



## PROGRAMMATION ÉTÉ 2026

### CENTRE DE LA NATURE

La bougeotte	18-36 mois	LUNDI	16:30 - 17:30	2026-06-29 - 2026-08-24	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".	Pas de cours lundi 10 août.	Barbara Laforte Centre de la nature - Stationnement P4,
Sportif en herbe	3-5 ans	LUNDI	17:30 - 18:30	2026-06-29 - 2026-08-24	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".	Pas de cours lundi 10 août.	Barbara Laforte Centre de la nature - Stationnement P4,
Éveil musical	5-9 ans	LUNDI	18:30 - 19:30	2026-06-29 - 2026-08-24	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".	Pas de cours lundi 10 août.	Barbara Laforte Centre de la nature - Stationnement P4,
Cardio-danse	7+	LUNDI	19:30 - 20:30	2026-06-29 - 2026-08-24	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".	Pas de cours lundi 10 août.	Barbara Laforte Centre de la nature - Stationnement P4,
Essentrics à l'extérieur	10+	MERCREDI	18:30 - 19:30	2026-07-01 - 2026-08-26	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".	Pas de cours le 15, 22, 29 juillet.	Christine Gauthier Centre de la Nature - Secteur Chapiteau du camp de jour,
Ori Tahiti / Danse Polynésienne	15+	MERCREDI	19:30 - 20:30	2026-07-01 - 2026-08-26	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".	Pas de cours le 15, 22, 29 juillet.	Christine Gauthier Centre de la Nature - Secteur Chapiteau du camp de jour,

### PARC ROYAL 22E REGIMENT

La bougeotte	18-36 mois	MARDI	16:30 - 17:30	2026-06-30 - 2026-08-25	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".	Pas de cours le 11 août	Barbara Laforte Parc Royal-22e Régiment- 3325 Ave. des Ambassadeurs,
Sportif en herbe	3-5 ans	MARDI	17:30 - 18:30	2026-07-07 - 2026-08-18	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".	Pas de cours le 11 août	Barbara Laforte Parc Royal-22e Régiment- 3325 Ave. des Ambassadeurs,
Éveil musical	5-9 ans	MARDI	18:30 - 19:25	2026-06-30 - 2026-08-25	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".	Pas de cours le 11 août	Barbara Laforte Parc Royal-22e Régiment- 3325 Ave. des Ambassadeurs,
Cardio-danse	7+	MARDI	19:30 - 20:30	2026-06-30 - 2026-08-25	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".	Pas de cours le 11 août	Barbara Laforte Parc Royal-22e Régiment- 3325 Ave. des Ambassadeurs,
Mise en forme et tonus à l'extérieur	13+	JEUDI	18:30 - 19:30	2026-07-09 - 2026-08-20	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".		Carmen Trifan Parc Royal-22e Régiment- 3325 Ave. des Ambassadeurs,
Stretching à l'extérieur adultes	13+	JEUDI	19:30 - 20:30	2026-07-09 - 2026-08-20	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".		Carmen Trifan Parc Royal-22e Régiment- 3325 Ave. des Ambassadeurs,

### PARC RODOLPHE-LAVOIE

Baladi à l'extérieur	13+	LUNDI	19:30 - 20:30	2026-06-29 - 2026-08-24	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".	Pas de cours le 20 et 27 juillet.	Christine Gauthier Parc Rodolphe-Lavoie, 4890 rue St-Joseph,
Essentrics à l'extérieur	10+	LUNDI	18:30 - 19:30	2026-06-29 - 2026-08-24	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".	Pas de cours le 20 et 27 juillet.	Christine Gauthier Parc Rodolphe-Lavoie, 4890 rue St-Joseph,

### PARC SAINT-ERNEST

Zumba	10+	JEUDI	18:30 - 19:30	2026-07-02 - 2026-08-20	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".		Lavila Prud'homme Parc Saint-Ernest - 2430 Rue de Meulles
-------	-----	-------	---------------	-------------------------	--	--	--

### CENTRE DUVERNAY - SALLE JOSIANE DANSEREAU

Mise en forme et aérobic	16+	MARDI	18:30 - 19:45	2026-06-30 - 2026-08-25	Adultes : 85.00 Jeunes Adultes : 75.00		Carmen Trifan Salle Josiane Dansereau (Centre d'achat Duvernay),
Pilates	16+	MARDI	19:45 - 21:00	2026-06-30 - 2026-08-25	Adultes : 85.00 Jeunes Adultes : 75.00		Carmen Trifan Salle Josiane Dansereau (Centre d'achat Duvernay),

### ACTIVITÉS PONCTUELLES

Activité spéciale Kangoo-Jumps	12-17 ans	JEUDI	18:30 - 19:30	9 JUILLET	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".	Les bottes sont fournies	Parc Rodolphe-Lavoie, 4890 rue St-Joseph, Laval
Activité spéciale - Olympiade et parcours	Parent-enfant	SAMEDI	10:00 - 12:00	11 JUILLET	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".		Barbara Laforte Parc Saint-Ernest - 2430 Rue de Meulles
Activité spéciale - Olympiade et parcours	Parent-enfant	JEUDI	18:00 - 20:00	6 AOÛT	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".		Barbara Laforte Parc Rodolphe-Lavoie, 4890 rue St-Joseph
Atelier créatif - Brico-Éco nature	Tous	DIMANCHE	10:00 - 12:00	9 AOÛT	GRATUIT En collaboration avec la Ville de Laval "Dehors cet été".	Matériel fournis.	Chalet du parc Royal-22e Régiment- 3365 Ave. des Ambassadeurs, Élodie Paquette