

QUI SOMMES-NOUS?

La Corporation du Centre Jean-Claude-Malépart et le personnel qui gère nos activités se donnent comme mission d'être le point de rassemblement loisirs du quartier Sainte-Marie. Par notre engagement, nous comptons ainsi contribuer à la formation personnelle des citoyens en leur proposant une panoplie d'activités et de formations où chacun pourra découvrir, apprivoiser et développer ses talents. Un endroit où le/la citoyen ne viendra chercher les éléments qui lui permettront d'améliorer sa qualité de vie.

Nous souhaitons être un lieu inclusif, permettant à chacun de nos membres de jouir de notre proposition de services dans le respect de tout un chacun et des lieux qu'il fréquente.

Notre équipe

Directrice générale

Elsa Lavigne

elavigne@ccjcm.ca

Responsable des services administratifs

Sophie Blanchet

sblanchet@ccjcm.ca

Coordonnateur du secteur sportif

Gaëls Martinez-Mainville

gmmainville@ccjcm.ca

Coordonnatrice du secteur culturel

Élise Brière

ebriere@ccjcm.ca

Directrice générale adjointe

Nancy Ducasse

nducasse@ccjcm.ca

Agente aux communications et aux événements

Joana Loe-Mie

jloe-mie@ccjcm.ca

Coordonnateur du développement en partenariat avec le milieu

Marc Arseneault

marseneault@ccjcm.ca

TABLE DES MATIÈRES

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX	6
50 ANS ET PLUS	9
SECTEUR CULTUREL	10
ARTS DRAMATIQUES	10
ACTIVITÉS MANUELLES.....	10
ARTS VISUELS.....	11
CIRQUE	12
MIEUX-ÊTRE.....	12
MUSIQUE	13
SECTEUR SPORTIF	14
AÉROBIE ET DÉTENTE - forfait midi.....	14
AÉROBIE ET DÉTENTE - activités de détente.....	14
AÉROBIE ET DÉTENTE - cardio-vélo.....	15
AÉROBIE ET DÉTENTE - danses et mise en forme.....	16
AÉROBIE ET DÉTENTE - mise en forme et conditionnement.....	17
AÉROBIE ET DÉTENTE - pilates.....	19
AÉROBIE ET DÉTENTE - réveil fit.....	21
AÉROBIE ET DÉTENTE - yoga	21
SPORTS DE RAQUETTES - badminton	23
SPORTS DE RAQUETTES - pickleball.....	24
SPORTS DE RAQUETTES - tennis de table.....	25
SPORTS D'ÉQUIPE - basketball	25
SPORTS D'ÉQUIPE - autres sports d'équipe.....	26
ARTS MARTIAUX - sports de combat	26
ARTS MARTIAUX - sports de combat - judo	27
SPORTS AQUATIQUES.....	28
SALLE D'ENTRAÎNEMENT	29
PISCINE.....	30

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

ÊTRE MEMBRE, UN ACTE IMPORTANT

Devenir membre d'un centre communautaire de loisir est un acte important. Il permet de soutenir un organisme à but non lucratif qui a pour principal objectif le développement de services de qualité pour ses membres. La Corporation du Centre Jean-Claude-Malépart est un organisme d'action communautaire autonome, créé à l'initiative citoyenne du quartier, pour répondre à leurs besoins. Être membre de la corporation c'est pouvoir s'impliquer en participant à sa vie démocratique, notamment lors de l'assemblée annuelle des membres. Ceci permet aussi d'être éligible pour siéger au sein de son conseil d'administration.

L'adhésion à la Corporation du Centre Jean-Claude-Malépart est obligatoire pour s'inscrire à une activité, y compris les activités gratuites.

DEVENIR BÉNÉVOLE

Nous recherchons constamment des bénévoles dynamiques et motivé-e-s, prêt-e-s à partager leur temps et leurs connaissances avec les membres de notre communauté, dans divers secteurs d'activité tels que l'animation, l'art et la culture, et le sport.

Pour poser votre candidature, visitez le menu CARRIÈRES de notre site internet www.ccjcm.ca

RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX

INSCRIPTIONS ET TARIFICATION

Les inscriptions ont lieu en ligne ou à l'accueil du Centre. Les places étant limitées, les inscriptions seront traitées selon le principe des premier·ère·s arrivé·e·s, premier·ère·s inscrit·e·s.

La carte de membre est de 10\$ par enfant, 10\$ par senior (55 ans et +), 20\$ par adulte et 40\$ par famille. Elle est valide 1 an. Lors de l'achat de la carte familiale, tous les membres de la famille doivent y être inscrit·e·s au même moment.

Un rabais de 20% sur le prix des activités sera accordé aux personnes âgées de 55 ans et plus, et aux étudiant·e·s de 18 à 25 ans sauf si indication contraire. Une carte étudiante avec photo est obligatoire pour bénéficier du rabais étudiant.

****Les rabais et les forfaits ne peuvent être jumelés ou cumulés.****

La Corporation du Centre Jean-Claude-Malépart se réserve le droit d'annuler ou de modifier des activités sans préavis. Dans ce cas, les frais d'inscription vous seront remboursés.

Visitez notre site internet à la section INFO-INSCRIPTION pour savoir comment devenir membre, comment vous inscrire à une activité et consulter notre politique de remboursement.

Veillez noter que les informations de cette brochure peuvent changer. Consultez le site internet www.ccjcm.ca pour avoir accès aux dernières mises à jour.

- Ouverture des inscriptions aux **camps de jour** : en cours
- Ouvertures des inscriptions à la **session d'été**: le 26 mai 2025
- Les dates pour la **session d'été**: (pas de semaine découverte) :
23 juin au 31 août 2025.
- Le **gala sportif Adrien Michaud** : le 29 mai 2025.
- Les **soirées dansantes** organisées par les Activores :
 - 24 mai 2025
 - 21 juin 2025
- **Jours fériés** :
 - 24 juin 2025 (Fête nationale du Québec)
 - 30 juin 2025 (Fête du Canada) - Centre fermé mais les terrains de tennis et la piscine demeurent ouverts.

ANIMATION - ATELIERS

50 ANS ET PLUS



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Jeux de société	50 ans et +	Mardi	13:30 à 16:30	1 ^{er} juillet	Carte de membre

LES ACTIVORES - LE CLUB SOCIAL DES AÎNÉ·E·S DE MALÉPART

Les Activores est un club social destiné à toutes les personnes de 50 ans et plus, membres de la Corporation du Centre Jean-Claude-Malépart. Ce club vise à offrir des activités stimulantes et à mobiliser les seniors du quartier afin de créer des liens sociaux et de briser l'isolement.

Programmation des Activores :

- Les Mardis 13h30-16h30 - Jeux de société à l'intérieur (en cas de beau temps, des activités extérieures seront proposées)
- Sorties 1 fois par semaine, le jeudi ou le vendredi : théâtre, cinéma, exposition, concert, visites diverses, etc.
- Dernier samedi du mois - danse avec DJ Malabar (Robert) - ouvert à tous·tes - 19h à 22h30 - Venez bouger avec nous ! **Voir dates p. 7.**
- Nous sommes maintenant membres de la FADOQ et nos membres aîné·e·s pourront bientôt bénéficier de certains services et activités.
- À venir : Beaucoup de nouvelles activités pour notre secteur senior. Pour toute information, inscription ou question, nous vous invitons à prendre contact en utilisant le courriel infoseniors@ccjcm.ca.

Toutes les activités durent 8 semaines, sauf indication supplémentaire dans la colonne Début/Durée.

SECTEUR CULTUREL

ACTIVITÉS MANUELLES

COUTURE (ADULTE)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Confection à la machine - multiniveau	Tout âge	Lundi	18:00 à 20:30	30 juin	55\$
Confection à la machine - multiniveau	Tout âge	Jeudi	18:00 à 20:30	26 juin	55\$

ARTS DRAMATIQUES

IMPROVISATION (ADULTE)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Improvisation théâtrale Groupe 1	10 ans et +	Mardi	17:30 à 19:00	8 juillet (4 semaines)	55\$
Improvisation théâtrale Groupe 2	10 ans et +	Mardi	19:00 à 20:30	8 juillet (4 semaines)	55\$

10



Nouveauté



Intergénérationnel



Parent-enfant



Tout-petit



Jeunesse



Adulte



50 ans et +



Coût affiliation

SECTEUR CULTUREL

ARTS VISUELS

ARTS VISUELS (ADULTE)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Aquarelle débutant & intermédiaire	13 ans et +	Lundi	18:00 à 20:30	7 juillet (4 semaines)	55\$
Les mardis je dessine au parc ! (activité extérieure)	Tout âge	Mardi	13:30 à 16:00	22 juillet	55\$
Carnet d'été ! Peinture - Juillet (activité extérieure)	Tout âge	Jeudi	18:00 à 20:00	10 juillet (4 semaines)	50\$
Carnet d'été ! Dessin - Juillet (activité extérieure)	Tout âge	Mardi	18:00 à 20:00	8 juillet (4 semaines)	50\$
Carnet d'été ! Peinture - Août (activité extérieure)	Tout âge	Jeudi	18:00 à 20:00	14 août (4 semaines)	50\$
Carnet d'été ! Dessin - Août (activité extérieure)	Tout âge	Mardi	18:00 à 20:00	12 août (4 semaines)	50\$
Parcours photographique en plein air avec appareil intelligent PM/Juillet	Tout âge	Mercredi	13:30 à 15:00	2 juillet (3 semaines)	50\$
Parcours photographique en plein air avec appareil intelligent Soir/Juillet	Tout âge	Mercredi	18:00 à 19:30	2 juillet (3 semaines)	50\$
Parcours photographique en plein air avec appareil intelligent PM/Août	Tout âge	Mercredi	13:30 à 15:00	13 août (3 semaines)	50\$
Parcours photographique en plein air avec appareil intelligent Soir/Août	Tout âge	Mercredi	18:00 à 19:30	13 août (3 semaines)	50\$
Mercredi en arts	Tout âge	Mercredi	17:30 à 19:00	9 juillet	Gratuit

Toutes les activités durent 8 semaines, sauf indication supplémentaire dans la colonne Début/Durée.

SECTEUR CULTUREL

CIRQUE

CIRQUE (INTERGÉNÉRATIONNEL)

Inter	Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
	Tous en piste ! Acrobatie intergénérationnelle	10 ans et +	Vendredi	18:00 à 19:00	27 juin (3 semaines)	50\$

MIEUX-ÊTRE

MIEUX-ÊTRE (INTERGÉNÉRATIONNEL)

A	Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
	Développement personnel Juillet	16 ans et +	Mercredi	18:00 à 19:30	2 juillet (3 semaines)	50\$
	Développement personnel Août	16 ans et +	Mercredi	18:00 à 19:30	13 août (3 semaines)	50\$

12



Nouveauté



Intergénérationnel



Parent-enfant



Tout-petit



Jeunesse



Adulte



50 ans et +



Coût affiliation

SECTEUR CULTUREL

MUSIQUE

MUSIQUE (ADULTE)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Chant choral	12 ans et +	Mercredi	19:30 à 21:30	2 juillet	100\$
Chant débutant Groupe 1	10 ans et +	Mercredi	17:30 à 19:30	2 juillet	100\$
Chant débutant Groupe 2	10 ans et +	Jeudi	19:30 à 21:30	3 juillet	100\$
Chant intermédiaire	12 ans et +	Jeudi	17:30 à 19:30	3 juillet	100\$
Guitare débutant	10 ans et +	Mardi	18:00 à 19:00	8 juillet	50\$
Guitare intermédiaire	10 ans et +	Mardi	19:00 à 20:30	8 juillet	50\$
Médiations sonores extérieures	6 ans et +	Jeudi	19:30 à 20:30	26 juin (3 semaines)	55\$

MUSIQUE (PARENT-ENFANT)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Maman/Papa et moi	0 à 12 mois	Dimanche	9:00 à 10:00	29 juin (4 semaines)	55\$
Maman/Papa et moi	12 à 24 mois	Dimanche	10:00 à 11:00	29 juin (4 semaines)	55\$

Toutes les activités durent 8 semaines, sauf indication supplémentaire dans la colonne Début/Durée.

SECTEUR SPORTIF

AÉROBIE ET DÉTENTE - forfait midi

FORFAIT DU MIDI EN SEMAINE (ADULTE)

Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Forfait du midi	16 ans et +	Les jours de semaine	12:00 à 13:00	23 juin	110\$
Forfait fin de semaine	16 ans et +	Samedi Dimanche	8:30 à 17:00	28 juin	40\$
Forfait musculation - 50% avec une activité physique	16 ans et +	Du Lundi au vendredi	7:00 à 22:00	23 juin	40\$

Ce forfait du midi couvre l'ensemble des activités en semaine de conditionnement et de détente entre 11:00 et 13:00.

AÉROBIE ET DÉTENTE - activités de détente

ACTIVITÉS DE DÉTENTE (ADULTE)

Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Stretching (Étirement)	18 ans et +	Vendredi	12:30 à 13:30	27 juin	80\$
Stretching (Étirement)	16 ans et +	Lundi	19:30 à 20:45	23 juin	80\$

ACTIVITÉS DE DÉTENTE (50 ANS ET +)

Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Stretching (Étirement)	50 ans et +	Vendredi	12:30 à 13:30	27 juin	65\$
Équilibre (Proprioception)	50 ans et +	Vendredi	11:30 à 12:30	27 juin	65\$



Nouveauté



Parent-enfant



Jeunesse



50 ans et +

14



Intergénérationnel



Tout-petit



Adulte



Coût affiliation

SECTEUR SPORTIF

AÉROBIE ET DÉTENTE - cardio-vélo

CARDIO-VÉLO (ADULTE)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Cardio-vélo	16 ans et +	Lundi	17:00 à 18:00	23 juin	70\$
Cardio-vélo	16 ans et +	Mardi	17:00 à 18:00	8 juillet	50\$
Cardio-vélo Express	16 ans et +	Lundi	12:00 à 12:45	23 juin	75\$
Cardio-vélo Express	16 ans et +	Mercredi	12:00 à 12:45	25 avril	75\$
Bootcamp Cardio-vélo (Spinning +)	16 ans et +	Jeudi	17:00 à 18:00	26 juin	75\$
Tabata & Cardio-vélo (Spinning +)	16 ans et +	Vendredi	17:00 à 18:00	27 juin	85\$

Toutes les activités durent 8 semaines, sauf indication supplémentaire dans la colonne Début/Durée.

SECTEUR SPORTIF

AÉROBIE ET DÉTENTE - danses et mise en forme

DANSES ET MISE EN FORME (ADULTE)

A

Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Baladi fitness (femme)	16 ans et +	Mardi	19:30 à 20:30	8 juillet	65\$
Djamboola	16 ans et +	Mardi	18:30 à 19:30	8 juillet	65\$
Hot Booty Ballet (fitness)	16 ans et +	Lundi	20:45 à 21:45	23 juin	80\$
Zumba Step	16 ans et +	Lundi	18:30 à 19:30	23 juin	80\$
Zumba Toning	16 ans et +	Jeudi	18:30 à 19:30	26 juin	80\$
Strong Nation - Zumba	16 ans et +	Lundi	19:30 à 20:30	23 juin	80\$
Zumba	16 ans et +	Lundi	18:00 à 19:00	23 juin	80\$
Zumba extérieur	16 ans et +	Mercredi	19:00 à 20:00	25 juin	Gratuit et sans inscription

16



Nouveauté



Intergénérationnel



Parent-enfant



Tout-petit



Jeunesse



Adulte



50 ans et +



Coût affiliation

SECTEUR SPORTIF

AÉROBIE ET DÉTENTE - mise en forme et conditionnement

MISE EN FORME ET CONDITIONNEMENT PHYSIQUE (PRÉ ET POST-NATAL)

A	Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
	Pilates avec bébé	16 ans et +	Lundi	9:30 à 10:30	23 juin	80\$
	Mamans actives	16 ans et +	Vendredi	12:00 à 12:45	27 juin	65\$
	Barre fit poussette et Pilates avec bébé (extérieur)	16 ans et +	Lundi	11:00 à 12:00	23 juin	80\$

MISE EN FORME ET CONDITIONNEMENT PHYSIQUE (ADO)

J	Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
	TRX (Sangles de suspension)	13 - 17 ans	Samedi	13:00 à 14:00	28 juin	45\$

Toutes les activités durent 8 semaines, sauf indication supplémentaire dans la colonne Début/Durée.

SECTEUR SPORTIF

MISE EN FORME ET CONDITIONNEMENT PHYSIQUE (ADULTE)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Boxe Cardio	16 ans et +	Mercredi	20:15 à 21:15	25 juin	80\$
Body Design	16 ans et +	Vendredi	12:00 à 13:00	27 juin	80\$
Circuit et Pilates	16 ans et +	Vendredi	11:00 à 12:00	27 juin	80\$
Cuisses/abdos/ fessiers	16 ans et +	Mardi	12:00 à 13:00	8 juillet	40\$
Cuisses/abdos/ fessiers	16 ans et +	Mercredi	18:00 à 19:00	25 juin	80\$
Fully body workout	16 ans et +	Jeudi	11:00 à 12:15	26 juin	80\$
HIIT circuit	16 ans et +	Lundi	19:00 à 20:00	23 juin	80\$
HIIT	16 ans et +	Jeudi	19:30 à 20:30	26 juin	80\$
Petit groupe d'entraînement (au féminin)	16 ans et +	Jeudi	17:30 à 18:30	26 juin	90\$
Petit groupe d'entraînement (au féminin)	16 ans et +	Jeudi	18:30 à 19:30	26 juin	90\$
Piloxing	16 ans et +	Mardi	19:30 à 20:30	8 juillet	60\$
Pink Bootcamp (au féminin)	16 ans et +	Mardi	20:30 à 21:30	8 juillet	60\$
Pink Bootcamp (au féminin)	16 ans et +	Samedi	14:00 à 15:00	28 juin	80\$
Step Cardio	16 ans et +	Vendredi	18:00 à 19:00	27 juin	80\$
Bootcamp	16 ans et +	Samedi	15:30 à 16:30	5 juillet (9 semaines)	Gratuit



Nouveauté



Parent-enfant



Jeunesse



50 ans et +



Intergénérationnel



Tout-petit



Adulte



Coût affiliation

SECTEUR SPORTIF



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Tabata Express	16 ans et +	Lundi	12:00 à 12:45	23 juin	50\$
Tabata	16 ans et +	Lundi	18:30 à 19:25	23 juin	80\$
Tabata Express	16 ans et +	Jeudi	12:15 à 13:00	26 juin	75\$
Tonus renforcement	16 ans et +	Mardi	18:30 à 19:30	8 juillet	60\$
TRX (Sangles de suspension)	16 ans et +	Samedi	13:00 à 14:00	28 juin	80\$

AÉROBIE ET DÉTENTE - pilates

PILATES (ADO)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Pilates avec ballon débutant	16 ans et +	Mercredi	16:00 à 17:00	25 juin	95\$

Toutes les activités durent 8 semaines, sauf indication supplémentaire dans la colonne Début/Durée.

SECTEUR SPORTIF

PILATES (ADULTE)

A

Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Pilates midi avec ballon	16 ans et +	Mardi	12:00 à 13:00	8 juillet	70\$
Pilates multiniveau	16 ans et +	Mardi	16:30 à 17:30	8 juillet	70\$
Pilates multiniveau	16 ans et +	Mardi	17:30 à 18:30	8 juillet	70\$
Pilates débutant	16 ans et +	Jeudi	16:30 à 17:30	26 juin	95\$
Pilates débutant	16 ans et +	Vendredi	17:30 à 18:30	27 juin	95\$
Pilates intermédiaire	16 ans et +	Jeudi	17:30 à 18:30	26 juin	95\$
Pilates intermédiaire	16 ans et +	Vendredi	18:30 à 19:30	27 juin	95\$

PILATES (50 ANS ET +)

50+

Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Pilates	50 ans et +	Jeudi	9:00 à 10:00	26 juin	65\$

20



Nouveauté



Intergénérationnel



Parent-enfant



Tout-petit



Jeunesse



Adulte



50 ans et +



Coût affiliation

SECTEUR SPORTIF

AÉROBIE ET DÉTENTE - réveil fit

RÉVEIL FIT (ADULTE)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Réveil fit	16 ans et +	Mardi	7:00 à 7:45	8 juillet	55\$
Réveil fit	16 ans et +	Mercredi	7:00 à 7:45	25 juin	75\$
Réveil fit	16 ans et +	Jeudi	7:00 à 7:45	26 juin	75\$
Forfait Réveil fit	16 ans et +	Mardi Mercredi Jeudi	7:00 à 7:45	25 juin	125\$

AÉROBIE ET DÉTENTE - yoga

YOGA (PRÉ ET POST-NATAL)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Yoga avec bébé (prénatal bienvenu)	16 ans et +	Jeudi	10:00 à 11:00	26 juin	75\$

YOGA (PARENT-ENFANT)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Yoga parent-enfant	5 - 12 ans	Dimanche	11:30 à 12:30	29 juin	75\$

Toutes les activités durent 8 semaines, sauf indication supplémentaire dans la colonne Début/Durée.

SECTEUR SPORTIF

YOGA (ADULTE ET ADO)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Power yoga	16 ans et +	Mardi	19:00 à 20:15	8 juillet	80\$
Power yoga	16 ans et +	Jeudi	19:30 à 20:45	26 juin	105\$
Yoga Flow	16 ans et +	Mercredi	17:45 à 19:00	25 juin	105\$
Yoga Hatha multi-niveau	16 ans et +	Lundi	19:45 à 21:00	23 juin	105\$
Yoga Hatha débutant	16 ans et +	Dimanche	9:00 à 10:15	29 juin	105\$
Yoga Hatha intermédiaire	16 ans et +	Dimanche	10:15 à 11:30	29 juin	105\$
Yoga midi	16 ans et +	Mercredi	12:00 à 13:00	25 juin	95\$
Yoga Vinyasa	16 ans et +	Lundi	18:30 à 19:45	23 juin	105\$
Yoga Yin	16 ans et +	Mercredi	19:00 à 20:15	25 juin	105\$
Yoga matin	16 ans et +	Lundi	10:00 à 11:00	7 juillet	Gratuit

YOGA (50 ANS ET +)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Yoga sur chaise	50 ans et +	Mercredi	13:30 à 14:45	25 juin	65\$

22



Nouveauté



Intergénérationnel



Parent-enfant



Tout-petit



Jeunesse



Adulte



50 ans et +



Coût affiliation

SECTEUR SPORTIF

SPORTS DE RAQUETTES - badminton

BADMINIFUN (ADULTE)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
BadminFun récréatif	18 ans et +	Mercredi	18:15 à 20:15	25 juin	65\$
BadminFun intermédiaire	18 ans et +	Mardi	18:15 à 20:15	8 juillet	55\$
Badminton débutant	18 ans et +	Lundi	18:15 à 20:15	23 juin	80\$
Badminton intermédiaire	18 ans et +	Jeudi	18:15 à 20:15	23 juin	80\$
Badminton libre	18 ans et +	Dimanche	17:00 à 18:00	29 juin	45\$
Badminton libre	18 ans et +	Dimanche	16:00 à 17:00	29 juin	45\$
Club de badminton Malépart	18 ans et +	Mardi	20:15 à 23:15	8 juillet	70\$
Club de badminton Malépart	18 ans et +	Dimanche	18:00 à 21:00	29 juin	65\$
Club de badminton Malépart	18 ans et +	Jeudi	20:15 à 23:15	26 juin	90\$
BadminFun Compétitif	18 ans et +	Jeudi	18:15 à 20:15	26 juin	65\$

Toutes les activités durent 8 semaines, sauf indication supplémentaire dans la colonne Début/Durée.

SECTEUR SPORTIF

SPORTS DE RAQUETTES - pickleball

PICKLEBALL (PARENT-ENFANT)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Pickleball parent-enfant	10 - 15 ans	Dimanche	14:00 à 15:00	29 juin	45\$

PICKLEBALL (JEUNESSE)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Pickleball	8 - 12 ans	Dimanche	14:00 à 15:00	29 juin	35\$

PICKLEBALL (ADULTE)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Pickleball débutant (cours)	18 ans et +	Dimanche	15:00 à 16:30	29 juin	65\$
Pickleball intermédiaire (cours)	18 ans et +	Dimanche	16:30 à 18:00	29 juin	65\$

24



Nouveauté



Intergénérationnel



Parent-enfant



Tout-petit



Jeunesse



Adulte



50 ans et +



Coût affiliation

SECTEUR SPORTIF

SPORTS DE RAQUETTES - tennis de table

TENNIS DE TABLE (ADULTE)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Tennis de table	18 ans et +	Lundi	18:00 à 19:30	23 juin	60\$

SPORTS D'ÉQUIPE - basketball

BASKETBALL (JEUNESSE)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Basketball - Académie Récréatif	6 - 17 ans	Samedi	8:30 à 9:30	28 juin	40\$
Basketball - Académie pré-compétitif & compétitif	6 - 17 ans	Samedi	09:30 à 10:30	28 juin	55\$

BASKETBALL (ADULTE)



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Basketball	16 ans et +	Mercredi	20:45 à 22:45	25 juin	50\$
Basketball	16 ans et +	Vendredi	19:30 à 22:30	27 juin	55\$
Basketball Libre	16 ans et +	Samedi	10:30 à 12:00	28 juin	15\$ à la carte

Toutes les activités durent 8 semaines, sauf indication supplémentaire dans la colonne Début/Durée.

SECTEUR SPORTIF

SPORTS D'ÉQUIPE - autres sports d'équipe

AUTRES SPORTS D'ÉQUIPE (ADULTE)

A	Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
	Volleyball récréatif	16 ans et +	Lundi	20:15 à 22:15	23 juin	45\$
	Volleyball récréatif	16 ans et +	Mercredi	18:15 à 20:15	25 juin	45\$
	Volleyball récréatif	16 ans et +	Samedi	17:30 à 19:30	28 juin	35\$

ARTS MARTIAUX - sports de combat

SPORTS DE COMBAT (ADULTE)

A	Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
	Capoeira	16 ans et +	Samedi	17:00 à 18:30	28 juin	75\$
	Lutte olympique (CRAZY DOGS)	16 ans et +	Mercredi Dimanche	19:15 à 20:30 11:45 à 13:15	25 juin	95\$

SPORTS DE COMBAT (JEUNESSE)

J	Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
\$	Lutte olympique (CRAZY DOGS)	7 - 12 ans	Mercredi Dimanche	18:00 à 19:15 10:30 à 11:45	25 juin	Carte de membre
	Lutte olympique (CRAZY DOGS)	13 - 17 ans	Mercredi Dimanche	19:15 à 20:30 11:45 à 13:15	25 juin	Carte de membre
	Capoeira	13- 15 ans	Samedi	16:00 à 17:00	28 juin	50\$



Nouveauté



Parent-enfant



Jeunesse



50 ans et +

26



Intergénérationnel



Tout-petit



Adulte



Coût affiliation

SECTEUR SPORTIF

SPORTS DE COMBAT (ADULTE ET INTERGÉNÉRATIONNEL)

	Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
A						
\$	Aïkido	16 ans et +	Dimanche, Jeudi Vendredi	15:00 à 17:00 18:00 à 19:30 18:00 à 20:00	26 juin	140\$
	MMA / Sambo	16 ans et +	Mardi Jeudi Vendredi	19:00 à 20:30 19:30 à 21:00 20:00 à 21:30	26 juin	140\$

\$ ARTS MARTIAUX - sports de combat - judo

SPORTS DE COMBAT (JUDO)

	Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
T-P	Judo tout-petit Éveil au judo	3 - 4 ans	Samedi	9:00 à 9:45	28 juin	40\$
P-E	Judo parent-enfant	5 - 12 ans	Samedi	11:00 à 12:00	28 juin	70\$
J	Judo jeunesse	5 - 6 ans	Samedi	10:00 à 11:00	28 juin	40\$
J	Judo ado	15 - 17 ans	Samedi	12:00 à 13:30	28 juin	50\$
A	Judo adulte	18 ans et +	Samedi	12:00 à 13:30	28 juin	75\$

Toutes les activités durent 8 semaines, sauf indication supplémentaire dans la colonne Début/Durée.

SECTEUR SPORTIF

SPORTS AQUATIQUES

SPORTS AQUATIQUES - NATATION



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Pré-club de natation	6 ans et +	Mardi Jeudi	16:30 à 18:00	24 juin	75\$
Club de natation	6 ans et +	Mardi Jeudi Vendredi	16:30 à 18:00	24 juin	100\$

SPORTS AQUATIQUES - WATER-POLO



Activités	Âges	Jours	Heures	Début	Coût
Pré-club de water-polo	8 - 11 ans	Lundi Mercredi	16:30 à 18:00	23 juin	100\$

28



Nouveauté



Intergénérationnel



Parent-enfant



Tout-petit



Jeunesse



Adulte



50 ans et +



Coût affiliation

SALLE D'ENTRAÎNEMENT

Horaire

Du lundi au vendredi **7:00 à 22:00** - Samedi et dimanche **8:30 à 17:00**

Tarifification

Abonnement	Tarif
1 séance	15\$
6 séances	75\$
1 mois	30\$
3 mois	80\$
6 mois	150\$
1 an	245\$

Les frais d'adhésion à la Corporation du Centre Jean-Claude-Malépart sont obligatoires pour prendre un abonnement à la salle de musculation.

Si vous désirez essayer la salle d'entraînement avant de devenir membre, il est possible de vous procurer un laissez-passer au comptoir de la salle d'entraînement.

Services

- Programme d'entraînement personnalisé avec un entraîneur professionnel (service offert par Simon Sabourin et Cybèle St-jacques de l'équipe Hopetimize).
- Plan alimentaire.
- Séance de suivi avec entraîneur-e.
- Biosignature (pourcentage de gras).
- Ventes de suppléments.

Promotions

- **50% de rabais** sur l'abonnement de 3 mois si vous êtes inscrit-e-s à une activité physique.
- **40\$ par session** pour les parents accompagnant des enfants durant une activité de fin de semaine.

Pour plus d'informations sur notre salle d'entraînement, les procédures d'inscription, les services et les règlements, veuillez consulter notre site internet.

PISCINE

**La piscine du Centre Jean-Claude-Malépart
est gérée par la ville de Montréal.**



Plusieurs cours sont proposés en plus des cours de natation : aquaspinning, aquajogging et aquaforme.

L'horaire des cours et du bain libre est disponible en ligne à l'adresse suivante : <https://montreal.ca/sports-et-loisirs>

Voici les étapes pour s'inscrire :

- 1 - Assurez-vous d'avoir une carte de bibliothèque valide.
- 2 - Inscrivez-vous sur la plateforme Loisir Montréal.
- 3 - Recherchez le cours désiré en sélectionnant l'arrondissement de Ville-Marie.
- 4 - Ajoutez-le à votre panier et payez.



www.ccjcm.ca



info@ccjcm.ca



(514) 521-6884



2633 rue Ontario Est,
Montréal, QC, H2K 1W8

