peinture/huile/intermédiaire > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/205 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/205 \$/29 janvier

Peinture/huile/intermédiaire avancé > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/205 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/205 \$/28 janvier

Peinture/huile/niveaux multiples > 18 ans +
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514-872-9746
Maison Berthe-Louard
Lundi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/150 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/150 \$/27 janvier
Inscr. : École Saint-Isaac-Jogues

Peinture/intermédiaire/avancé > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mardi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/205 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/205 \$/28 janvier

Peinture/acrylique > 18 ans +
L'Union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Jeudi 19 h 30 à 22 h
Aut. : 10 semaines/80 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/30 janvier
Matériel non inclus

Peinture/acrylique > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/200 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/200 \$/29 janvier

Peinture/acrylique > 18 ans +
Centre culturel de Cartierville
514 872-6248
Centre culturel de Cartierville
Mercredi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/200 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/200 \$/29 janvier

Peinture/niveaux multiples > 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Centre Henri-Julien
Samedi 9 h 30 à 12 h
Aut. : 10 semaines/115 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/120 \$/1^{er} février
Frais supplémentaires pour matériel
Participation au festival culturel
Inscr. : Église Christ-Roi

Peinture/niveaux multiples > 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Centre Henri-Julien
Lundi 13 h à 15 h 30
Aut. : 10 semaines/115 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/120 \$/27 janvier
Frais supplémentaires pour matériel
Participation au festival culturel
Inscr. : Église Christ-Roi

Peinture/niveaux multiples > 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Centre Henri-Julien
Mercredi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/115 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/120 \$/29 janvier
Frais supplémentaires pour matériel
Participation au festival culturel
Inscr. : Église Christ-Roi

Peinture/niveaux multiples > 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Centre Henri-Julien
Samedi 13 h à 15 h 30
Aut. : 10 semaines/115 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/120 \$/1^{er} février
Frais supplémentaires pour matériel
Participation au festival culturel
Inscr. : Église Christ-Roi

Peinture/huile > 18 ans +
L'Union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Lundi 13 h 30 à 15 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/27 janvier

Sculpture de bois > 16 ans +
L'Union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Jeudi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/75 \$/26 septembre
Hiv. : 15 semaines/110 \$/30 janvier

Sculpture de bois > 16 ans +
L'Union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Mercredi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/75 \$/25 septembre
Hiv. : 15 semaines/110 \$/29 janvier

Sculpture de bois > 16 ans +
L'Union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Mardi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/75 \$/24 septembre
Hiv. : 15 semaines/110 \$/28 janvier

CONDITIONNEMENT
PHYSIQUE

Aérobic > 18 ans +
L'Union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Lundi 10 h 30 à 11 h 30
Aut. : 10 semaines/55 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/65 \$/27 janvier

Body fitness > 18 ans +
L'Union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
École Ahuentsic
Lundi 19 h 15 à 20 h
Aut. : 10 semaines/50 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/27 janvier
Inscr. : Centre UFA

Body fitness > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Lundi 9 h à 10 h et/ou
mercredi 9 h à 10 h
Aut. : 10 semaines/65 \$/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/85 \$/29 janvier
Possibilité de deux fois/semaine/
Aut. : 120 \$/Hiv. : 160 \$
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Cardio boxe > 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/75 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/80 \$/27 janvier

Cardio boxe > 18 ans +
L'Union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
École Ahuentsic
Lundi 18 h 15 à 19 h 15
Aut. : 10 semaines/70 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/27 janvier
Inscr. : Centre UFA

Cardio mixte > combo intervalle
poids > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi et mercredi 20 h 15 à 21 h 15
Aut. : 10 semaines/70 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/27 janvier
Frais d'administration 3 \$

Conditionnement physique > 18 ans +
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Lundi et/ou mercredi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 12 semaines/60 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/60 \$/27 janvier
Possibilité de deux fois par semaine
(100 \$). Tarif ponctuel de 8 \$ par visite

Danse aérobique > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Lundi 19 h à 20 h et/ou
mercredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/65 \$/23 septembre
Hiv. : 14 semaines/85 \$/27 janvier
Possibilité de deux fois/semaine/
Aut. : 120 \$/Hiv. : 160 \$
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Danse brûle-calories > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi et jeudi 19 h 30 à 20 h 45
Aut. : 10 semaines/75 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/75 \$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

Entraînement boxe/femmes > 16 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/45 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/45 \$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

Entraînement boxe/hommes > 16 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/45 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/45 \$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

Pilates > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Lundi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/90 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/27 janvier

Pilates > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Vendredi 13 h 30 à 14 h 30
Aut. : 10 semaines/100 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/100 \$/31 janvier
Frais d'administration 3 \$

Pilates > 18 ans +
L'Union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Lundi 9 h 15 à 10 h 15
Aut. : 10 semaines/55 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/65 \$/27 janvier

Pilates > 18 ans +
L'Union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Mercredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/55 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/65 \$/29 janvier



Adultes

CONDITIONNEMENT
PHYSIQUE**Pilates Inter** > 16 ans +

Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Lundi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/90 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/27 janvier

Zumba > 16 ans +

Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Lundi et mercredi 9 h à 10 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/27 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Zumba > 16 ans +

Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Lundi et mercredi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/27 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Zumba > 18 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Mardi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/65 \$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/85 \$/28 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Zumba > 18 ans +

Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Vendredi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/65 \$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/85 \$/31 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Zumba > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi et mercredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/70 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/27 janvier
Frais d'administration 3 \$

Zumba > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 11 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/45 \$/28 septembre
Hiv. : 10 semaines/45 \$/1^{er} février
Frais d'administration 3 \$

Zumba > 18 ans +

Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/75 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/80 \$/28 janvier

Zumba > 16 ans +

L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
École Ahuhtsic
Mercredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/25 septembre
Hiv. : 15 semaines/90 \$/29 janvier
Inscr. : Centre UFA

Zumba Tonus/merengueexercice
> 16 ans +

Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Lundi et mercredi 10 h à 11 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/27 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Zumba Tonus/merengueexercice
> 16 ans +

Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Lundi et mercredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/90 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/27 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

DANSE

Afro-Caraïbes > 18 ans +

Foyer de la danse Ahuhtsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Jeudi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/120 \$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/120 \$/23 janvier

Baladi > 16 ans +

Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Mardi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/80 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/28 janvier

Baladi > 18 ans +

L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Mardi 19 h 30 à 20 h 45
Aut. : 10 semaines/60 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/75 \$/28 janvier

Baladi/avancé > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/110 \$/24 septembre
Hiv. : 16 semaines/180 \$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

Baladi/débutant > 18 ans +

Foyer de la danse Ahuhtsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Mardi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/110 \$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/110 \$/21 janvier

Baladi/débutant > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 18 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/110 \$/25 septembre
Hiv. : 16 semaines/180 \$/29 janvier
Frais d'administration 3 \$

Baladi/intermédiaire > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 18 h à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/110 \$/24 septembre
Hiv. : 16 semaines/180 \$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

Ballet classique/intermédiaire - avancé > 18 ans +

Foyer de la danse Ahuhtsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Mardi 18 h 30 à 19 h 45
Aut. : 15 semaines/200 \$/17 septembre
Hiv. : 15 semaines/200 \$/21 janvier

Claquettes/niveau I > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/85 \$/24 septembre
Hiv. : 16 semaines/140 \$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

Danse en ligne/avancé > 18 ans +

L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Mercredi 13 h 30 à 15 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/29 janvier

Danse en ligne/country > 18 ans +

Monovie - Danse
514 240-3234
Église Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 18 h 45 à 19 h 45
Aut. : 10 semaines/70 \$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/21 janvier
Carte de membre 10 \$
Insc. : par téléphone

Danse en ligne/débutant > 18 ans +

Monovie - Danse
514 240-3234
Église Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/23 janvier
Carte de membre 10 \$
Insc. : par téléphone

Danse en ligne/débutant > 18 ans +

L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Mercredi 11 h 30 à 12 h 30
Aut. : 10 semaines/50 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/29 janvier

Danse en ligne/intermédiaire
> 18 ans +

Monovie - Danse
514 240-3234
Église Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/29 janvier
Carte de membre 10 \$
Insc. : par téléphone

Danse en ligne/intermédiaire
> 18 ans +

L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Mercredi 12 h 30 à 13 h 30
Aut. : 10 semaines/50 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/29 janvier

Danse sociale > 18 ans +

Monovie - Danse
514 240-3234
Église Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 20 h à 21 h
Aut. : 10 semaines/70 \$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/21 janvier
Carte de membre 10 \$
Insc. : par téléphone

Danse sociale niveau/avancé
(argent) > 18 ans +

Monovie - Danse
514 240-3234
Église Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/105 \$/18 septembre
Hiv. : 10 semaines/105 \$/22 janvier
Carte de membre 10 \$
Insc. : par téléphone

**Danse sociale/débutant** > 18 ans +

Monovie - Danse
514 240-3234
Église Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/18 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/22 janvier
Carte de membre 10 \$
Insc. : par téléphone

Danse sociale/débutant > 18 ans +

L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Jeudi 19 h 30 à 20 h 45
Aut. : 10 semaines/60 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/75 \$/30 janvier

Danse sociale/intermédiaire
> 18 ans +

L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Jeudi 20 h 45 à 22 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/75 \$/30 janvier

Flamenco > 16 ans +

Foyer de la danse Ahuhtsic-Cartierville
514 334-6549
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Mardi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 12 semaines/125 \$/17 septembre
Hiv. : 12 semaines/125 \$/21 janvier

Flamenco/débutant > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 18 h 45 à 20 h 15
Aut. : 10 semaines/105 \$/26 septembre
Hiv. : 16 semaines/170 \$/30 janvier
Frais d'administration 3 \$

Flamenco/débutant > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 20 h 15 à 21 h 45
Aut. : 10 semaines/105 \$/23 septembre
Hiv. : 15 semaines/160 \$/27 janvier
Frais d'administration 3 \$

Flamenco/intermédiaire > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Lundi 18 h 45 à 20 h 15
Aut. : 10 semaines/105 \$/23 septembre
Hiv. : 15 semaines/160 \$/27 janvier
Frais d'administration 3 \$

Gumboots > 16 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Vendredi 19 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/100 \$/27 septembre
Hiv. : 15 semaines/150 \$/31 janvier
Frais d'administration 3 \$

Salsa > 18 ans

Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Centre Henri-Julien
Mercredi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/100 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/105 \$/29 janvier
Inscr. : Église Christ-Roi

Tango argentin > 18 ans +

Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 20 h 30 à 22 h
Aut. : 10 semaines/100 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/105 \$/29 janvier

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Astrologie/discussion > 18 ans +

L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Jeudi 13 h 30 à 15 h 30
Aut. : 5 semaines/50 \$/26 septembre
Hiv. : 5 semaines/50 \$/30 janvier

Découvrir sa créativité > 18 ans +

Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mardi 14 h à 16 h
Aut. : 8 semaines/70 \$/24 septembre
Hiv. : 8 semaines/70 \$/28 janvier
Frais d'administration 3 \$

Adultes

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Découvrir sa créativité > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Jeudi 13 h 30 à 15 h 30
Aut. : 6 semaines/50 \$/26 septembre
Hiv. : 6 semaines/50 \$/30 janvier

Parent-guide/parent-complice
> 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Vendredi 13 h 30 à 16 h
Aut. : 8 semaines/150 \$/11 octobre
Hiv. : 8 semaines/150 \$/14 février
Frais d'administration 3 \$

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 \$/18 octobre
Hiv. : 8 semaines/190 \$/14 février
Frais d'administration 3 \$

Transformez votre stress en paix intérieure > 18 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Mercredi 19 h à 21 h 30
Aut. : 8 semaines/260 \$/16 octobre
Hiv. : 8 semaines/260 \$/12 février
Frais d'administration 3 \$

INFORMATIQUE

Informatique/Internet > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Jeudi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/75 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/75 \$/30 janvier

Informatique/logiciels Word et Excel
> 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Lundi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/75 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/75 \$/27 janvier

Informatique/logiciels Word et Excel
> 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Lundi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/75 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/75 \$/27 janvier

Informatique/Photoshop > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Mardi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/75 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/75 \$/28 janvier

Informatique/Photoshop > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Mardi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/75 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/75 \$/28 janvier

Informatique/Power Point
> 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Jeudi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/75 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/75 \$/30 janvier

Photo numérique > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Mercredi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 5 semaines/50 \$/25 septembre
Hiv. : 5 semaines/50 \$/29 janvier

JEUX D'ADRESSE

Bocce > 18 ans +
Club de bocce l'Acadie
514 331-4555
Centre de bocce l'Acadie
Tous les jours 13 h à 17 h et
19 h à 22 h 30
Annuelle/0 \$ avec carte de membre
Carte membre : 20 \$ résident de
l'arrondissement et 30 \$ non résidents

JEUX DE TABLE

Échecs > 7 ans +
Club d'échecs Ahuntsic
info@echecsahuntsic.com
École Saints-Martyrs-Canadiens
Samedi 12 h à 17 h
Aut. : 14 semaines/0 \$/14 septembre
Hiv. : 21 semaines/0 \$/11 janvier
Cotisation annuelle : 30 \$

MÉTIER D'ARTS

Arts textiles/artisanats variés/tissage
> 14 ans +
Cercle de Fermières Ahuntsic CFQ
514 387-1264
Maison des Hirondelles/
horaire variable
Aut. : 10 semaines/0 \$/9 septembre
Hiv. : 14 semaines/0 \$/8 janvier
Cotisation annuelle : 35 \$

Broderie japonaise/niveaux multiples > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Mardi 13 h à 15 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/85 \$/28 janvier

Broderie japonaise/niveaux multiples > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Mardi 18 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/70 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/85 \$/28 janvier

Couture/débutant > 16 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Jeudi 18 h 30 à 21 h 30
Aut. : 12 semaines/140 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/140 \$/30 janvier
Frais d'administration 3 \$

Couture/débutant > 16 ans +
Loisirs Saints-Martyrs-Canadiens
514 872-5333
Centre Saints-Martyrs-Canadiens
Vendredi 9 h à 12 h
Aut. : 12 semaines/140 \$/27 septembre
Hiv. : 12 semaines/140 \$/31 janvier
Frais d'administration 3 \$

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 \$/26 septembre
Hiv. : 5 semaines/60 \$/30 janvier
Matériel non inclus



Émaux sur cuivre/niveaux multiples
> 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 19 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/160 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/165 \$/28 janvier
Participation au festival culturel

Émaux sur cuivre/niveaux multiples
> 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 9 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/160 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/165 \$/29 janvier
Participation au festival culturel

Émaux sur cuivre/niveaux multiples
> 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/160 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/165 \$/29 janvier
Participation au festival culturel

Poterie > 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 19 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/160 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/165 \$/30 janvier
Frais supplémentaires pour matériel
Participation au festival culturel

Tricot > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Mercredi 18 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/80 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/29 janvier

Tricot > 16 ans +
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
École Saint-Isaac-Jogues
Mercredi 19 h à 21 h
Aut. : 10 semaines/80 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/29 janvier

Vitrail > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Lundi 19 h à 21 h 15
Aut. : 8 semaines/130 \$/23 septembre
Hiv. : 8 semaines/130 \$/27 janvier
Matériel inclus

MUSIQUE ET INTERPRÉTATION

Atelier musique vocale > 13 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Mardi 13 h 30 à 14 h 45
Aut. : 10 semaines/80 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/28 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Atelier musique vocale > 13 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Centre Scalabrini
Mardi 18 h 30 à 20 h
Aut. : 10 semaines/80 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/28 janvier
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Chant/libre > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Mardi 13 h 30 à 15 h
Aut. : 10 semaines/40 \$/24 septembre

Guitare > 13 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Lundi 18 h 30 à 21 h 45
Aut. : 10 semaines/90 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/27 janvier
Cours semi-privé de 45 minutes.
Lundi sera la 1^{ère} rencontre pour
déterminer l'horaire personnel

Guitare > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Lundi 18 h 30 à 21 h 45
Aut. : 10 semaines/90 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/90 \$/27 janvier
Cours semi-privé de 45 minutes.
Lundi sera la 1^{ère} rencontre pour
déterminer l'horaire personnel

Guitare > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Lundi 16 h à 20 h
Aut. : 10 semaines/150 \$/23 septembre
Hiv. : 15 semaines/225 \$/27 janvier
Cours privé 30 minutes au choix à
partir de 16 h/instrument non fourni

Guitare > 18 ans +
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Mardi 15 h 15 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/230 \$/24 septembre
Hiv. : 18 semaines/335 \$/28 janvier
Cours privé de 30 minutes

Guitare > 18 ans +
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Mercredi 15 h 15 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/230 \$/25 septembre
Hiv. : 18 semaines/335 \$/29 janvier
Cours privé de 30 minutes



Guitare > 18 ans +
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Jeudi 15 h 15 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/230 \$/26 septembre
Hiv. : 18 semaines/335 \$/30 janvier
Cours privé de 30 minutes

Guitare > 18 ans +
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Vendredi 15 h 15 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/230 \$/27 septembre
Hiv. : 18 semaines/335 \$/31 janvier
Cours privé de 30 minutes

Guitare adulte/enfant > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuntsic
514 331-6413
Centre UFA
Mardi 15 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/150 \$/24 septembre
Hiv. : 15 semaines/225 \$/28 janvier
Cours privé de 30 minutes,
horaire au choix à partir de 15 h 30,
instrument non fourni

Adultes

MUSIQUE ET INTERPRÉTATION

Guitare > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Mercredi 15 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/150 \$/25 septembre
Hiv. : 15 semaines/225 \$/29 janvier
Cours privé de 30 minutes,
horaire au choix à partir de 15 h 30,
instrument non fourni

Guitare > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Jeudi 15 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/150 \$/26 septembre
Hiv. : 15 semaines/225 \$/30 janvier
Cours privé de 30 minutes,
horaire au choix à partir de 15 h 30,
instrument non fourni

Musique > 18 ans +
Loisirs de l'Académie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Lundi 15 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/400 \$/23 septembre
Hiv. : 14 semaines/560 \$/27 janvier
Cours disponibles : piano, chant, guitare

Musique > 18 ans +
Loisirs de l'Académie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Mardi 15 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/400 \$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/560 \$/28 janvier
Cours disponibles : piano, chant, guitare

Musique > 18 ans +
Loisirs de l'Académie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Mercredi 15 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/400 \$/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/560 \$/29 janvier
Cours disponibles : piano, chant, guitare

Musique > 18 ans +
Loisirs de l'Académie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Jeudi 15 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/400 \$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/560 \$/30 janvier
Cours disponibles : piano, chant, guitare

Musique > 18 ans +
Loisirs de l'Académie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Vendredi 15 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/400 \$/27 septembre
Hiv. : 14 semaines/560 \$/31 janvier
Cours disponibles : piano, chant, guitare

Musique > 18 ans +
Loisirs de l'Académie de Montréal inc.
514 856-2224
1405, boul. Henri-Bourassa O.
Samedi 9 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/400 \$/28 septembre
Hiv. : 14 semaines/560 \$/1^{er} février
Cours disponibles : piano, chant, guitare

Piano > 18 ans +
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Mardi 15 h 15 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/230 \$/24 septembre
Hiv. : 18 semaines/335 \$/28 janvier
Cours privé de 30 minutes



Piano > 18 ans +
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Mercredi 15 h 15 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/230 \$/25 septembre
Hiv. : 18 semaines/335 \$/29 janvier
Cours privé de 30 minutes

Piano > 18 ans +
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Jeudi 15 h 15 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/230 \$/26 septembre
Hiv. : 18 semaines/335 \$/30 janvier
Cours privé de 30 minutes

Piano > 18 ans +
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Vendredi 15 h 15 à 19 h 15
Aut. : 12 semaines/230 \$/27 septembre
Hiv. : 18 semaines/335 \$/31 janvier
Cours privé de 30 minutes

Violon > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Mardi 15 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/150 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/180 \$/28 janvier
Instrument non fourni,
pour 30 minutes, choix d'horaire

Violon > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
Centre UFA
Lundi 15 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/150 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/180 \$/27 janvier
Instrument non fourni,
pour 30 minutes, choix d'horaire

PLEIN-AIR

Randonnée pédestre > 18 ans +
Monovie - Plein-air
514 253-3022
Mercredi et samedi/horaire variable
Aut. : 12 semaines
Carte de membre 20 \$
Inscr. : par téléphone

Ski de fond et raquettes > 18 ans +
Monovie - Plein-air
514 253-3022
Mercredi et samedi/horaire variable
Print. 12 semaines
Carte de membre 20 \$
Inscr. : par téléphone

Vélo > 18 ans +
Monovie - Plein-air
514 253-3022
Mercredi et samedi/horaire variable
Print. 12 semaines
Carte de membre 20 \$
Inscr. : par téléphone

SPORTS

Badminton > 16 ans +
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
École Saint-Isaac-Jogues
Lundi 20 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/27 janvier

Badminton > 16 ans +
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Mercredi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/40 \$/25 septembre
Hiv. : 15 semaines/60 \$/29 janvier



Badminton > 16 ans +
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Vendredi 19 h 45 à 21 h 15
Aut. : 10 semaines/40 \$/27 septembre
Hiv. : 15 semaines/60 \$/31 janvier

Badminton > 16 ans +
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Vendredi 21 h 15 à 22 h 45
Aut. : 10 semaines/40 \$/27 septembre
Hiv. : 15 semaines/60 \$/31 janvier
Inscr. : Centre UFA

Badminton > 16 ans +
L'union des familles d'Ahuhtsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Lundi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/40 \$/23 septembre
Hiv. : 15 semaines/60 \$/27 janvier
Inscr. : Centre UFA

Badminton > 18 ans +
Loisirs de l'Académie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Lundi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/45 \$/23 septembre
Hiv. : 14 semaines/60 \$/27 janvier
Insc. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.
Inscr. : Centre UFA

Badminton libre > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Lundi 20 h 30 à 22 h
Aut. : 10 semaines/70 \$/23 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/27 janvier
Apportez raquettes et volants

Badminton libre > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Mardi 20 h 30 à 22 h
Aut. : 10 semaines/70 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/28 janvier
Apportez raquettes et volants

Badminton libre > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Mercredi 20 h 30 à 22 h
Aut. : 10 semaines/70 \$/25 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/29 janvier
Apportez raquettes et volants

Badminton libre > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Jeudi 20 h 30 à 22 h
Aut. : 10 semaines/70 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/30 janvier
Apportez raquettes et volants

Badminton libre > 18 ans +
Club de badminton les Raquettes
du Nord
514 382-1560 poste 317
Collège du Mont-Saint-Louis
Lundi ou mercredi ou vendredi de
20 h 30 à 22 h 30
Aut. : 15 semaines/60 \$/9 septembre
Hiv. : 17 semaines/60 \$/13 janvier
Possibilité de deux fois par semaine
(100 \$)/tarif ponctuel de 8 \$ par visite

Badminton/avancé > 16 ans +
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Jeudi 19 h 30 à 21 h 30
Aut. : 12 semaines/70 \$/26 septembre
Hiv. : 14 semaines/80 \$/30 janvier

Badminton/récréatif > 16 ans +
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Sainte-Odile
Mercredi 19 h 30 à 21 h 30
Aut. : 12 semaines/70 \$/25 septembre
Hiv. : 14 semaines/80 \$/29 janvier

Boxe olympique/niveaux multiples/
femme > 18 ans +
Club de boxe Ring 83 (Rival)
514 872-6138
9810-C, rue Saint-Urbain
Lundi au vendredi 18 h à 19 h 30 et
20 h à 21 h 30
Annuelle : 52 semaines/180 \$
Veuillez téléphoner du lundi au
vendredi après 18 h

Boxe olympique/niveaux multiples/
homme > 18 ans +
Club de boxe Ring 83 (Rival)
514 872-6138
9810-C, rue Saint-Urbain
Lundi au vendredi 18 h à 19 h 30 et
20 h à 21 h 30
Annuelle : 52 semaines/180 \$
Veuillez téléphoner du lundi au
vendredi après 18 h

Escrime > 15 ans +
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
École Alice-Parizeau
Vendredi 20 h à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/100 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/100 \$/31 janvier
Inscr. : École Sainte-Odile

Handball senior féminin
et masculin/récréatif > 18 ans +
Club de handball d'Ahuhtsic-Cartierville
514 856-6134
École St-Pius X
Mardi 21 h à 22 h 30
Aut. et hiv. : 30 semaines/200 \$/
24 septembre
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Hockey cosom > 18 ans +
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
YMCA Cartierville
Mardi 20 h 30 à 22 h
Aut. : 12 semaines/70 \$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/80 \$/28 janvier
Lunettes de protection obligatoires
Inscr. : École Sainte-Odile

Hockey cosom > 18 ans +
Loisirs Saint-Antoine-Marie-Claret
514 872-6036
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Jeudi 21 h 15 à 22 h 30
Aut. : 10 semaines/50 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/30 janvier

Adultes

SPORTS

Hockey cosom > 16 ans +
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514-872-9746

École Saint-Isaac-Jogues
Jeudi 20 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/30 janvier

Hockey cosom/récréatif > 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/60 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/65 \$/29 janvier

Hockey cosom/récréatif > 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Samedi 8 h 30 à 10 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/28 septembre
Hiv. : 12 semaines/65 \$/1^{er} février

Hockey cosom/récréatif > 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mardi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/60 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/65 \$/28 janvier

Hockey cosom/récréatif > 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 20 h 30 à 22 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/65 \$/29 janvier

Hockey cosom/récréatif > 18 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Jeudi 20 h 30 à 22 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/26 septembre
Hiv. : 12 semaines/65 \$/30 janvier

Judo/niveaux multiples > 16 ans +
Club de judo Hakudokan
514 387-6978
École Saint-Antoine-Marie-Claret
Jeudi 18 h 45 à 20 h 15
Aut. : 10 semaines/80 \$/26 septembre
Hiv. : 10 semaines/80 \$/30 janvier

Karaté/niveaux multiples > 13 ans +
Association de Karaté Dojokai
514 969-4482
YMCA Cartierville
Mardi, jeudi et vendredi 20 h à 21 h 30
Aut. : 16 semaines/200 \$/3 septembre
Hiv. : 12 semaines/155 \$/7 janvier
Frais supplémentaires pour l'uniforme.
Coût d'affiliation 25 \$

Tennis de table > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
Centre UFA
Vendredi 19 h 30 à 21 h
Aut. : 10 semaines/40 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/40 \$/31 janvier

Tennis de table > 18 ans +
Loisirs de l'Acadie de Montréal inc.
514 856-2224
Endroit à déterminer
Mardi 19 h à 21 h
Aut. : 10 semaines/20 \$/24 septembre
Hiv. : 14 semaines/30 \$/28 janvier
Inscr. : 1405, boul. Henri-Bourassa O.

Volleyball > 16 ans +
Loisirs Saint-Isaac-Jogues
514 872-9746
École Saint-Isaac-Jogues
Mardi 20 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/60 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/60 \$/28 janvier

Volleyball libre > 16 ans +
Loisirs Sophie-Barat
514 872-1015
Complexe Sophie-Barat
Vendredi 20 h 30 à 22 h
Aut. : 10 semaines/70 \$/27 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/31 janvier



Volleyball/avancé > 18 ans +
Service des Loisirs Ste-Odile
514 872-6016
YMCA Cartierville
Lundi 20 h 30 à 22 h 30
Aut. : 12 semaines/70 \$/23 septembre
Hiv. : 18 semaines/100 \$/27 janvier
Inscr. : École Sainte-Odile

Volleyball/récréatif > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Mardi 20 h 15 à 21 h 15
Aut. : 10 semaines/45 \$/24 septembre
Hiv. : 15 semaines/65 \$/28 janvier
Inscr. : Centre UFA

Volleyball/récréatif > 18 ans +
L'union des familles d'Ahuentsic
514 331-6413
École Saint-André-Apôtre
Mercredi 20 h à 22 h
Aut. : 10 semaines/45 \$/25 septembre
Hiv. : 15 semaines/65 \$/29 janvier
Inscr. : Centre UFA

Taekwondo/ado-adultes > 13 ans +
Acadé-Kicks
514 995-4257
9850, rue Tolhurst # 202
Mardi 18 h 15 à 19 h 15
Samedi 11 h 15 à 12 h 30
Aut. : 12 semaines/199 \$/24 septembre
Hiv. : 12 semaines/199 \$/28 janvier
Inscription en tout temps
Le tarif est pour trois mois d'activités

Taekwondo/ceinture blanche
> 18 ans +
Acadé-Kicks
514 872-1015
École Louis-Colin
Mardi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/55 \$/24 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/28 janvier
Prévoir achat d'un Dobuk (45\$)
Inscr. : Complexe Sophie-Barat

Aînés

ACTIVITÉS DE DÉTENTE

Mandala > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mercredi 9 h 30 à 11 h 30
Aut. : 10 semaines/55 \$/18 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/15 janvier
Carte de membre obligatoire 7 \$

Qi Gong > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Lundi 13 h 30 à 15 h
Aut. : 10 semaines/55 \$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/13 janvier
Carte de membre obligatoire 7 \$

Reiki niveau 1 > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mardi 13 h à 14 h
Aut. : 10 semaines/55 \$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/14 janvier
Carte de membre obligatoire 7 \$

Relaxation thérapeutique
> 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Jeudi 11 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/50 \$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/16 janvier
Carte de membre obligatoire 7 \$

Tai chi > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mardi 9 h 45 à 10 h 45
Aut. : 10 semaines/50 \$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/14 janvier
Carte de membre obligatoire 7 \$

Yoga sur chaise > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Jeudi 9 h 45 à 10 h 45
Aut. : 10 semaines/50 \$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/16 janvier
Carte de membre obligatoire 7 \$

Yogalates > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Lundi 9 h 45 à 10 h 45
Aut. : 10 semaines/55 \$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/13 janvier
Carte de membre obligatoire 7 \$

APPRENTISSAGE LANGUES

Anglais/débutant > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mercredi 10 h à 11 h 30
Aut. : 10 semaines/55 \$/18 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/15 janvier
Carte de membre obligatoire 7 \$

ARTS MÉDIATIQUES

Photographie numérique
> 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mercredi 13 h 30 à 15 h
Aut. : 5 semaines/50 \$/18 septembre
Hiv. : 5 semaines/50 \$/15 janvier
Carte de membre obligatoire 7 \$

ARTS VISUELS

Peinture à l'huile, acrylique et aquarelle > 50 ans +
Club des aînés du Domaine Saint-Sulpice
514 382-4197
Église Saint-Isaac-Jogues
Mardi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/85 \$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/85 \$/8 janvier
Carte de membre 20 \$
Frais de cours pour non-membre de la FADOQ de 90 \$
Inscr. : Maison Berthe-Louard

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

Étirements musculaires > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Lundi 11 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/55 \$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/13 janvier
Carte de membre obligatoire 7 \$

Pilates/régulier > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mardi 11 h à 12 h
Aut. : 10 semaines/55 \$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/14 janvier
Carte de membre obligatoire 7 \$



Mise en forme > 50 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi 13 h à 14 h 30
Aut. : 10 semaines/75 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/80 \$/27 janvier

Mise en forme > 50 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 13 h à 14 h 30
Aut. : 10 semaines/75 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/80 \$/29 janvier

Mise en forme > 50 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Lundi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/75 \$/23 septembre
Hiv. : 12 semaines/80 \$/27 janvier

Mise en forme > 50 ans +
Loisirs Christ-Roi
514 872-6696
Église Christ-Roi
Mercredi 19 h à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/75 \$/25 septembre
Hiv. : 12 semaines/80 \$/29 janvier



Aînés

DANSE

Danse en ligne/intermédiaire
> 50 ans +
Club des aînés du domaine Saint-Sulpice
514 382-4197
Église Saint-Isaac-Jogues
Mercredi 13 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/50 \$/18 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/22 janvier
Carte de membre 20 \$

Danse en ligne/débutant et
intermédiaire > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Jeudi 13 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/40 \$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/40 \$/16 janvier
Carte de membre obligatoire 7 \$

Soirées dansantes > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Samedi 13 h à 23 h
Aut. : 10 semaines/15 \$
Hiv. : 10 semaines/15 \$
Carte de membre obligatoire 7 \$
Inscription en tout temps
Un samedi par mois

DÉVELOPPEMENT
PERSONNEL

Musclez vos ménages > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mardi 13 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/55 \$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/55 \$/14 janvier
Carte de membre obligatoire 7 \$

INFORMATIQUE

Informatique > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mercredi 13 h à 15 h
Aut. : 10 semaines/10 \$/18 septembre
Hiv. : 10 semaines/10 \$/15 janvier
10 \$ pour 2 h de cours
Carte de membre obligatoire 7 \$
Inscription en tout temps

Informatique/débutant > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mercredi 9 h 30 à 11 h 30
Aut. : 10 semaines/10 \$/18 septembre
Hiv. : 10 semaines/10 \$/15 janvier
10 \$ pour 2 h de cours
Carte de membre obligatoire 7 \$
Inscription en tout temps

JEUX D'ADRESSE

Bocce > 50 ans +
Club de bocce l'Acadie
514 331-4555
Centre de bocce l'Acadie
Tous les jours 13 h à 17 h et
19 h à 22 h 30
Annuelle/0 \$ avec carte de membre
Carte membre : 20 \$ résident de
l'arrondissement et 30 \$ non résidents

JEUX SUR TABLE

Bingo > 50 ans +
Club de l'âge d'or Les Pionniers
514 872-3272
Centre Henri-Julien
Vendredi 14 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/0 \$/6 septembre
Hiv. : 10 semaines/0 \$/11 janvier
Carte de membre obligatoire 8 \$
Inscription en tout temps

Jeux de table/pratique libre
> 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Dimanche 13 h à 19 h
Aut. : 10 semaines/0 \$/15 septembre
Hiv. : 10 semaines/0 \$/19 janvier
Carte de membre obligatoire 7 \$
Inscription en tout temps

Bingo activité sociale > 50 ans +
Club de l'âge d'or Henri-Julien
514 389-5932
Centre Henri-Julien
Mercredi 13 h à 16 h
Aut. : 10 semaines/0 \$/4 septembre
Hiv. : 10 semaines/0 \$/8 janvier
Carte de membre obligatoire 7 \$
Inscription en tout temps



SPORTS AQUATIQUES

Club aquatique les
Piranhas du Nord

Piscine Sophie-Barat
10851, avenue Saint-Charles
514 385-1525

www.clubcapn.com



INSCRIPTIONS

Automne

Inscriptions en personne :

4 septembre cours enfants (résidents de Montréal)
5 septembre cours adultes (résidents de Montréal)
6 septembre pour tous

> de 19 h à 21 h

Hiver

Inscriptions en personne :

16 décembre : cours enfants et adultes
(résidents de Montréal)
17 décembre pour tous

> de 19 h à 21 h

Club de compétition

Nage synchronisée, natation et sauvetage sportif

Inscriptions en ligne dès le 4 septembre

Inscriptions en personne : 4-5-6 septembre

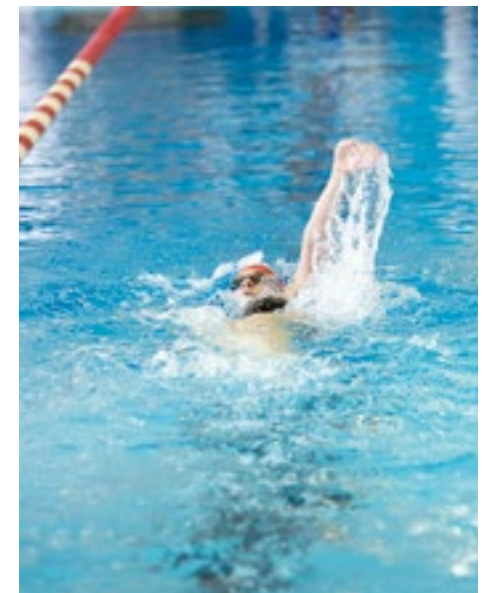
Début des entraînements le 14 septembre

Cours de sauvetage

Pour information :

www.clubcapn.com

Vincent Gosselin, coordonnateur en sauvetage
du CAPN au 514 385-1525
coordosauvetagecapn@hotmail.ca



Jeunes et Adolescents

SPORTS AQUATIQUES

Natation/junior 4 > 6 - 17 ans
Dimanche 13 h à 13 h 55
Aut. : 10 semaines/75 \$/15 septembre
Hiv. : 9 semaines/70 \$/5 janvier

Natation/junior 4 > 6 - 17 ans
Dimanche 14 h à 14 h 55
Aut. : 10 semaines/75 \$/15 septembre
Hiv. : 9 semaines/70 \$/5 janvier

Natation/junior 4 > 6 - 17 ans
Dimanche 12 h à 12 h 55
Aut. : 10 semaines/75 \$/15 septembre
Hiv. : 9 semaines/70 \$/5 janvier

Natation/junior 4-5 > 6 - 17 ans
Mercredi 18 h 30 à 19 h 25
Aut. : 10 semaines/75 \$/18 septembre
Hiv. : 9 semaines/70 \$/8 janvier

Natation/junior 5 > 6 - 17 ans
Dimanche 9 h à 9 h 55
Aut. : 10 semaines/75 \$/15 septembre
Hiv. : 9 semaines/70 \$/5 janvier

Natation/junior 5 > 6 - 17 ans
Dimanche 11 h à 11 h 55
Aut. : 10 semaines/75 \$/15 septembre
Hiv. : 9 semaines/70 \$/5 janvier

Natation/junior 5 > 6 - 17 ans
Dimanche 13 h à 13 h 55
Aut. : 10 semaines/75 \$/15 septembre
Hiv. : 9 semaines/70 \$/5 janvier

Natation/junior 6 > 6 - 17 ans
Dimanche 10 h à 10 h 55
Aut. : 10 semaines/75 \$/15 septembre
Hiv. : 9 semaines/70 \$/5 janvier

Natation/junior 6 > 6 - 17 ans
Dimanche 12 h à 12 h 55
Aut. : 10 semaines/75 \$/15 septembre
Hiv. : 9 semaines/70 \$/5 janvier

Natation/junior 6 > 6 - 17 ans
Dimanche 14 h à 14 h 55
Aut. : 10 semaines/75 \$/15 septembre
Hiv. : 9 semaines/70 \$/5 janvier

Natation/junior 7 et 8 > 6 - 17 ans
Dimanche 14 h à 14 h 55
Aut. : 10 semaines/75 \$/15 septembre
Hiv. : 9 semaines/70 \$/5 janvier

Natation/junior 7 et 8 > 6 - 17 ans
Dimanche 9 h à 9 h 55
Aut. : 10 semaines/75 \$/15 septembre
Hiv. : 9 semaines/70 \$/5 janvier



Natation/junior 7 et 8 > 6 - 17 ans
Dimanche 11 h à 11 h 55
Aut. : 10 semaines/75 \$/15 septembre
Hiv. : 9 semaines/70 \$/5 janvier

Natation/junior 9 et 10 > 6 - 17 ans
Dimanche 10 h à 10 h 55
Aut. : 10 semaines/75 \$/15 septembre
Hiv. : 9 semaines/70 \$/5 janvier

Natation/junior 9 et 10 > 6 - 17 ans
Dimanche 12 h à 12 h 55
Aut. : 10 semaines/75 \$/15 septembre
Hiv. : 9 semaines/70 \$/5 janvier

Plongeon/multiniveaux > 6 - 17 ans
Samedi 12 h à 13 h 55
Aut. : 10 semaines/85 \$/14 septembre
Hiv. : 9 semaines/80 \$/4 janvier

Sauvetage > 6 - 17 ans
Samedi 13 h 30 à 14 h 55
Aut. : 10 semaines/85 \$/14 septembre
Hiv. : 9 semaines/80 \$/4 janvier

Water-polo > 6 - 17 ans
Mercredi 16 h 30 à 17 h 55
Aut. : 10 semaines/85 \$/18 septembre
Hiv. : 9 semaines/80 \$/8 janvier

Adultes

CONDITIONNEMENT
PHYSIQUE AQUATIQUE

Aquaforme > 16 ans +
Lundi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/6 janvier

Aquaforme > 16 ans +
Mercredi 17 h 30 à 18 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/18 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/8 janvier

Aquaforme > 16 ans +
Mercredi 18 h 30 à 19 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/18 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/8 janvier

Aquaforme/prénatal > 16 ans +
Lundi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/6 janvier

Aquajogging > 16 ans +
Mercredi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/18 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/8 janvier

Aquajogging > 16 ans +
Lundi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/6 janvier

Conditionnement aquatique > 16 ans +
Jeudi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/70 \$/9 janvier

SPORTS AQUATIQUES

Maîtres/Nage synchronisée > 18 ans +
Mardi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/17 septembre

Natation/débutant > 18 ans +
Lundi 19 h 30 à 20 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/16 septembre
Hiv. : 9 semaines/70 \$/6 janvier

Natation/intermédiaire > 18 ans +
Lundi 20 h 30 à 21 h 30
Aut. : 10 semaines/70 \$/16 septembre
Hiv. : 9 semaines/70 \$/6 janvier

Aînés

CONDITIONNEMENT
PHYSIQUE AQUATIQUE

Aquaforme > 55 ans +
Lundi 15 h 35 à 16 h 30
Aut. : 10 semaines/55 \$/16 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/6 janvier

Aquaforme > 55 ans +
Mardi 15 h 35 à 16 h 30
Aut. : 10 semaines/55 \$/17 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/7 janvier

Aquaforme > 55 ans +
Mercredi 15 h 35 à 16 h 30
Aut. : 10 semaines/55 \$/18 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/8 janvier

Aquaforme > 55 ans +
Jeudi 15 h 35 à 16 h 30
Aut. : 10 semaines/55 \$/19 septembre
Hiv. : 10 semaines/50 \$/9 janvier

BAIN LIBRE

PISCINE SOPHIE-BARAT

10851, avenue Saint-Charles
514 872-1136

Lundi – fermé

	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Tous (gratuit)	19 h 30 à 20 h 55 Section peu profonde	19 h 30 à 20 h 55 Section peu profonde	19 h 30 à 20 h 25 Section peu profonde	19 h 30 à 20 h 55 Toute la piscine et 2 tremplins	15 h à 16 h 55 Toute la piscine et 2 tremplins	15 h à 16 h 25 Toute la piscine et 2 tremplins
Adultes (gratuit)	21 h à 21 h 55 Toute la piscine (possibilité de 4 couloirs max.)	21 h à 21 h 55 Section profonde seulement	20 h 30 à 21 h 55 2 couloirs seulement	21 h à 21 h 55 Toute la piscine (possibilité de 4 couloirs max.)	17 h à 17 h 55 Toute la piscine (possibilité de 3 couloirs max.)	16 h 30 à 17 h 25 1 couloir seulement
Aînés 55 ans + (gratuit)		15 h 35 à 16 h 30 Demi-piscine		15 h 35 à 16 h 30 Toute la piscine		

BAIN LIBRE

YMCA CARTIERVILLE

Le casque de bain est obligatoire pour toutes les activités

11885, boulevard Laurentien
514 313-1047

Gratuit

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
6 h 30 à 7 h 30 5 couloirs longueurs	8 h à 9 h 30 2 couloirs bain libre	6 h 30 à 7 h 30 5 couloirs longueurs	8 h à 9 h 30 2 couloirs bain libre	6 h 30 à 9 h 5 couloirs longueurs	8 h à 9 h 2 couloirs bain libre	
12 h à 13 h 5 couloirs longueurs		12 h à 13 h 5 couloirs longueurs		12 h à 13 h 5 couloirs longueurs	13 h à 15 h 30 bain libre	13 h 30 à 15 h 30 bain libre
14 h à 15 h 2 couloirs bain libre Aînés (50 ans +)	15 h 30 à 16 h 30 bain libre	14 h à 15 h 2 couloirs bain libre Aînés (50 ans +)	15 h 30 à 16 h 30 bain libre	15 h 30 à 16 h 30 bain libre	14 h à 16 h 30 bain libre	
	18 h 30 à 20 h 30 2 couloirs bain libre		18 h 30 à 20 h 30 2 couloirs bain libre			
20 h 30 à 22 h 2 couloirs bain libre		20 h 30 à 22 h 2 couloirs bain libre		20 h à 22 h 2 couloirs bain libre		



PATINAGE ARTISTIQUE

Club de patinage artistique de l'Acadie
514 686-2720
www.cpaacadie.com

Patinage PLUS > cours de groupes (3-17 ans)

Patinage STAR > cours privés et semi-privés (prérequis : écusson 3)

Inscriptions

27 au 29 août 2013 de 19 h à 21 h au YMCA Cartierville (salle Ahuntsic), situé au 11885, boul. Laurentien.

7 et 14 septembre 2013 de 12 h à 15 h à l'aréna Marcelin-Wilson

Les activités se déroulent à l'aréna Marcelin-Wilson, situé au 11301, boul. de l'Acadie. La saison débute le 9 septembre 2013 pour une durée de 20 semaines

Patinage Ahuntsic
www.cpaahuntsic.com

Patinage PLUS > cours de groupes (3-15 ans)

Patinage PLUS > cours de groupes (18 ans +) pour débutants

Patinage STAR > cours privés et patineurs expérimentés

**Inscriptions**

27 au 29 août 2013 de 19 h à 20 h 30 à l'aréna Ahuntsic, situé au 10560, rue Saint-Hubert

Les activités se déroulent à l'aréna Ahuntsic

PATINAGE DE VITESSE

Club de patinage de vitesse
Montréal-Ahuntsic

514 668-4931

www.cpvma.org

Débutant

Intermédiaire

Avancé

Performance

Inscriptions

3 septembre 2013 de 17 h 30 à 20 h

à l'aréna Marcelin-Wilson, situé au 11301, boulevard de l'Acadie

Les activités se déroulent à l'aréna Marcelin-Wilson

La saison débute le 3 septembre 2013 pour une durée de 30 semaines



HOCKEY SUR GLACE

Association des Braves d'Ahuntsic

514 956-1955 ou 514 602-3770

www.ahmba.ca

Bébitte à Pré-novice > 3-6 ans

Novice à Midget > 7 à 17 ans

Hockey féminin > 5 à 20 ans

Hockey adulte > 21 ans +

InscriptionsPour les nouvelles inscriptions (3 à 14 ans), veuillez communiquer avec nous par courriel au braves1955@hotmail.com ou par téléphone au 514 956-1955Les activités se déroulent majoritairement dans les **trois arénas de l'arrondissement****Aréna Ahuntsic**, situé au 10560, rue Saint-Hubert**Aréna Marcelin-Wilson**, situé au 11301, boulevard de l'Acadie**Aréna Michel-Normandin**, situé au 850, avenue Émile-Journault (Complexe sportif Claude-Robillard)

La saison débute le 24 août 2013 pour les 9 à 17 ans et à compter du 3 septembre 2013 pour les 3 à 8 ans

La durée de la saison est d'environ 31 semaines

PATIN LIBRE ET HOCKEY LIBRE

SAISON 2013-2014

ENTRÉE GRATUITE Début des activités : 16 septembre 2013

	Aréna Ahuntsic 10560, rue Saint-Hubert 514 872-6115	Aréna Marcelin-Wilson 11301, boul. de l'Acadie 514 872-6191
Lundi	Hockey libre : 16 h à 17 h	Hockey libre : 15 h à 16 h Patin libre : 16 h à 17 h
Mardi	Patin libre : 16 h à 17 h	Patin libre : 16 h à 17 h
Mercredi	Patin libre : 16 h à 17 h	Patin libre : 16 h à 17 h
Jeudi	Patin libre : 16 h à 17 h	Patin libre : 16 h à 17 h
Vendredi	Patin libre : 16 h à 17 h	Patin libre : 15 h 15 à 16 h 15 Hockey libre : 16 h 15 à 17 h 15
Samedi	Patin libre : 14 h à 15 h 30	Patin libre : 15 h à 17 h
Dimanche	Patin libre : 14 h à 16 h	

LOCATION D'HEURES DE GLACE POUR DES GROUPES

Communiquez avec le préposé de l'aréna. Les tarifs sont selon la politique de tarification de l'arrondissement d'Ahuntsic-Cartierville

PRO-SHOP

Ahuntsic : Ouvert en fonction de la programmation. Pour information 514 872-6115**Marcelin-Wilson** : Machine à aiguiser les patins

4 Le YMCA Cartierville



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



www.ymcaquebec.org

Plein de vies

**YMCA Cartierville**

11885, boul. Laurentien
(coin Louisbourg),
Montréal
514 313-1047
ymcaquebec.org



Suivez-nous sur Facebook
facebook.com/ymcaquebec

HEURES D'OUVERTURE

Lundi au vendredi : 6 h à 22 h 30
Fins de semaine et jours fériés : 7 h à 20 h 30
Fermé : le 25 décembre et le 1^{er} janvier

88 000 PIEDS CARRÉS DE VIES

Le plus récent des dix centres YMCA du Québec, le YMCA Cartierville est le fruit d'un partenariat entre :

- le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport du Québec (MÉLS);
- la Ville de Montréal;
- l'arrondissement d'Ahuhtsic-Cartierville;
- Les YMCA du Québec.

**INSTALLATIONS****88 000 PIEDS CARRÉS DE PLAISIRS**

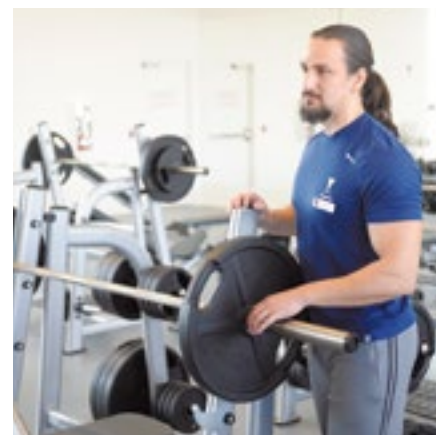
Plus qu'un lieu pour la pratique d'activités physiques, le YMCA Cartierville constitue aussi un formidable espace de loisirs où chacun peut s'adonner à son activité favorite, suivre des cours de groupe, participer à des activités communautaires et une foule d'autres choses.

**Les installations incluent :**

- 1 piscine semi-olympique de cinq corridors avec partie profonde, bassin récréatif, bain tourbillon et sauna mixte accessibles aux personnes à mobilité réduite;
- 1 gymnase double multisport avec piste de course surélevée;
- 1 salle d'entraînement munie d'appareils cardiovasculaires, d'un circuit de musculation, de poids libres et d'une aire d'étirement;
- 2 studios polyvalents pour les cours de groupe et 1 studio de Cardio cycle;
- 5 vestiaires incluant un vestiaire famille;
- 2 salles polyvalentes pour des réunions et activités communautaires.

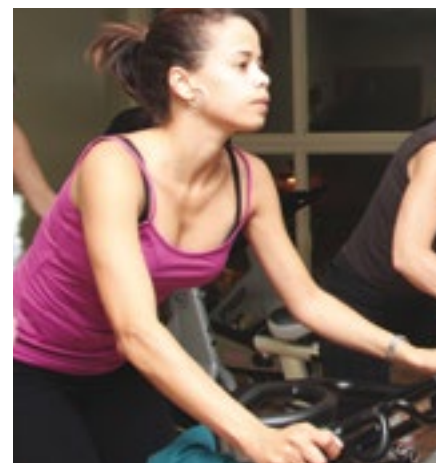
ACTIVITÉS**88 000 PIEDS CARRÉS D'ACTIVITÉS****L'abonnement au YMCA, un tout-inclus :**

- 1) Activités physiques en solo : à la salle d'entraînement, vous côtoyez des entraîneurs hautement qualifiés et motivants, qui peuvent vous concevoir un programme d'entraînement adapté à vos objectifs et à votre condition physique.



- 3) Activités aquatiques : que vous désiriez les pratiquer seul, en groupe ou en famille, des dizaines d'activités aquatiques vous sont offertes.
- 4) Activités familiales : une programmation adaptée aux familles avec plusieurs cours parents-enfants (Zumba, yoga, Groove, aérobex, camp d'entraînement).
- 5) Sports d'équipe : soccer, volley-ball, basket-ball, hockey cosom, etc.

- 2) Cours de groupe : les membres du YMCA Cartierville ont accès à un éventail de cours de groupe exceptionnel : Cardio cycle, Zumba, danse arabe, danse et Wii pour les 12 à 17 ans, tonus musculaire, step, Pilates, aquaforme, yoga, aérobex, taï chi et bien plus !



DES À-CÔTÉS BIEN APPRÉCIÉS

Le YMCA ne serait pas le même sans tous les programmes, les formations spéciales et les petites attentions qui font sa réputation et dont vous pouvez bénéficier chaque jour moyennant des frais additionnels :

- Cours de natation pour adultes
- Cours de réanimation cardiorespiratoire (R.C.R.)
- Cours de sauvetage
- Cours de formation d'instructeurs (F.I.T.)
- Réadaptation cardiaque
- Nutrition
- Massothérapie
- Thérapie sportive
- Halte-garderie
- Location de petits casiers et de serviettes
- Café



Enfants et ados :

- activités sportives au gymnase;
- camp de jour;
- cours de natation et cours de sauvetage;
- fêtes d'anniversaire;
- garderie non subventionnée;
- journées pédagogiques;
- soirées pour ados les vendredis.



Consultez le ymcaquebec.org pour obtenir tous les détails. Pour les tarifs, téléphonez au 514 313-1047 ou présentez-vous à l'accueil de notre centre.

INFORMEZ-VOUS DÈS MAINTENANT

SUR NOS FORMULES D'ABONNEMENT, EN SOLO OU EN FAMILLE

Au YMCA, tout le monde y trouve son compte. En effet, différentes formules d'abonnement vous sont offertes, en solo ou en famille.

- **Abonnement réseau.** Abonnement d'un an qui permet l'accès à tous les 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.** Une formule avantageuse qui s'adresse aux couples avec ou sans enfants âgés de moins de 18 ans résidant à la même adresse.
- **Abonnement pour les moins de 18 ans.** **Pour les 0-11 ans :** activités à la piscine et au gymnase. **Pour les 12-17 ans :** activités au gymnase et à la piscine ainsi qu'accès aux cours de groupe et à la salle d'entraînement (après avoir complété la session d'orientation).
- **Abonnement corporatif.** Pour les adultes (et conjoint(e)), dont l'employeur a une entente avec le YMCA.
- **Abonnement Plus.** Une formule tout confort vous permettant de profiter des avantages de l'abonnement réseau avec, en prime, des services additionnels comme l'accès au vestiaire exclusif avec bain de vapeur, services de serviettes et casier personnel, journaux du jour, télévision et Internet.
- **Abonnement local pour étudiants.** Les étudiants peuvent profiter des cours, activités et services du YMCA Cartierville à prix réduit.
- **Politique d'accès pour tous.** Les YMCA du Québec ont instauré une formule de tarification souple permettant à toute personne admissible de bénéficier d'un tarif réduit applicable sur la plupart des services offerts. Pour connaître les tarifs et les modalités, n'hésitez pas à vous adresser à un préposé à l'accueil. La confidentialité est assurée.

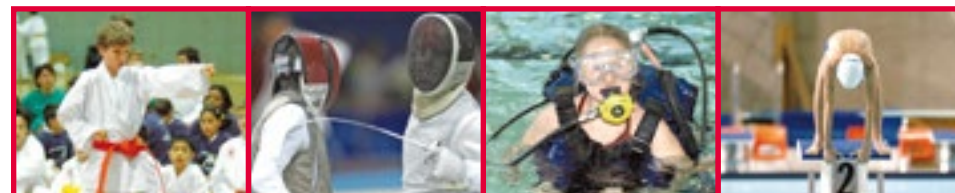
La différence YMCA : vous pouvez suspendre et, selon l'option choisie, annuler votre abonnement en tout temps.

88 000 PIEDS CARRÉS D'ESPRIT COMMUNAUTAIRE

Les résidents de l'arrondissement ont accès gratuitement à certaines plages horaires des installations aquatiques. Des salles et des plateaux sportifs du centre sont également mis à la disposition des organismes communautaires partenaires de l'arrondissement. Une programmation d'activités est par ailleurs offerte par plusieurs de ces derniers, incluant des activités dans le gymnase et dans une salle polyvalente.

Être membre du YMCA Cartierville, c'est faire partie des YMCA du Québec, un organisme de bienfaisance qui, au-delà des services en activités physiques offerts, aide les enfants, les jeunes, les adultes et les aîné(e)s à développer leur mieux-être. Le YMCA Cartierville contribue ainsi de façon positive à l'amélioration de la qualité de vie des résidents ainsi qu'à la revitalisation du quartier qu'il dessert.

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



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^e Olympiade, qui se sont tenus à Montréal du 17 juillet au 1^{er} août 1976. Site des compétitions de handball et de water-polo, il servit également de lieu d'entraînement pour le hockey sur gazon, l'athlétisme, le football, la natation et le plongeon. Les travaux de construction s'échelonnèrent sur une période d'un peu moins de 21 mois. L'édifice fut inauguré le 18 mai 1976.

Grâce à la programmation diversifiée proposée par les divers organismes partenaires du complexe sportif, le citoyen actif sera heureux d'y pratiquer le sport de son choix ou de participer aux nombreuses activités offertes. Que vous soyez de niveau débutant, intermédiaire ou compétitif, le complexe sportif Claude-Robillard vous permettra de vivre une expérience en or !

Complexe sportif Claude-Robillard

1000, avenue Émile-Journault
Montréal (Québec) H2M 2E7

Renseignements : 514 872-6900
Télécopieur : 514 872-4718
Courriel : cscr@ville.montreal.qc.ca
WEB : 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 à quelques minutes de marche du métro. Le complexe sportif est également desservi par les lignes d'**autobus 30, 54 et 56**.

En voiture, optez pour la sortie Saint-Hubert – Christophe-Colomb du boulevard Métropolitain et dirigez-vous vers le nord. L'édifice est situé à moins d'un kilomètre. Le complexe sportif met des espaces de stationnement gratuits à la disposition des usagers et des visiteurs (370 places). Une voie cyclable nord-sud longe le site (avenue Christophe-Colomb). Le complexe sportif est desservi par une station **BIXI**.



Crédits : O. Gariépy, photographie

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Inscription en personne

Vous devez vous présenter au complexe sportif Claude-Robillard pour vous inscrire à l'activité de votre choix. Vous trouverez les journées et les heures exactes dans les pages suivantes. Veuillez noter que certains organismes partenaires offrent l'inscription en ligne.

Au moment de l'inscription à une activité offerte par la Ville de Montréal, assurez-vous d'avoir en votre possession :

1 L'une des preuves de résidence suivantes :

- Carte Accès Montréal
- Compte de taxes municipales
- Permis de conduire
- Factures de services publics, datées d'au plus 4 mois, sur lesquelles apparaissent vos nom, prénom et adresse actuelle.

Un bail n'est pas considéré comme une preuve de résidence.

2 Votre paiement en argent comptant seulement

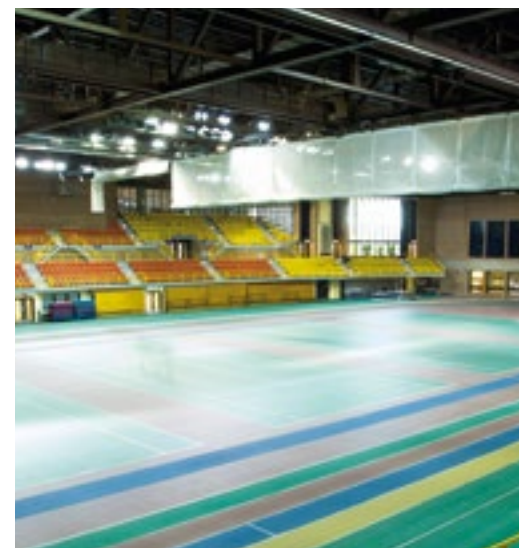
Note : Pour les activités offertes par Sports Montréal inc., les cartes de crédit Visa et MasterCard ainsi que les paiements par Interac sont acceptés.

3 Une carte d'identité avec photo

Veuillez noter que votre première carte d'identité est gratuite et qu'un montant de 6 \$ sera exigé pour son remplacement.

Une carte d'activité personnalisée vous sera remise au moment de l'inscription ou lors de la première séance d'activité. Par la suite, vous devrez avoir cette carte en votre possession lorsque vous participez à une activité.

La carte d'activité permet d'utiliser les vestiaires et, selon les horaires en vigueur et les disponibilités, de pratiquer le jogging libre.



Crédits : O. Gariépy, photographie

Inscription en ligne

www.ville.montreal.qc.ca/loisirsenligne

ASSOCIATION RÉGIONALE D'ATHLÉTISME MONTRÉAL-CONCORDIA

Athlétisme
Inscr. : en tout temps
fpap@sympatico.ca

ASSOCIATION RÉGIONALE DE SOCCER CONCORDIA INC.

Soccer
Athlètes sélectionnés par l'association
arsc@soccerconcordia.ca
www.soccerconcordia.ca
514 722-2551, poste 205

BOXE MONTRÉAL.COM INC.

Boxe olympique
Inscr. : en tout temps
www.boxemontreal.com
514 383-8651

CLUB AQUATIQUE CAMO MONTRÉAL (NATATION) INC.

Natation
Club élite et Club des maîtres
École de natation (5-12 ans)
Inscr. : en tout temps
camonation@videotron.ca
www.camonation.org
514 872-1715

CLUB AQUATIQUE CAMO MONTRÉAL (WATER-POLO) INC.

Water-polo
Inscr. : en tout temps
guy@camowaterpolo.com
www.camowaterpolo.com
514 506-2261



CLUB 50 ANS+ DE CLAUDE-ROBILLARD

- Aérostep
- Aquaforme
- Aqua jogging
- Badminton
- Cardiovélo
- Compétitions sportives
- Conditionnement physique
- Course à pied
- Danse de ligne
- Flex-plus
- Golf
- Musculation
- Natation
- Palet
- Pilates
- Sorties plein air
- Tai-chi
- Tennis
- Tennis de table
- Vélo stationnaire
- Volleyball
- Yoga
- Zumba gold
- Zumba toning

Inscription en ligne et en personne.

Automne 2013 :
Résidents
en ligne au www.club50anspluscr.com :
dès le jeudi 1^{er} août
en personne :
dès le mercredi 28 août (local 1.48)
Lundi au vendredi, de 9 h à 12 h

Pour tous : dès le jeudi 29 août

Hiver 2014 :
Résidents
en ligne au www.club50anspluscr.com :
dès le lundi 4 novembre
en personne :
dès le mercredi 4 décembre (local 1.48)
Lundi au vendredi, de 9 h à 12 h

Pour tous : dès le jeudi 5 décembre

info@club50anspluscr.com
www.club50anspluscr.com
514 389-3640

CLUB D'ÉLITE DE KARATÉ DE MONTRÉAL - CONCORDIA INC.

• **Autodéfense et combat**
• **Karaté traditionnel**
Inscr. :
Aut. : dès le 2 septembre, de 18 h à 20 h
Hiv. : dès le 4 janvier, de 18 h à 20 h
cchautran@videotron.ca
www.cekmc.com
514 341-0663

CLUB D'ESCRIME FLEURET D'ARGENT

Escrime
Les inscriptions ont lieu toute la semaine jusqu'à ce que les cours soient complets.
Aut. 2013 : 4 sept., de 18 h à 20 h
Hiv. 2014 : 6 janv., de 18 h à 20 h
www.eskrimontreal.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.

• **Tai-chi**
• **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
chokri90@gmail.com
Inscr. : en tout temps
514 697-6151

CLUB DE PLONGEON CAMO MONTRÉAL INC.

Plongeon
Inscr. : consulter le site Internet
camoplongeon@qc.aira.com
www.camoplongeon.ca
514 872-1838

CLUB DE TENNIS DE TABLE PRESTIGE DE MONTRÉAL

Tennis de table
Inscr. Aut. : 5 et 6 sept., de 18 h à 21 h
et en tout temps si places disponibles
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 (arc recourbé, à poulies, traditionnel)
Inscr. : consulter le site Internet dès le 15 août
infos@ctam.info
www.ctam.info
514 872-7935

LE CLUB GYMNIX INC.

Gymnastique artistique
Aut. : en ligne dès le 3 sept., midi
En personne : le 5 sept., de 18 h à 20 h
clubgymnix@gymnix.ca
www.gymnix.com
514 872-1536

CLUB D'ATHLÉTISME PERFMAX-RACING DE MONTRÉAL

Athlétisme
Inscr. : en tout temps
perfmmax_tc@videotron.ca
www.perfmmaxclub.com
514 939-6061

CLUB D'ATHLÉTISME FLEUR DE LYS

Athlétisme
Inscr. : en tout temps
fpap@sympatico.ca

CLUB SPORTIF ATHLETICA

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
info@anemonesbleues.com
www.anemonesbleues.com
514 388-8588

SPORTS MONTRÉAL INC.

- Abdos-fessiers
- Aqua boot camp
- Aquaforme
- Aquaforme prénatale
- Aqua jogging
- Aquaspinning
- Aqua zumba
- Activités motrices
Le tour du monde de Karibou
- Body design
- Body design pré ou post-natal
- Boot camp (adultes, ados ou enfants)
- Cardiovélo
- Conditionnement physique
- Course à pied
- Danse pour enfants
- Danse pré ou post-natal
- En forme avec bébé
- Flexi-Plus
- Groove
- Golf
- Kickboxing (adultes, ados ou enfants)
- Musculation
- Natation (adultes)
- Pilates
- Pilates avec bébé
- Power yoga
- Sauvetage
- Secourisme
- Stretching
- Tennis (adultes, ados ou enfants)
- Workout
- Yoga
- Yoga prénatal ou post-natal (en couple)
- Zumba

Inscr. en ligne et en personne

Aut. : dès le 21 août à midi
Hiv. : dès le 20 novembre à midi
En ligne : www.sportsmontreal.com :
24 h/7 jours



Inscr. en pers. à l'option santé (\$2.02) :
du lundi au vendredi,
de 9 h 30 à 20 h
Samedi et dimanche, de 9 h 30 à 15 h
www.sportsmontreal.com
info@sportsmontreal.com
514 872-7177

Bénéficiez de rabais avantageux en combinant 2 ou 3 activités. Certaines conditions s'appliquent.

TENNIS MONTRÉAL INC.

Tennis
Inscr. : en tout temps
www.tennismontreal.qc.ca
514 270-2724

VILLE DE MONTRÉAL

- Badminton
- Baignade libre
- Jogging
- Musculation
- Patinage libre
- Racquetball
- Squash
- Tennis

Inscr.
Résidents : Aut. : dès le 19 août
Hiv. : dès le 2 décembre
Tous : Aut. : dès le 3 sept.
Hiv. : dès le 3 janvier
Inscr. en pers. : lundi au vendredi,
de 9 h à 12 h et de 13 h à 21 h
Samedi et dimanche, de 9 h à 12 h et
de 13 h à 19 h
Inscription en ligne :
www.ville.montreal.qc.ca/loisirsentligne
514 872-6900

Activités aquatiques (sports)

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE AQUATIQUE

Aquaforme > 50 ans +

Piscine
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Lundi ou mercredi, de 11 h à 12 h
Automne : 12 sem./16 septembre
Hiver : 12 sem./20 janvier
Membre : 55 \$
Non-membre : 95 \$

Aqua jogging > 50 ans +

Piscine
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Mardi ou jeudi, de 10 h à 11 h
Automne : 12 sem./16 septembre
Hiver : 12 sem./20 janvier
Membre : 55 \$
Non-membre : 95 \$

Aqua boot camp > 16 ans +

Piscine
Sports Montréal inc.
Mardi ou jeudi, de 21 h à 21 h 55
Automne : 10 sem./16 septembre/85 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Aqua Zumba > 16 ans +

Piscine
Sports Montréal inc.
Jeudi, de 20 h à 20 h 55
Automne : 10 sem./16 septembre/85 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Aquaforme > 16 ans +

Piscine
Sports Montréal inc.
Lundi, de 10 h à 10 h 55
ou mercredi, de 10 h à 10 h 55
Automne : 10 sem./16 septembre/85 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Aquaforme prénatale > 16 ans +

Piscine
Sports Montréal inc.
Lundi, mardi ou mercredi, de 11 h à 11 h 55
ou mardi, de 20 h à 20 h 55
Automne : 10 sem./16 septembre/85 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Aqua jogging > 16 ans +

Piscine
Sports Montréal inc.
Lundi ou mercredi, de 11 h à 11 h 55
Automne : 10 sem./16 septembre/85 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Aqua spinning > 16 ans +

Piscine
Sports Montréal inc.
Lundi ou mercredi, de 9 h 10 à 9 h 55
ou de 10 h à 10 h 45 ou de 20 h 10 à 20 h 55 ou de 21 h à 21 h 45
Mardi, de 9 h 10 à 9 h 55 ou de 10 h à 10 h 45
Automne : 10 sem./16 septembre/100 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/100 \$

NATATION

Baignade libre > pour tous

Piscine
Ville de Montréal
Horaire variable
Gratuit
Pour connaître l'horaire, composez le 872-6900, options 5-1 ou consultez le site www.ville.montreal.qc.ca/cscs

Compétition/développement

> 6-10 ans

Piscine
Club aquatique CAMO de Montréal (natation)
Lundi au vendredi, de 18 h à 19 h 30 ou de 18 h 30 à 19 h 45
Automne : 40 sem./3 septembre
Variable selon le nombre d'heures d'entraînement

Compétition - élite > 7-25 ans

Piscine
Club aquatique CAMO de Montréal (natation)
Lundi au samedi, de 6 h à 8 h et/ou de 16 h 30 à 18 h 30
Automne : 40 sem./3 septembre
Variable selon le nombre d'heures d'entraînement

Compétition - maîtres > 20 ans +

Piscine
Club aquatique CAMO de Montréal (natation)
Lundi, mercredi et vendredi, de 6 h à 8 h et/ou de 18 h 30 à 19 h 45
Automne : 14 sem./9 septembre
Hiver : 14 sem./6 janvier
162 \$: 3 fois/sem.
192 \$: 6 fois/sem.

École de natation - cours

> 5-12 ans

Piscine
Club aquatique CAMO de Montréal (natation)
Automne : jeudi et vendredi, de 16 h à 20 h ou samedi, de 9 h à 12 h
Hiver : jeudi, de 16 h à 20 h
Automne : 10 sem./12 septembre/83 \$
Hiver : 10 sem./9 janvier/83 \$

Natation adulte/niveau 1

> cours 16 ans +
Piscine
Sports Montréal inc.
Lundi, de 12 h 15 à 13 h 15
ou mercredi, de 12 h 15 à 13 h 15
jeudi, de 9 h à 10 h ou de 20 h à 21 h
Automne : 10 sem./16 septembre/96 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/96 \$

Natation adulte/niveau 2

> cours 16 ans +
Piscine
Sports Montréal inc.
Jeudi, de 10 h à 11 h ou de 11 h à 12 h
Automne : 10 sem./16 septembre/96 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/96 \$

Natation/niveaux multiples

> 50 ans +

Piscine
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Lundi ou mercredi, de 10 h à 11 h
Automne : 12 sem./16 septembre
Hiver : 12 sem./20 janvier
Membre : 55 \$
Non-membre : 95 \$

PLONGÉE SOUS-MARINE

Niveaux multiples > 14 ans +

Piscine
École de plongée sous-marine Les anémones bleues
Horaire variable
Carte de membre obligatoire

PLONGEON

Développement I > 7-11 ans

Piscine
Club de plongeon CAMO de Montréal inc.
Lundi et jeudi : 17 h à 18 h 30
Mercredi et vendredi : 18 h 30 à 20 h
Automne : 10 sem./mi-septembre
Hiver : 10 sem./début janvier
180 \$: 2 fois semaine
250 \$: 3 fois semaine
300 \$: 4 fois semaine
Carte de membre obligatoire
Évaluation requise

Développement II > 12-16 ans

Piscine
Club de plongeon CAMO de Montréal inc.
Lundi et jeudi : 18 h 30 à 20 h
Mercredi et vendredi : 17 h à 18 h 30
Automne : 10 sem./mi-septembre
Hiver : 10 sem./début janvier
180 \$: 2 fois semaine
250 \$: 3 fois semaine
300 \$: 4 fois semaine
Carte de membre obligatoire
Évaluation requise

Initiation 1, 2 et 3-4 > 6-16 ans

Piscine
Club de plongeon CAMO de Montréal inc.
Lundi, mardi, mercredi et vendredi : en soirée, heures variables
Samedi et dimanche dans la journée, heures variables
Automne : 8 sem./mi-septembre
Hiver : 8 sem./début janvier
95 \$ par session/cours
Carte de membre obligatoire

Maîtres > 17 ans +

Piscine
Club de plongeon CAMO de Montréal inc.
Lundi au vendredi, de 19 h 30 à 21 h
Automne : 10 sem./mi-septembre
Hiver : 10 sem./début janvier
De 85 \$ à 345 \$ selon le nombre de fois par semaine
Carte de membre obligatoire

Relève 1 et 2 > 5-7 ans

Piscine
Club de plongeon CAMO de Montréal inc.
Relève 1 : lundi et mercredi : 18 h à 19 h 30
Relève 2 : mardi et vendredi : 18 h à 19 h 30
Automne : 10 sem./mi-septembre
Hiver : 10 sem./début janvier
180 \$ par session
Carte de membre obligatoire
Évaluation requise

Ado > 14-17 ans

Piscine
Club de plongeon CAMO de Montréal inc.
Lundi, mardi et jeudi, de 18 h à 20 h
Automne : 10 sem./mi-septembre
Hiver : 10 sem./début janvier
330 \$ par session
Carte de membre obligatoire
Évaluation requise

WATER-POLO

Adultes - récréatif > 18 ans +

Piscine
Club aquatique CAMO de Montréal (water-polo)
Mercredi, de 21 h à 22 h 15
Vendredi, de 20 h à 22 h
Dimanche, de 16 h 30 à 18 h 30
Automne : 42 sem./9 septembre/350 \$
Carte de membre obligatoire

Compétitif - femmes > 14 ans +

Piscine
Club aquatique CAMO de Montréal (water-polo)
Lundi au vendredi, de 18 h à 20 h
Automne : 42 sem./9 septembre/550 \$ à 650 \$
Carte de membre obligatoire

Compétitif - hommes > 14 ans +

Piscine
Club aquatique CAMO de Montréal (water-polo)
Lundi au vendredi, de 18 h à 20 h
Automne : 42 sem./9 septembre/550 \$ à 650 \$
Carte de membre obligatoire

Compétitif - hommes > 17 ans +

Piscine
Club aquatique CAMO de Montréal (water-polo)
Lundi au jeudi, de 20 h à 22 h
Automne : 42 sem./9 septembre/375 \$
Carte de membre obligatoire

Activités de conditionnement physique

ACTIVITÉS MOTRICES

Le tour du monde de Karibou

Lapins taquins > 16 à 20 mois
Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Vendredi ou dimanche, de 9 h 55 à 10 h 45 ou samedi, de 9 h 55 à 10 h 45 ou 15 h 15 à 16 h 05
Automne : 10 sem./16 septembre/73 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/73 \$
Un parent/enfant obligatoire

Le tour du monde de Karibou

Ours mignons > 2 à 2 1/2 ans
Salle 2.02 ou salle de lutte ou salle de judo
Sports Montréal inc.
Vendredi, de 9 h à 9 h 55 ou de 14 h 15 à 15 h 05 ou samedi, de 16 h 15 à 17 h 05 ou dimanche, de 11 h 45 à 12 h 35
Automne : 10 sem./16 septembre/73 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/73 \$
Un parent/enfant obligatoire

Le tour du monde de Karibou

Poussins coquins > 12 à 16 mois
Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Vendredi, de 10 h 50 à 11 h 40 ou samedi, de 9 h à 9 h 50
ou dimanche, de 10 h 50 à 11 h 40 ou de 15 h 30 à 16 h 20
Automne : 10 sem./16 septembre/73 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/73 \$
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 ou salle de judo
Sports Montréal inc.
Vendredi, de 11 h 45 à 12 h 35 ou samedi, de 14 h 15 à 15 h 05 ou dimanche, de 9 h à 9 h 50 ou de 14 h 30 à 15 h 20
Automne : 10 sem./16 septembre/73 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/73 \$
Un parent/enfant obligatoire

Le tour du monde de Karibou

Ratons fripons > 20 à 24 mois
Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Vendredi, de 15 h 15 à 16 h 05 ou samedi, de 10 h 50 à 11 h 40 ou dimanche, de 9 h à 9 h 50 ou de 14 h 30 à 15 h 25
Automne : 10 sem./16 septembre/73 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/73 \$
Un parent/enfant obligatoire

Le tour du monde de Karibou

Renards débrouillards > 3 à 4 ans
Salle 2.02 ou salle de lutte ou salle de judo
Sports Montréal inc.
Samedi, de 14 h 30 à 15 h 20 ou dimanche, de 9 h 55 à 10 h 45
Automne : 10 sem./16 septembre/73 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/73 \$
Un parent/enfant obligatoire

Le tour du monde de Karibou

Renards débrouillards - Option basketball > 3 à 4 ans
Salle 2.02 ou salle de lutte ou salle de judo
Sports Montréal inc.
Samedi, de 13 h 30 à 14 h 20 ou dimanche, de 15 h 30 à 16 h 20
Automne : 10 sem./16 septembre/73 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/73 \$
Un parent/enfant obligatoire

Le tour du monde de Karibou Renards débrouillards

Option danse > 3 à 4 ans

Salle 2.02 ou salle de lutte ou salle de judo
Sports Montréal inc.
Vendredi, de 16 h 15 à 17 h 05 ou samedi, de 11 h 45 à 12 h 35 ou dimanche, de 16 h 30 à 17 h 20
Automne : 10 sem./16 septembre/73 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/73 \$
Un parent/enfant obligatoire

Le tour du monde de Karibou Renards débrouillards

Option soccer > 3 à 4 ans

Salle 2.02 ou salle de lutte ou salle de judo
Sports Montréal inc.
Samedi, de 15 h 30 à 16 h 20 ou dimanche, de 10 h 50 à 11 h 40 ou de 13 h 30 à 14 h 20
Automne : 10 sem./16 septembre/73 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/73 \$
Un parent/enfant obligatoire

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

Abdos-fessier > 16 ans +

Salle de judo ou salle 2.02
Sports Montréal inc.
Vendredi, de 10 h 45 à 11 h 40 ou lundi, de 9 h à 9 h 55 ou jeudi, de 19 h 15 à 20 h 10
Automne : 12 sem./16 septembre/102 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Body design > 16 ans +

Collège André-Grasset
Sports Montréal inc.
Lundi ou mercredi, de 19 h à 19 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/102 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Body design > 16 ans +

Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Mardi ou jeudi, de 9 h à 9 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/102 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Body design - 90 minutes

> 16 ans +
Salle de judo
Sports Montréal inc.
Vendredi, de 9 h à 10 h 25
Automne : 12 sem./16 septembre/120 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/100 \$

Body design avec bébé > 16 ans +

Salle 2.02 ou salle de lutte
Sports Montréal inc.
Lundi ou mercredi, de 13 h 15 à 14 h 10 ou mercredi, de 11 h à 11 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/102 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$
Enfant de 0 à 18 mois

Body design prénatal > 16 ans +

Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Lundi, de 10 h 15 à 11 h 10 ou jeudi, de 15 h à 15 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/102 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Body design prénatal > 16 ans +

Collège André-Grasset
Sports Montréal inc.
Mercredi, de 18 h à 18 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/102 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Boot camp > 16 ans +

Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Mardi ou jeudi, de 17 h 45 à 19 h 10 ou lundi ou mercredi, de 20 h 30 à 21 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/120 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/100 \$

Boot camp ados > 13-15 ans

Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Jeudi, de 16 h 30 à 17 h 25
Automne : 10 sem./16 septembre/80 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/80 \$

Boot camp enfants > 10-12 ans

Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Mardi, de 16 h 30 à 17 h 25
Automne : 10 sem./16 septembre/80 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/80 \$

Boot camp express > 16 ans +

Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Lundi ou mercredi, de 7 h à 7 h 55 ou de 12 h 15 à 13 h
Automne : 12 sem./16 septembre/102 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Boot camp extérieur > 16 ans +

Terrain de baseball I
Sports Montréal inc.
Mardi ou jeudi, de 18 h à 19 h 30 ou samedi, de 11 h à 12 h 30
Automne : 12 sem./16 septembre/120 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/100 \$

Cardiovélo > 50 ans +

Salle de musculation (local 1.04)
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Lundi, mardi ou jeudi, de 11 h à 12 h
Automne : 12 sem./16 septembre
Hiver : 12 sem./20 janvier
Membre : 55 \$
Non-membre : 95 \$

Cardiovélo express > 16 ans +

Aire de cardiovélo
Sports Montréal inc.
Lundi ou mardi ou mercredi ou jeudi, de 11 h 45 à 12 h 20 ou de 12 h 25 à 13 h
Automne : 8 sem./9 septembre/60 \$
8 sem./4 novembre/60 \$
Hiver : 8 sem./13 janvier/60 \$
Apportez votre serviette

Cardiovélo régulier > 16 ans +

Aire de cardiovélo
Sports Montréal inc.
Lundi ou mercredi, de 9 h à 9 h 45 ou de 10 h à 10 h 45 ou de 13 h à 13 h 45 ou de 18 h à 18 h 45 ou de 19 h à 19 h 45 ou de 20 h à 20 h 45
Mardi ou jeudi, de 8 h 15 à 9 h ou de 17 h à 17 h 45 ou de 18 h à 18 h 45 ou de 19 h à 19 h 45 ou de 20 h à 20 h 45
Vendredi, de 18 h à 18 h 45 ou de 19 h à 19 h 45
Samedi ou dimanche, de 9 h à 9 h 45 ou de 10 h à 10 h 45
Automne : 8 sem./9 septembre/75 \$
7 sem./4 novembre/66 \$
Hiver : 8 sem./13 janvier/75 \$
Apportez votre serviette

Cardiovélo tonus > 16 ans +

Aire de cardiovélo et salle de judo
Sports Montréal inc.
Mardi ou jeudi, de 7 h à 7 h 55
Automne : 8 sem./9 septembre/90 \$
7 sem./4 novembre/79 \$
Hiver : 8 sem./13 janvier/90 \$
Apportez votre serviette

Conditionnement physique

débutant > 16 ans +

Gymnase et salle omnisports
Sports Montréal inc.
Mardi ou jeudi, de 19 h à 19 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/102 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Conditionnement physique

intermédiaire > 16 ans +

Gymnase et salle omnisports
Sports Montréal inc.
Mardi ou jeudi, de 20 h à 20 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/102 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Conditionnement physique

avancé > 16 ans +

Terrain extérieur et salle omnisports
Sports Montréal inc.
Mardi ou jeudi, de 19 h à 19 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/102 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Conditionnement physique

niveaux multiples > 50 ans +
Salle omnisports (local 1.80)
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Lundi au jeudi, de 8 h 30 à 10 h 30
Lundi et mercredi, 13 h
Vendredi, de 9 h et 10 h
Automne : 15 sem./3 septembre/120 \$
Hiver : 15 sem./6 janvier/120 \$

Course à pied débutant > 16 ans +

Terrain extérieur et salle omnisports
Sports Montréal inc.
Mardi ou jeudi, de 18 h 30 à 20 h
Automne : 12 sem./16 septembre/110 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/92 \$

Course à pied avancé > 16 ans +

Terrain extérieur et salle omnisports
Sports Montréal inc.
Mardi ou jeudi, de 19 h à 20 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/121 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/101 \$

Course à pied > 50 ans +

Salle omnisports
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Mardi ou jeudi, 9 h
Automne : 12 sem./16 septembre
Hiver : 12 sem./20 janvier
Membre : 55 \$
Non-membre : 95 \$

En forme avec bébé > 16 ans +

Salle 2.02 ou salle de lutte (local 1.02)
Sports Montréal inc.
Mercredi, de 9 h à 9 h 55 ou vendredi, de 10 h 15 à 11 h 40
Automne : 12 sem./16 septembre/102 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$
Enfant de moins de 6 mois

En forme avec bébé > 16 ans +

Salle de judo
Sports Montréal inc.
Jeudi, de 11 h 30 à 12 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/120 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/100 \$
Enfant de plus de 6 mois

Jogging (pratique libre) > 16 ans +

Piste d'athlétisme intérieure
Ville de Montréal
Lundi et mercredi, de 7 h à 16 h et 20 h à 22 h
Mardi et jeudi, de 7 h à 19 h et de 21 h à 22 h
Vendredi, de 7 h à 22 h
Automne : 6 sem./4 novembre
Adultes : 26 \$
Hiver : 12 sem./3 janvier
Adultes : 52 \$
16 et 17 ans : gratuit

Lève-tôt > 50 ans +

Salle omnisports
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Lundi, mercredi et vendredi, de 7 h à 8 h
Automne : 15 sem./3 septembre/120 \$
Hiver : 15 sem./6 janvier/120 \$

Musculation

Activité supervisée > 50 ans +
Salle de musculation (local 1.04)
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Lundi au jeudi, de 11 h à 12 h
Automne : 12 sem./16 septembre
Hiver : 12 sem./20 janvier
Membre : 55 \$
Non-membre : 95 \$

Musculation

Pratique libre > 18 ans +
Salle de musculation (local 1.04)
Ville de Montréal
Lundi au vendredi, de 7 h à 22 h
Samedi et dimanche, de 7 h à 20 h
Automne : 12 sem./3 septembre/75 \$
Hiver : 12 sem./3 janvier/75 \$

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
Automne : 12 sem./16 septembre
Hiver : 12 sem./20 janvier
Membre : 55 \$
Non-membre : 95 \$

Workout Mix > 16 ans +

Gymnase et salle omnisports
Sports Montréal inc.
Mardi, de 18 h à 18 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/102 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

DANSE

Danse découverte > 4-5 ans

Collège André-Grasset
Sports Montréal inc.
Samedi, de 8 h 30 à 9 h 15 ou de 9 h 20 à 10 h 05
Automne : 10 sem./16 septembre/73 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/73 \$

Danse découverte > 5-6 ans

Collège André-Grasset
Sports Montréal inc.
Samedi, de 10 h 10 à 10 h 55
Automne : 10 sem./16 septembre/73 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/73 \$

Danse de ligne > 50 ans +

Hall (niveau 2)
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Vendredi, de 10 h 30 à 11 h 30
Automne : 12 sem./16 septembre
Hiver : 12 sem./20 janvier
Membre : 55 \$
Non-membre : 95 \$

Danse hip-hop > 6-8 ans

Collège André-Grasset
Sports Montréal inc.
Samedi, de 11 h à 11 h 45
Automne : 10 sem./16 septembre/73 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/73 \$

Groove > 16 ans +

Collège André-Grasset
Sports Montréal inc.
Lundi, de 18 h à 18 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/102 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Zumba > 16 ans +

Collège André-Grasset
Sports Montréal inc.
Lundi ou mercredi, de 21 h à 21 h 55
Mercredi, de 20 h à 20 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/102 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Zumba > 16 ans +

Gymnase et salle omnisports
Sports Montréal inc.
Jeudi, de 18 h à 18 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/102 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Zumba gold > 50 ans +

Salle omnisports
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Lundi et mercredi, de 10 h à 11 h
Automne : 15 sem./3 septembre/120 \$
Hiver : 15 sem./6 janvier/120 \$

Zumba toning > 50 ans +

Salle omnisports
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Mardi et jeudi, de 10 h à 11 h
Automne : 15 sem./3 septembre/120 \$
Hiver : 15 sem./6 janvier/120 \$

Activités de détente et d'étirement

ACTIVITÉS DE DÉTENTE ET D'ÉTIREMENT

Flexi-plus > 16 ans +

Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Mardi, de 11 h à 11 h 55 ou mercredi, de 19 h à 19 h 55 ou vendredi, de 19 h 30 à 20 h 25
Automne : 12 sem./16 septembre/110 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/92 \$

Flexi-plus > 16 ans +

Collège André-Grasset
Sports Montréal inc.
Lundi, de 20 h à 20 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/110 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/92 \$

Flex-plus/Forme-flex/débutant

> 50 ans +
Local \$2.36
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Mercredi ou jeudi, de 11 h à 12 h
Automne : 12 sem./16 septembre
Hiver : 12 sem./20 janvier
Membre : 55 \$
Non-membre : 95 \$

Pilates > 16 ans +
Salle de lutte (local 1.02) ou salle 2.02
Sports Montréal inc.
Mardi, de 10 h à 10 h 55 ou
de 18 h à 19 h 10 ou
jeudi, de 10 h à 10 h 55 ou
de 19 h 15 à 20 h 10
ou dimanche, de 11 h à 11 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/110 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/92 \$

Pilates > 50 ans +
Salle de lutte (local 1.02)
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Lundi ou mardi, 11 h à 11 h 50
Automne : 12 sem./16 septembre
Hiver : 12 sem./20 janvier
Membre : 55 \$
Non-membre : 95 \$

Pilates express > 16 ans +
Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Jeudi, de 12 h 15 à 13 h
Automne : 12 sem./16 septembre/106 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/88 \$

Pilates avec bébé > 16 ans +
Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Lundi ou mercredi, de 14 h 30 à 15 h 25
Automne : 12 sem./16 septembre/110 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/92 \$
Enfant de 0 à 18 mois

Power yoga > 16 ans +
Salle de lutte (local 1.02)
Sports Montréal inc.
Mardi, de 20 h à 21 h 10 ou
jeudi, de 18 h à 19 h 10 ou
dimanche, de 9 h 45 à 10 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/118 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/98 \$
Apporter votre tapis

Stretching > 16 ans +
Salle 2.02 ou salle de lutte
Sports Montréal inc.
Mardi, de 19 h 15 à 20 h 10 ou
jeudi, de 11 h à 11 h 55 ou
jeudi, de 20 h 15 à 21 h 10 ou
dimanche, de 12 h à 12 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/102 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/85 \$

Stretching express > 16 ans +
Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Mardi, de 12 h 15 à 13 h
Automne : 12 sem./16 septembre/98 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/82 \$

Tai-chi/niveaux multiples
> 50 ans +
Salle de lutte (local 1.02)
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Lundi ou mardi, de 11 h 30 à 12 h 30
Automne : 12 sem./16 septembre
Hiver : 12 sem./20 janvier
Membre : 55 \$
Non-membre : 95 \$

Tai-chi
Salle de judo (local 1.08)
Club de judo métropolitain inc.
Mardi et jeudi, de 19 h à 21 h
Automne : 12 sem./10 septembre/185 \$
Hiver : 12 sem./3 décembre/185 \$
Carte de membre obligatoire

Yoga > 50 ans +
Salle de lutte (local 1.02)
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Mercredi ou jeudi, de 11 h 30 à 12 h 30
Automne : 12 sem./16 septembre
Hiver : 12 sem./20 janvier
Membre : 55 \$
Non-membre : 95 \$

Yoga express > 16 ans +
Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Mardi ou jeudi, de 7 h à 7 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/113 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/94 \$
Apportez votre tapis

Yoga avec bébé > 16 ans +
Salle 2.02 ou salle de judo
Sports Montréal inc.
Mercredi, de 10 h 30 à 11 h 55 ou
vendredi, de 11 h 15 à 12 h 40
Automne : 12 sem./16 septembre/120 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/101 \$
Apportez votre tapis
Enfant de 0 à 18 mois

Yoga prénatal > 16 ans +
Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Lundi, de 18 h 45 à 20 h 10 ou
mardi de 14 h 30 à 15 h 55
ou jeudi, de 13 h 15 à 14 h 40
Automne : 12 sem./16 septembre/120 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/101 \$
Apporter votre tapis

Yoga prénatal/couples > 16 ans +
Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Vendredi, de 17 h 45 à 19 h 10 ou
dimanche, de 12 h 30 à 13 h 55
Automne : 12 sem./16 septembre/150 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/127 \$
Cours s'adressant uniquement
aux couples

Arts martiaux et sports de combat

BOXE OLYMPIQUE

Niveaux multiples > 11 ans +
Salle de boxe (local S2.22)
Boxe Montréal.com inc.
Lundi, mardi, jeudi et vendredi,
de 15 h à 19 h
Automne : 15 sem./9 septembre
Hiver : 15 sem./6 janvier
Coût selon la catégorie
Carte de membre obligatoire et
affiliation (F.Q.B.O.)

ESCRIME

Cours récréatif/débutant-avancé
> 13 ans +
Salle d'escrime (salle S2.20)
Club d'escrime Fleuret d'argent
Jeudi, de 18 h 30 à 20 h
Automne : 15 sem./11 septembre/140 \$
Hiver : 11 sem./8 janvier/130 \$
Matériel fourni
Carte de membre obligatoire

Cours récréatif/débutant-avancé
> 18 ans +
Salle d'escrime (salle S2.20)
Club d'escrime Fleuret d'argent
Jeudi, de 18 h 30 à 20 h
Automne : 15 sem./11 septembre/140 \$
Hiver : 11 sem./8 janvier/130 \$
Matériel fourni
Carte de membre obligatoire

Cours récréatif/débutant-avancé
> 8-12 ans
Salle d'escrime (salle S2.20)
Club d'escrime Fleuret d'argent
Mercredi, de 17 h 30 à 18 h 30 ou
vendredi, de 18 h à 19 h
Automne : 15 sem./11 septembre/120 \$
Hiver : 11 sem./8 janvier/105 \$
Matériel fourni
Carte de membre obligatoire

Élite et compétitif > 12 ans +
Salle d'escrime (salle S2.20)
Club d'escrime Fleuret d'argent
Lundi au vendredi, de 15 h à 21 h
Automne : 45 sem./26 août
Coût selon les catégories
Carte de membre obligatoire

JUDO

Enfants et jeunes/niveaux multiples > 6-9 ans et 10-14 ans
Salle de judo (salle 1.08)
Club de judo métropolitain inc.
Lundi et mercredi, de 17 h 30 à 18 h 30
Automne : 12 sem./9 septembre/185 \$
Hiver : 12 sem./2 décembre/185 \$

Jeunes/niveaux multiples avancé
> 9-10 ans et 11-14 ans
Salle de judo (salle 1.08)
Club de judo métropolitain inc.
Lundi, mercredi et vendredi,
de 18 h 30 à 19 h 30
Automne : 12 sem./9 septembre/185 \$
Hiver : 12 sem./2 décembre/185 \$
Cours compétitif

Ados/niveaux multiples > 14-17 ans
Salle de judo (salle 1.08)
Club de judo métropolitain inc.
Lundi, mercredi et vendredi, de 19 h à
20 h 30
Automne : 12 sem./9 septembre/185 \$
Hiver : 12 sem./2 décembre/185 \$
Compétitif et non-compétitif
Carte de membre obligatoire

Étudiants du CÉGEP
niveaux multiples > 18 ans +
Salle de judo (salle 1.08)
Club de judo métropolitain inc.
Lundi, mercredi et vendredi,
de 19 h à 20 h 30
Automne : 12 sem./9 septembre
Hiver : 12 sem./2 décembre
Tarif spécial sur présentation de la
carte-étudiant
Cours compétitif
Carte de membre obligatoire

Adultes/niveaux multiples > 18 ans +
Salle de judo (salle 1.08)
Club de judo métropolitain inc.
Lundi, mercredi et vendredi, de 19 h à
20 h 30
Automne : 12 sem./9 septembre/185 \$
Hiver : 12 sem./2 décembre/185 \$
Cours spécialisés
Cours compétitif
Carte de membre obligatoire

Parent et enfant/niveaux multiples
> 3-5 ans
Salle de judo (salle 1.08)
Club de judo métropolitain inc.
Samedi, de 10 h à 11 h ou
de 11 h 10 à 12 h 10
Automne : 10 sem./14 septembre/185 \$
Hiver : 10 sem./23 novembre/185 \$
Cours spécialisés

Parent et enfant > 6-10 ans
Salle de judo (salle 1.08)
Club de judo métropolitain inc.
Samedi, de 8 h 50 à 9 h 50
Automne : 10 sem./14 septembre/185 \$
Hiver : 10 sem./23 novembre/185 \$
Cours spécialisés



JUDO ET AUTODÉFENSE

Niveaux multiples > 13 ans +
Salle de judo (salle 1.08)
Club de judo métropolitain
Mardi et jeudi, de 17 h 30 à 19 h
Automne : 12 sem./10 septembre/185 \$
Hiver : 12 sem./3 décembre/185 \$
Cours spécialisé
Autodéfense : judo, jujitsu, aikido
Carte de membre obligatoire

Niveaux multiples > 14 ans +
Salle de judo (salle 1.08)
Club de judo métropolitain
Samedi, de 12 h 30 à 14 h
Automne : 10 sem./14 septembre/185 \$
Hiver : 10 sem./18 janvier/185 \$
Cours spécialisé
Autodéfense : judo, jujitsu, aikido
Carte de membre obligatoire

KARATÉ

Autodéfense et combat débutant > 6 ans +
Salle de karaté (local S2.36)
Club d'élite de karaté de
Montréal-Concordia
Mercredi, de 18 h à 19 h 15
Vendredi, de 18 h à 19 h 15
Samedi, de 9 h 45 à 12 h
Dimanche, de 17 h à 18 h 15
Automne : 17 sem./2 septembre/190 \$
Hiver : 17 sem./4 janvier/190 \$
20% de rabais pour le deuxième
membre d'une même famille

Autodéfense et combat intermédiaire > 6 ans +
Salle de karaté (local S2.36)
Club d'élite de karaté de
Montréal-Concordia
Mercredi, de 18 h 45 à 20 h 15
Vendredi, de 18 h 45 à 20 h 15
Samedi, de 9 h 45 à 12 h
Dimanche, de 17 h à 18 h 15
Automne : 17 sem./2 septembre/190 \$
Hiver : 17 sem./4 janvier/190 \$
20% de rabais pour le deuxième
membre d'une même famille

Autodéfense et combat avancé > 6 ans +
Salle de karaté (local S2.36)
Club d'élite de karaté de
Montréal-Concordia
Mardi, de 19 h à 20 h 30
Jeudi, de 19 h à 20 h 30
Samedi, de 8 h 30 à 11 h
Dimanche, de 17 h à 18 h 15
Automne : 17 sem./2 septembre/210 \$
Hiver : 17 sem./4 janvier/210 \$
20% de rabais pour le deuxième
membre d'une même famille

KICKBOXING

Débutant > 16 ans +
Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Lundi ou mercredi,
de 17 h 30 à 18 h 40 ou
Mardi ou jeudi, de 20 h 30 à 21 h 40
Automne : 12 sem./16 septembre/114 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/95 \$

Débutant > 9-12 ans
Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Lundi, de 16 h 30 à 17 h 25
Automne : 10 sem./16 septembre/80 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/80 \$

Débutant > 12-15 ans
Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Mercredi, de 16 h 30 à 17 h 25
Automne : 10 sem./16 septembre/80 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/80 \$

Intermédiaire > 16 ans +
Salle 2.02
Sports Montréal inc.
Mardi, de 20 h 30 à 21 h 40
Automne : 12 sem./16 septembre/114 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/95 \$

LUTTE OLYMPIQUE

Niveaux multiples > 6-9 ans
Salle de lutte (local 1.02)
Club de lutte Inter-Concordia inc.
Samedi, de 10 h à 11 h 30
mercredi, de 18 h à 19 h 30
Automne : 15 sem./24 septembre/45 \$
+ 25 \$ fédé
Hiver : 15 sem./7 janvier/45 \$
+ 25 \$ fédé
Carte de membre obligatoire

Niveaux multiples > 10-13 ans
Salle de lutte (local 1.02)
Club de lutte Inter-Concordia inc.
Samedi, de 11 h 30 à 13 h
mercredi, de 18 h à 19 h 30
Automne : 15 sem./24 septembre/45 \$
+ 25 \$ fédé
Hiver : 15 sem./7 janvier/45 \$
+ 25 \$ fédé
Carte de membre obligatoire

Niveaux multiples > 15 ans +
Salle de lutte (local 1.02)
Club de lutte Inter-Concordia inc.
Lundi, mercredi et vendredi,
de 19 h à 21 h
Automne : 15 sem./5 septembre
Hiver : 15 sem./4 janvier
Adulte : 75 \$ + 45 \$ fédé
Jeune : 55 \$ + 25 \$ fédé
Carte de membre obligatoire

Athlétisme

ATHLÉTISME

Clubs de développement et compétitifs > 12 ans +
Salle omnisports
Association régionale d'athlétisme de Montréal Concordia
Plusieurs clubs offrent l'activité
Coût selon la catégorie, la discipline et le club
Carte de membre obligatoire

Formation en secourisme

SECOURISME

Premiers secours/RCR - DEA > 14 ans +
Complexe sportif Claude-Robillard Sports Montréal inc.
Dimanche 15 septembre ou samedi 12 octobre ou dimanche 17 novembre ou samedi 7 décembre, de 8 h 30 à 18 h
Coût : 105 \$
Brevet délivré par la Fondation des maladies du cœur

Premiers soins/général > 14 ans +
Complexe sportif Claude-Robillard Sports Montréal inc.
Samedi 14 et 21 septembre, de 8 h 30 à 16 h 30
ou dimanche 29 septembre et dimanche 6 octobre, de 8 h 30 à 16 h 30
Coût : 107 \$
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, de 10 h à 12 h
Automne : 15 sem./3 septembre
Hiver : 15 sem./6 janvier
Gratuit
Carte de membre obligatoire

Sports d'adresse ou de force

GOLF

Débutant > 16 ans +
Salle de tir à l'arc (local S2.20)
Sports Montréal inc.
Mardi, de 18 h 30 à 19 h 40 ou de 21 h à 22 h 10 ou jeudi, de 19 h 45 à 20 h 55
Automne : 6 sem./22 octobre/161 \$
Hiver : 6 sem./11 janvier/161 \$

Intermédiaire > 16 ans +
Salle de tir à l'arc (local S2.20)
Sports Montréal inc.
Mardi, de 19 h 45 à 20 h 55 ou jeudi, de 18 h 30 à 19 h 40 ou de 21 h à 22 h 10
Automne : 6 sem./22 octobre/161 \$
Hiver : 6 sem./11 janvier/161 \$

Niveaux multiples > 50 ans +
Salle de tir à l'arc (local S2.20)
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Mercredi ou jeudi, de 11 h à 12 h
Automne : 12 sem./16 septembre
Hiver : 12 sem./20 janvier
Membre : 60 \$
Non-membre : 95 \$

Pratique libre > 50 ans +
Salle de tir à l'arc (local S2.20)
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Lundi au vendredi, de 9 h à 15 h
Automne : 12 sem./3 septembre
Hiver : 12 sem./6 janvier
Gratuit
Carte de membre obligatoire

HALTÉROPHILIE

Compétition 11 ans +
Salle d'haltérophilie (local S2.12)
Club d'haltérophilie de Montréal
Lundi, mercredi, vendredi et samedi, de 10 h à 13 h
Lundi au vendredi, de 16 h à 19 h
Session annuelle
Adultes : 290 \$
+ 30-60 \$ (affiliation fédé)
11 à 17 ans : 170 \$
+ 30-60 \$ (affiliation fédé)
Carte de membre obligatoire
Tous les athlètes doivent participer à quatre compétitions par année.
Des cours privés sont disponibles sur demande.

PALET

Pratique libre > 50 ans +
Local S2.20
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Lundi au vendredi, de 9 h à 15 h
Automne : 15 sem./3 septembre
Hiver : 15 sem./6 janvier
Gratuit
Carte de membre obligatoire

TIR À L'ARC

Activités de familiarisation > 9 ans +
Groupes organisés
Aires de tir à l'arc (S2.20)
Club de tir à l'arc de Montréal
Sur demande et réservation
Automne : en tout temps à compter du 23 septembre
Hiver : en tout temps à compter du 27 janvier
Coût : 200 \$ (maximum 10 personnes)
Équipement et encadrement inclus
Durée de l'activité : 2 heures

Compétitif > 9 ans +
Entraînement équipes du Québec et nationales
Aires de tir à l'arc (S2.20)
Club de tir à l'arc de Montréal
Lundi au vendredi, de 18 h à 22 h
Automne : en tout temps à compter du 23 septembre
Hiver : en tout temps à compter du 3 janvier
Coût : selon le nombre d'heures d'entraînement et le niveau d'entraînement
Sur invitation seulement.

Développement/arc olympique

> 9 ans +
Aires de tir à l'arc (S2.20)
Club de tir à l'arc de Montréal
Lundi, mercredi ou vendredi, de 18 h à 20 h
Automne : 15 sem./24 septembre
Hiver : 15 sem./28 janvier
Enfant : 170 \$
Adulte : 220 \$
Sur évaluation seulement.
Récréatif complété.

Développement/arc à poulies

> 9 ans +
Aires de tir à l'arc (S2.20)
Club de tir à l'arc de Montréal
Mardi ou jeudi, de 18 h à 20 h
Automne : 15 sem./23 septembre
Hiver : 15 sem./27 janvier
Enfants : 170 \$
Adulte : 220 \$
Sur évaluation seulement.
Récréatif complété.

Récréatif/arc olympique

> 9 ans +
Aires de tir à l'arc (S2.20)
Club de tir à l'arc de Montréal
Lundi au vendredi, de 18 h à 22 h;
Samedi, de 10 h à 13 h
Automne : 10 sem./23 septembre
Hiver : 10 sem./27 janvier
Coût : de 75 \$ à 155 \$ (selon le niveau)
Niveaux débutant, intermédiaire, avancé, cours familiaux disponibles.
Équipement fourni au niveau débutant.

Récréatif/arc à poulies > 15 ans +
Aires de tir à l'arc (S2.20)
Club de tir à l'arc de Montréal
Lundi au vendredi, de 18 h à 22 h
Automne : 10 sem./23 septembre
Hiver : 10 sem./27 janvier
Coût : de 150 \$ à 170 \$
Niveaux débutant, intermédiaire, avancé.
Équipement fourni pour les débutants

Récréatif/arc traditionnel > 15 ans +
Aires de tir à l'arc (S2.20)
Club de tir à l'arc de Montréal
Lundi, de 18 h à 19 h
Automne : 5 sem./23 septembre/85 \$
Hiver : 5 sem./27 janvier/85 \$
Équipement fourni pour les débutants

Tir libre > 9 ans +
Aires de tir à l'arc (S2.20)
Club de tir à l'arc de Montréal
Lundi au vendredi, de 18 h à 22 h
Samedi, de 10 h à 13 h
Automne : à compter du 23 septembre
Hiver : à compter du 27 janvier
Enfant : 70 \$
Adulte : 90 \$

Sports de raquette

BADMINTON

Badminton > 50 ans +
Gymnase double
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Selon la disponibilité des plateaux
Automne : 12 sem./3 septembre
Hiver : 12 sem./6 janvier
Gratuit
Carte de membre obligatoire

Initiation > 50 ans +
Gymnase double
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Mardi, de 13 h à 14 h
Automne : 12 sem./16 septembre
Hiver : 12 sem./20 janvier
Membre : 55 \$
Non-membre : 95 \$

Pratique libre > 12-17 ans
Gymnase double
Ville de Montréal
Mardi et jeudi, de 17 h à 19 h
Automne : 12 sem./3 septembre
Hiver : 12 sem./3 janvier
Gratuit

Pratique libre > 18 ans +
Gymnase double
Ville de Montréal
Mardi et jeudi, de 17 h à 22 h
Automne : 12 sem./3 septembre/52 \$
Hiver : 12 sem./3 janvier/52 \$

RACQUETBALL

Pratique libre > 10 ans +
Salle de racquetball (local S2.08)
Ville de Montréal
Lundi au vendredi, de 7 h à 22 h
Samedi et dimanche, de 7 h à 20 h (60 min au choix/jour)
Automne : 12 sem./3 septembre/110 \$
Hiver : 12 sem./3 janvier/110 \$
10 à 17 ans : gratuit
Réservation obligatoire

SQUASH

Pratique libre > 10 ans +
Salle de squash (local S2.04)
Ville de Montréal
Lundi au vendredi, de 7 h à 22 h
Samedi et dimanche, de 7 h à 20 h (60 min au choix/jour)
Automne : 12 sem./3 septembre/110 \$
Hiver : 12 sem./3 janvier/110 \$
10 à 17 ans : gratuit
Réservation obligatoire

TENNIS

Cours débutant > 7-10 ans
Collège André-Grasset
Sports Montréal inc.
Samedi, de 14 h à 14 h 45
ou de 16 h 15 à 17 h
Automne : 10 sem./16 septembre/73 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/73 \$
Apportez votre raquette

Cours débutant > 11-15 ans
Collège André-Grasset
Sports Montréal inc.
Samedi, de 14 h 45 à 15 h 30
ou vendredi, de 19 h 30 à 20 h 15
Automne : 10 sem./16 septembre/73 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/73 \$
Apportez votre raquette

Cours débutant > 16 ans +
Collège André-Grasset
Sports Montréal inc.
Jeudi de 20 h à 21 h ou samedi, de 9 h à 10 h ou de 13 h à 14 h
Automne : 12 sem./16 septembre/122 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/102 \$
Apportez votre raquette

Cours débutant > 16 ans +
Salle omnisports
Sports Montréal inc.
Mardi, de 16 h à 17 h ou mardi, de 21 h 15 à 22 h 15
ou jeudi, de 14 h à 15 h ou jeudi, de 16 h à 17 h
Automne : 7 sem./5 novembre/71 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/102 \$
Apportez votre raquette

Cours débutants > 50 ans +
Salle omnisports
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Lundi ou mardi, de 12 h à 13 h
Automne : 12 sem./16 septembre
Hiver : 12 sem./20 janvier
Membre : 55 \$
Non-membre : 95 \$

Pré-intermédiaire > 16 ans +
Collège André-Grasset
Sports Montréal inc.
Mardi, de 20 h à 21 h ou jeudi, de 21 h à 22 h ou samedi, de 10 h à 11 h
Automne : 12 sem./16 septembre/122 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/102 \$
Apportez votre raquette

Pré-intermédiaire > 16 ans +
Salle omnisports
Sports Montréal inc.
Mardi ou jeudi, 15 h à 16 h
Automne : 7 sem./5 novembre/71 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/102 \$
Apportez votre raquette

Intermédiaire > 11-15 ans
Collège André-Grasset
Sports Montréal inc.
Samedi, de 15 h 30 à 16 h 15
Automne : 10 sem./16 septembre/73 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/73 \$
Apportez votre raquette

Intermédiaire > 16 ans +
Salle omnisports
Sports Montréal inc.
Mardi, de 14 h à 15 h ou jeudi, de 21 h 15 à 22 h 15
Automne : 7 sem./5 novembre/71 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/102 \$
Apportez votre raquette

Intermédiaire > 16 ans +
Collège André-Grasset
Sports Montréal inc.
Mardi, de 21 h à 22 h, Vendredi, de 20 h 30 à 21 h 30 ou de 21 h 30 à 22 h 30 ou samedi, de 11 h à 12 h
Automne : 12 sem./16 septembre/122 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/102 \$
Apportez votre raquette

5 Complexe sportif Claude-Robillard

ACTIVITÉS OFFERTES

Avancé > 16 ans +
Collège André-Grasset
Sports Montréal inc.
Mardi, de 22 h à 23 h ou
samedi, de 12 h à 13 h
Automne : 12 sem./16 septembre/122 \$
Hiver : 10 sem./11 janvier/102 \$
Apportez votre raquette

Pratique libre > 18 ans +
Salle omnisports
Ville de Montréal
Lundi, mercredi et vendredi,
de 7 h à 13 h
Mardi et jeudi, de 7 h à 14 h
(60 min au choix/jour)
Automne : 6 sem./4 novembre/55 \$
Hiver : 12 sem./3 janvier/110 \$
Réservation obligatoire

TENNIS DE TABLE

Primaire > 5-10 ans
Salle polyvalente
Club de tennis de table Prestige
de Montréal
Lundi, mercredi et vendredi,
de 17 h à 19 h
Samedi, de 10 h à 12 h
Automne : 19 sem./9 septembre
Hiver : 19 sem./27 janvier
À partir de 115 \$ par session
Carte de membre obligatoire

Intermédiaire > 11-15 ans
Salle polyvalente
Club de tennis de table Prestige
de Montréal
Lundi, mercredi et vendredi,
de 17 h à 19 h
Samedi, de 10 h à 12 h
Automne : 19 sem./9 septembre
Hiver : 19 sem./27 janvier
À partir de 160 \$ par session
Carte de membre obligatoire

Élite > 7 ans +
Salle polyvalente
Club de tennis de table Prestige
de Montréal
Mardi et jeudi, de 17 h à 19 h
Mercredi, 18 h à 20 h 30 (filles)
Vendredi, de 19 h à 21 h
Samedi, de 12 h 30 à 15 h
Automne : 38 sem./9 septembre
Coût à partir de 570 \$
Carte de membre obligatoire
Évaluation requise

Excellence > 10 ans +
Salle polyvalente
Club de tennis de table Prestige
de Montréal
Lundi, mardi et jeudi, de 19 h à 21 h
Automne : 38 sem./9 septembre
Coût à partir de 400 \$
Carte de membre obligatoire
Évaluation requise

Niveaux multiples > 50 ans +
Salle polyvalente (local 1.06)
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Lundi, 9 h ou 10 h
Automne : 12 sem./16 septembre
Hiver : 12 sem./20 janvier
Membre : 55 \$
Non-membre : 95 \$

Pratique libre > 50 ans +
Salle polyvalente (local 1.06)
Club 50 ans + de Claude-Robillard
Lundi au vendredi, de 8 h à 12 h
Automne : 12 sem./3 septembre/25 \$
Hiver : 12 sem./6 janvier/25 \$

**Pratique libre en tout temps
> 18+ ans**
Salle d'appoint
Club de tennis de table Prestige
de Montréal
Lundi au vendredi, de 12 h à 22 h;
Samedi et dimanche, de 6 h 45 à 20 h
Automne : 12 sem./9 septembre
Hiver : 12 sem./27 janvier
Coût : 125 \$ par session
Carte de membre obligatoire

Adulte récréatif > 18 ans +
Salle polyvalente
Club de tennis de table Prestige
de Montréal
Lundi et mercredi, de 20 h à 22 h
Samedi et dimanche, de 15 h à 17 h
Automne : 20 sem./9 septembre
Hiver : 20 sem./27 janvier
Coût à partir de 175 \$
Carte de membre obligatoire

Sports gymniques

GYMNASTIQUE ARTISTIQUE

Cours adultes > 17 ans +
Salle de gymnastique (local S2.32)
Club Gymnix
Mardi, de 20 h 30 à 22 h
Automne : 12 sem./21 septembre/210 \$
Hiver : 10 sem./18 janvier/180 \$
Affiliation annuelle

Gym/adultes libre > 17 ans +
Salle de gymnastique (local S2.32)
Club Gymnix
Lundi, mercredi et jeudi,
de 20 h 30 à 22 h
Automne : 12 sem./23 septembre
Hiver : 10 sem./21 janvier
10 \$ par séance
Affiliation annuelle

Introduction à la gymnastique
Salle de gymnastique (local S2.32)
Club Gymnix
Horaire varié en semaine et
fin de semaine
selon le groupe d'âge > entre 2 et 5 ans
Automne : 12 sem./21 septembre/
1 h : 130 \$
Hiver : 10 sem./18 janvier/1 h : 110 \$
Affiliation annuelle

**Gymnastique sur appareil
> pour tous**
Salle de gymnastique (local S2.32)
Club Gymnix
Horaire varié en semaine et
fin de semaine
selon le groupe d'âge (entre 6 et 16 ans)
Automne : 12 sem./21 septembre/
1 h : 130 \$; 1 h 30 : 200 \$; 2 h : 215 \$
2 x 2 h : 350 \$
Hiver : 10 sem./18 janvier/1 h : 110 \$
1 h 30 : 165 \$; 2 h : 180 \$
2 x 2 h : 290 \$
Affiliation annuelle

Gym-Ado libre > 13 à 17 ans
Salle de gymnastique (local S2.32)
Club Gymnix
Samedi, de 16 h 45 à 18 h 15
Automne : 12 sem./21 septembre
Hiver : 10 sem./18 janvier
10 \$ par séance
Affiliation annuelle

Sports de glace

PATINAGE

Patinage libre > pour tous
Aréna Michel-Normandin
Ville de Montréal
Jeudi et vendredi, de 13 h à 14 h
Du 3 octobre au 28 mars
Sauf les jours fériés et lors
d'événements spéciaux
(Activité annulée du 27 janvier
au 14 février)
Gratuit

Vous venez de lire la dernière édition du Répertoire des activités distribuée porte-à-porte

via les hebdomadaires locaux.
Dès l'an prochain, les copies
seront dans des présentoirs
aux couleurs de l'arrondissement
qui seront visibles dans les lieux
culturels, sportifs et de loisirs
que vous fréquentez.



Trouvez-le également sur notre **site Internet** ou
encore, recevez le lien directement en vous inscrivant
à notre **infolettre**.

Abonnez-vous à notre

Infolettre

**Que vous habitez ou travaillez
dans l'arrondissement, cette infolettre
est conçue pour vous!**

De l'information directement dans votre boîte de courriel
ou votre appareil mobile, **environ une fois par mois.**

D'un coup d'œil, vous saurez tout!

 ville.montreal.qc.ca/ahuntsic-cartierville



10^e édition

Festival Sportif

Ahuntsic-Cartierville

Du 22 novembre au 1^{er} décembre 2013



**Tu veux
y participer?**

Inscris-toi à ton
activité sportive préférée
les 9 et 10 septembre ou selon les
modalités d'inscription en page 34

**Un volet aîné sera offert
dans 5 disciplines
sportives**