

SPORTS ET ACTIVITÉS PHYSIQUES										
Activité	Niveau	Session	Journée	Heure	Dates	Âge min.	Âge max.	Prix	Note	Ressources rattachées
COURS POUR ENFANTS - SESSION ANNUEL 2025-2026										
Bébé moteur	Parent-enfant	2025-2026 Annuel	mercredi	15:30 - 16:30	2025-09-17 - 2026-04-15	0.00	2.00	170.00		Barbara Laforte Salle Philippe Danakas (C. d'A. Duvernay),
Motricité en action	Parent-enfant	2025-2026 Annuel	mercredi	16:30 - 17:30	2025-09-17 - 2026-04-15	2.00	4.00	170.00		Barbara Laforte Salle Philippe Danakas (C. d'A. Duvernay),
Sportif en herbe	Parent-enfant	2025-2026 Annuel	dimanche	15:00 - 16:00	2025-09-14 - 2026-04-12	2.00	3.00	170.00		Barbara Laforte Salle Philippe Danakas (C. d'A. Duvernay),
Sportif en herbe		2025-2026 Annuel	mercredi	17:30 - 18:30	2025-09-17 - 2026-04-15	4.00	6.00	170.00		Barbara Laforte Salle Philippe Danakas (C. d'A. Duvernay),
Cardio-Boxe		2025 automne	mercredi	18:25 - 19:25	2025-09-17 - 2025-12-10	16		Adultes : 110.00 Jeunes Adultes : 95.00		Chalet du parc Royal-22e Régiment- 3365 Ave. des Ambassadeurs,
Bootcamp en circuit		2025 automne	mercredi	19:35 - 20:35	2025-09-17 - 2025-12-10	16		Adultes : 110.00 Jeunes Adultes : 95.00		Chalet du parc Royal-22e Régiment- 3365 Ave. des Ambassadeurs,
Essentrics		2025 automne	jeudi	17:30 - 18:30	2025-09-25 - 2025-12-11	13		Adultes : 100.00 Jeunes Adultes : 90.00		Christine Gauthier Salle Philippe Danakas (C. d'A. Duvernay),
Essentrics		2025 automne	lundi	18:00 - 19:00	2025-09-22 - 2025-12-15	13		Adultes : 100.00 Jeunes Adultes : 90.00		Christine Gauthier Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),
Essentrics		2025 automne	mardi	18:00 - 19:00	2025-09-23 - 2025-12-09	13		Adultes : 100.00 Jeunes Adultes : 90.00		Christine Gauthier Salle Philippe Danakas (C. d'A. Duvernay),
Essentrics		2025 automne	vendredi	12:00 - 13:00	2025-09-26 - 2025-12-12	16		Adultes : 100.00 Jeunes Adultes : 90.00		Christine Gauthier Salle Philippe Danakas (C. d'A. Duvernay),
Mise en forme et aérobic		2025 automne	jeudi	18:30 - 19:45	2025-09-18 - 2025-12-11	15		Adultes : 135.00 Jeunes Adultes : 125.00		Carmen Trifan Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),
Mise en forme et aérobic		2025 automne	lundi	10:00 - 11:00	2025-09-15 - 2025-12-15	18		Adultes : 110.00 Jeunes Adultes : 95.00		Line Cartier Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),

SPORTS ET ACTIVITÉS PHYSIQUES										
Activité	Niveau	Session	Journée	Heure	Dates	Âge min.	Âge max.	Prix	Note	Ressources rattachées
Mise en forme et aérobie		2025 automne	mardi	18:30 - 19:45	2025-09-16 - 2025-12-09	15		Adultes : 135.00 Jeunes Adultes : 125.00		Carmen Trifan Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),
Mise en forme et aérobie		2025 automne	mercredi	10:00 - 11:00	2025-09-17 - 2025-12-10	18		Adultes : 110.00 Jeunes Adultes : 95.00		Line Cartier Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),
Mise en forme et aérobie		2025 automne	vendredi	09:15 - 10:15	2025-09-19 - 2025-12-12	18		Adultes : 110.00 Jeunes Adultes : 95.00		Line Cartier Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),
Pilates		2025 automne	mardi	19:45 - 21:00	2025-09-16 - 2025-12-09	16.00		Adultes : 135.00 Jeunes Adultes : 125.00		Carmen Trifan Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),
Stretching		2025 automne	jeudi	10:30 - 11:30	2025-09-18 - 2025-12-11	15		110.00		Line Cartier Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),
Stretching		2025 automne	jeudi	19:45 - 21:00	2025-09-18 - 2025-12-11	15		Adultes : 135.00 Jeunes Adultes : 125.00		Carmen Trifan Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),
Tai Chi	Débutant	2025 automne	jeudi	09:30 - 10:30	2025-09-18 - 2025-12-11	18		110.00		Jean Maurice Lépine Salle Philippe Danakas (C. d'A. Duvernay),
Tai-chi	Intermédiaire	2025 automne	mardi	11:00 - 12:00	2025-09-16 - 2025-12-09	18		110.00		Jean Maurice Lépine Salle Philippe Danakas (C. d'A. Duvernay),
Tai-chi	Avancé	2025 automne	mardi	09:45 - 10:45	2025-09-16 - 2025-12-09	18		110.00		Jean Maurice Lépine Salle Philippe Danakas (C. d'A. Duvernay),
Zumba		2025 automne	lundi	18:30 - 19:30	2025-09-15 - 2025-12-15	10		Adultes : 110.00 Jeunes Adultes : 95.00		Centre St-Vincent, 1111 Place Jean Eudes Blanchard, Laval Québec Lavila Prud'homme
Zumba		2025 automne	mercredi	18:30 - 19:30	2025-09-17 - 2025-12-10	10		Adultes : 110.00 Jeunes Adultes : 95.00		Centre St-Vincent, 1111 Place Jean Eudes Blanchard, Laval Québec Lavila Prud'homme
Zumba		2025 automne	vendredi	10:30 - 11:30	2025-09-19 - 2025-12-12	10		Adultes : 110.00 Jeunes Adultes : 95.00		Lavila Prud'homme Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),
Zumba		2025 automne	mardi	13:00 - 14:00	2025-09-16 - 2025-12-09	10		Adultes : 110.00 Jeunes Adultes : 95.00		Lavila Prud'homme Salle Josiane Dansereau (C. d'A. Duvernay),

SPORTS ET ACTIVITÉS PHYSIQUES										
Activité	Niveau	Session	Journée	Heure	Dates	Âge min.	Âge max.	Prix	Note	Ressources rattachées
Yoga		2025 automne	lundi	19:45 - 21:00	2025-09-15 - 2025-12-15	18		135.00		Centre St-Vincent, 1111 Place Jean Eudes Blanchard, Laval Québec Josée Goyette
Power Yoga		2025 automne	mardi	19:00 - 20:30	2025-09-16 - 2025-12-09	18		165.00		Boisé Papineau 010-011, Lia Rapsomanikis
Yoga		2025 automne	mardi	19:00 - 20:15	2025-09-16 - 2025-12-09	18		135.00		Centre Groulx, 4901 St Joseph, Laval, local 002, Josée Goyette
Yoga		2025 automne	mardi	13:30 - 14:45	2025-09-16 - 2025-12-09	18		135.00		Boisé Papineau 215, - Josée Goyette
Yoga		2025 automne	mercredi	10:00 - 11:15	2025-09-17 - 2025-12-10	18		135.00		Boisé Papineau 215, - Josée Goyette
Badminton	Intermédiaire et +	2025-2026 Annuel	jeudi	20:50 - 22:50	2025-09-18 - 2026-06-11	18		135.00		École Georges Vanier, porte # 2 par la rue Mondor-Gymnase,
Badminton	Débutant et interm.	2025-2026 Annuel	mardi	20:50 - 22:50	2025-09-16 - 2026-06-09	18		135.00		École Georges Vanier, porte # 2 par la rue Mondor-Gymnase,
Pickleball		2025-2026 Annuel	jeudi	20:50 - 22:50	2025-09-18 - 2026-06-11	18		135.00		École Georges Vanier, porte # 2 par la rue Mondor-Gymnase,
Volley Ball	Récréatif	2025-2026 Annuel	lundi	20:50 - 22:50	2025-09-15 - 2026-06-08	18		135.00		École Georges Vanier, porte # 2 par la rue Mondor-Gymnase,