

Programmation gratuite été 2022

*** Activités pour les JEUNES ***

TYPE D'ACTIVITÉS	Âge	JOUR	HEURES DÉBUT-FIN	DATE DES COURS	LIEU* LOCAL
------------------	-----	------	------------------	----------------	-------------

ARTS PLASTIQUES

Petits artistes (parent/enfant)	4-6	Mercredi	9h à 10h	29 juin/ 6,13, 20, 27 juillet / 3, 10, 17 août	Parc Louis Durocher
Petits artistes (parent/enfant)	4-6	Jeudi	16h à 17h	30 juin/ 7,14, 21, 28 juillet / 4, 11, 18 août	Parc Louis Durocher
Créations artistiques	7-9	Mardi	11h à 12h	28 juin/ 5,12, 19, 26 juillet / 2, 9, 16 août	Parc Dumas
Créations artistiques	7-9	Jeudi	18h30 à 19h30	30 juin/ 7,14, 21, 28 juillet / 4, 11, 18 août	Parc Louis Durocher
Créations artistiques	9 ans et plus	Mercredi	16h à 17h	29 juin/ 6,13, 20, 27 juillet / 3, 10, 17 août	Parc Dumas
Initiation au dessin	5-7	Mardi	13h à 14h	28 juin/ 5,12, 19, 26 juillet / 2, 9, 16 août	Parc Dumas
Initiation au dessin	5-7	Mercredi	10h15 à 11h15	29 juin/ 6,13, 20, 27 juillet / 3, 10, 17 août	Parc Louis Durocher
Dessin sous les arbres	8 ans et plus	Mardi	14h à 15h	28 juin/ 5,12, 19, 26 juillet / 2, 9, 16 août	Parc Dumas
Dessin sous les arbres	8 ans et plus	Mercredi	11h30 à 12h30	29 juin/ 6,13, 20, 27 juillet / 3, 10, 17 août	Parc Louis Durocher
Dessin/peinture et projets artistiques	8-12 ans	Samedi	10h15 à 11h15	2, 9, 23, 30 juillet / 6, 13, 20 août	Parc Dumas

ARTS DE LA SCENE

Théâtre et improvisation	9-12	Mercredi	18h30 à 19h30	29 juin/ 6,13, 20, 27 juillet / 3, 10, 17 août	Parc Dumas
Théâtre et improvisation	9-12	Samedi	11h30 à 12h30	2, 9, 23, 30 juillet / 6, 13, 20 août	Parc Dumas

EXPERIENCE SCIENCE

Expérience science	4-6	Mardi	8h30 à 9h30	28 juin/ 5,12, 19, 26 juillet / 2, 9, 16 août	Parc Dumas
Expérience science	4-6	Jeudi	17h15 à 18h15	30 juin/ 7,14, 21, 28 juillet / 4, 11, 18 août	Parc Louis Durocher
Expérience science	7-9	Mardi	9h45 à 10h45	28 juin/ 5,12, 19, 26 juillet / 2, 9, 16 août	Parc Dumas
Expérience science	7-9	Mercredi	17h15 à 18h15	29 juin/ 6,13, 20, 27 juillet / 3, 10, 17 août	Parc Dumas

BOUGER! MINI-SPORTS ET JEUX

1,2,3 go, on bouge!	18-36 mois	Mardi	16h30 à 17h30	28 juin/ 5,12, 19, 26 juillet / 2, 9, 16 août	Parc Lausanne
Pirouette-Cacahuète (parent/enfant)	2-4 ans	Dimanche	9h à 10h	3, 10,17 juillet / 7, 14, 21 août	Parc Lausanne
Mini-sports (parent/enfant)	3-4 ans	Mardi	17h30 à 18h30	28 juin/ 5,12, 19, 26 juillet / 2, 9, 16 août	Parc Dumas
Bouger! Jeux et sports	5-7	Samedi	9h à 10h	2, 9, 23, 30 juillet / 6, 13, 20 août	Parc Dumas

MINI-TENNIS

Mini-tennis (parent/enfant)	4-6	Mardi	16h30 à 17h20	28 juin/ 5,12, 19, 26 juillet / 2, 9, 16 août	Parc Prévost
Mini-tennis (parent/enfant)	4-6	Mercredi	9h à 9h50	28 juin / 5, 12, 19,26 juillet / 2,9,16 août	Parc Prévost
Mini-tennis (parent/enfant)	4-6	Vendredi	9h à 9h50	1, 8,15, 22, 29 juillet / 5, 12, 19 août	Parc Prévost
Mini-tennis	7-9	Lundi	9h à 9h50	28 juin / 5, 12, 19,26 juillet / 2,9,16 août	Parc Prévost
Mini-tennis	7-9	Mardi	17h30 à 18h20	28 juin/ 5,12, 19, 26 juillet / 2, 9, 16 août	Parc Prévost
Mini-tennis	7-9	Mercredi	10h à 10h50	29 juin/ 6,13, 20, 27 juillet / 3, 10, 17 août	Parc Prévost
Mini-tennis	9 et plus	Lundi	10h à 10h50	28 juin / 5, 12, 19,26 juillet / 2,9,16 août	Parc Prévost
Mini-tennis	9 et plus	Vendredi	10h à 10h50	1, 8,15, 22, 29 juillet / 5, 12, 19 août	Parc Prévost

DANSE

Initiation à la musique et à la danse (parent-enfant)	3-5	Mardi	18h30 à 19h30	28 juin/ 5,12, 19, 26 juillet / 2, 9, 16 août	Parc Dumas
Mini Hip Hop	4-6	Jeudi	8h30 à 9h30	30 juin/ 7,14, 21, 28 juillet / 4, 11, 18 août	Parc Dumas
Ballet jazz-classique	4-6	Jeudi	9h45 à 10h45	30 juin/ 7,14, 21, 28 juillet / 4, 11, 18 août	Parc Dumas
Multi-danse (exploration)	5-7	Jeudi	11h à 12h	30 juin/ 7,14, 21, 28 juillet / 4, 11, 18 août	Parc Dumas
Rythme, musique et danse (parent/enfant)	5-7	Dimanche	10h15 à 11h15	3, 10,17 juillet / 7, 14, 21 août	Parc Lausanne
Multi-danse / Initiation à différents styles de danse	7-9	Dimanche	11h30 à 12h30	3, 10,17 juillet / 7, 14, 21 août	Parc Lausanne
Danse Hip Hop	9 ans et plus	Mercredi	19h30 à 20h30	29 juin/ 6,13, 20, 27 juillet / 3, 10, 17 août	Parc Dumas
Danse contemporaine/classique	11 ans et plus	Jeudi	16h30 à 17h30	30 juin/ 7,14, 21, 28 juillet / 4, 11, 18 août	Parc de Naple
Danse technique (perfectionnement)	11 ans et plus	Jeudi	17h30 à 18h30	30 juin/ 7,14, 21, 28 juillet / 4, 11, 18 août	Parc de Naple

***** Activités pour les ADULTES *****

TYPE D'ACTIVITÉS	NO. ACT.	JOUR	HEURES DÉBUT-FIN	DÉBUT DES COURS	LIEU* LOCAL
Circuit-entraînement					
Circuit-entraînement	Ados/Adultes	Lundi	9h00 à 9h55	1, 8, 15 août	Parc de Naples
Circuit-entraînement	Ados/Adultes	Mercredi	9h00 à 9h55	6,13, 20, 27 juillet / 3, 10, 17 août	Parc de Naples
Circuit-entraînement	Ados/Adultes	Jeudi	18h45 à 18h45	7,14, 21, 28 juillet	Parc de Naples
Cardio-danse					
Cardio-danse	Ados/Adultes	Mardi	19h30 à 20h30	28 juin/ 5,12, 19, 26 juillet / 2, 9, 16 août	Parc Dumas
Cardio-danse	Ados/Adultes	Jeudi	20h à 21h	7,14, 21, 28 juillet	Parc de Naple
Cardio-danse	Ados/Adultes	Vendredi	9h à 10h	8,15, 22, 29 juillet	Parc Louis Durocher
Méditation					
Méditation	Ados/Adultes	Mercredi	8h30 à 8h55	6,13, 20, 27 juillet	Parc Dumas
Méditation	Ados/Adultes	Vendredi	8h30 à 8h55	8,15, 22, 29 juillet	Parc Louis Durocher
Stretching-yoga					
Stretching-yoga	Ados/Adultes	Lundi	10h à 10h55	1, 8, 15 août	Parc de Naples
Stretching-yoga	Ados/Adultes	Mercredi	10h à 10h55	6,13, 20, 27 juillet / 3, 10, 17 août	Parc de Naples
Stretching-yoga	Ados/Adultes	Vendredi	10h à 10h55	8,15, 22, 29 juillet	Parc Louis Durocher
Zumba					
Zumba en famille	Ados/Adultes	Lundi	18h30	4, 11, 18,25 juillet / 1,8,15, 22 août	Stationnement CC

Parc de Naples : 1955, Avenue de Naples, Laval, Québec H7M 4N1

Parc Dumas : 1774, rue de Berne, Laval

Parc Louis-Durocher : 1700, rue Thomas-D'Orsonnens H7M 4X7

Parc Prévost: 1750 Rue de Neuville, Laval, QC H7M 2E2

Parc Lausanne: 316-324 Rue de Lausanne, Laval, QC H7K 3V4

Stationnement CC: Centre communautaire de Vimont - 1900 rue Bédard

