



DATE	MUNICIPALITÉ/ÉCOLE/ORGANISME	TITRE DE L'ACTIVITÉ DESCRIPTION	INFORMATIONS
2 mai Set 6 mai	CÉGEP ÉDOUARD-MONTPETIT (CENTRE SPORTIF) - LONGUEUIL	<p><b>SEMAINE DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE !</b></p> <p><b>Le 2 mai</b>, pour nos étudiants et le personnel, nous organisons une course/marche populaire de 5 km dans le parc Régional et à l'école nationale d'aérotechnique de Saint-Hubert simultanément.</p> <p><b>Les 5 et 6 mai</b>, nous ferons une fête familiale pour la Journée nationale de l'activité physique. Portes ouvertes au Centre sportif avec fête et jeux gonflables pour les enfants, avec animation et parcours. Les parents pourront y participer en plus de jouer au badminton, au <i>pickleball</i> et de profiter du bain libre ainsi que de la salle d'entraînement.</p>	<p>Éric Bronsard 450 679-2631 p. 2366 <a href="mailto:eric.bronsard@cegepmontpetit.ca">eric.bronsard@cegepmontpetit.ca</a></p>
3 mai (remis au lendemain si pluie)	CENTRE DE FORMATION PROFESSIONNELLE PIERRE-DUPUY - LONGUEUIL	<p><b>DÎNER SPORTIF À L'EXTÉRIEUR</b></p> <p>Sur l'heure du dîner, nous offrirons la possibilité aux élèves de participer à plusieurs ateliers extérieurs tels que : volleyball, balles aki, souque à la corde, parachutes d'entraînement. Tout cela avec une ambiance festive.</p>	<p>Rachel Olygny 450 468-4000 p. 2940 <a href="mailto:rachel_lanctotoligny@csmv.qc.ca">rachel_lanctotoligny@csmv.qc.ca</a></p>
3 mai	CORPORATION AQUATIQUE MASKOUTAINE SAINT-HYACINTHE	<p><b>ADMISSION POUR TOUS – BAIN LIBRE</b></p> <p>Dans le cadre de la Journée nationale du sport et de l'activité physique, l'admission pour le bain libre est gratuite pour tous de 19 h à 21 h 25 au centre aquatique Desjardins.</p>	<p>Eugénie Blanchet-Lemieux 450 778-8494 <a href="mailto:eugenie.blanchet_lemieux@piscinecam.ca">eugenie.blanchet_lemieux@piscinecam.ca</a></p>
3 mai	ÉCOLE BRIN D'AMOUR VAUDREUIL-DORION	<p><b>ENTRAÎNEMENT EN STATION</b></p> <p>Tous les élèves de l'école auront eu, au préalable, des cours d'éducation physique où ils auront appris différents mouvements reliés à l'entraînement. Chaque classe créera un atelier d'entraînement. Ils devront créer une affiche explicative de celle-ci afin que les autres classes puissent bien comprendre la tâche à faire. L'objectif sera de faire le plus d'ateliers possible afin de compléter l'heure active.</p>	<p>Stéphanie St-Onge 450 477-7060 p. 4837 <a href="mailto:stephanie.st-onge@cstros-lacs.qc.ca">stephanie.st-onge@cstros-lacs.qc.ca</a></p>
3 mai	ÉCOLE DE LA MOSAÏQUE SAINT-HUBERT	<p><b>SÉANCE D'EXERCICES</b></p> <p>Le matin de 8 h 30 à 8 h 45 et après le dîner de 15 h à 15 h 15, il y aura un appel à toutes les classes pour faire une séance d'exercices en même temps.</p>	<p>Chantal Beauchemin 450 676-3101 <a href="mailto:cbeauchemin2@hotmail.com">cbeauchemin2@hotmail.com</a></p>

DATE	MUNICIPALITÉ/ÉCOLE/ORGANISME	TITRE DE L'ACTIVITÉ DESCRIPTION	INFORMATIONS
3 mai	ÉCOLE DU MOULIN SAINTE-JULIE	<b>RÉCRÉATIONS PROLONGÉES</b> Les élèves profiteront d'une récréation prolongée de 15 minutes en cette journée spéciale.	Yannick Noiseux 450 645-2352 p. 4621 <a href="mailto:yannick.noiseux@csp.qc.ca">yannick.noiseux@csp.qc.ca</a>
Du 2 au 4 mai	ÉCOLE JACQUES-LEBER SAINT-CONSTANT	<b>OLYMPIADES</b> Des olympiades auront lieu du 2 au 4 mai pour des élèves de 1 <sup>ère</sup> , 2 <sup>e</sup> et 3 <sup>e</sup> secondaire.	Alexandre Nadeau 514 380-8899 p. 4302 <a href="mailto:alexandre.nadeau@csdgs.net">alexandre.nadeau@csdgs.net</a>
1 <sup>er</sup> , 8, 15, 22 et 29 mai	ÉCOLE MGR FORGET SAINT-HUBERT	<b>SOIRÉES FAMILIALES SPORTIVES</b> Tous les mardis du mois de mai - Le groupe de parents bénévoles de l'école et Stéphanie Deschamps organisent des activités sportives de 18 h 30 à 19 h 30. Les gens de la communauté y sont invités. La première activité est un cours de Zumba de 15 minutes suivi de parties de soccer et de jeux de ballons. Le dernier mardi se termine par un pique-nique et un marchethon.	Stéphanie Deschamps 514 922-4782 <a href="mailto:stephanie.deschamps@csmv.qc.ca">stephanie.deschamps@csmv.qc.ca</a>
4 mai	ÉCOLE ROXTON POND ROXTON POND	<b>DÉFI 1 000 MÈTRES</b> Les élèves, les professeurs ainsi que les parents réaliseront un défi 1000 mètres en jogging.	Luc Roy 450 372-2723 <a href="mailto:roylu@csvdc.qc.ca">roylu@csvdc.qc.ca</a>
1 <sup>er</sup> mai	ÉCOLE SAINTE-MADELEINE VAUDREUIL-DORION	<b>LANCEMENT DU PLAN D'ENTRAÎNEMENT AU TRIATHLON</b> Conférence de 45 minutes de l'Olympienne Kathy Tremblay (donnée 2 fois) et 60 minutes d'activité physique en participant à 6 ateliers différents de 10 minutes.	Carole Gilbert 514 710-6088 <a href="mailto:carol.gilbert@cstros-lacs.qc.ca">carol.gilbert@cstros-lacs.qc.ca</a>
3 mai	ÉCOLE ST-JOSEPH MERCIER	<b>AUJOURD'HUI, ON BOUGE!</b> Journée d'activités sportives telles que des courses à relais, le jeu <i>just dance</i> , des sports d'équipe en fonction de la température (baseball ou autres). Ces activités viseront à développer tant la motricité fine que globale.	Marie-Josée Pinizzotto 514 754-6160 <a href="mailto:tibrincoco@hotmail.com">tibrincoco@hotmail.com</a>
1 <sup>er</sup> mai	ÉCOLE ST-THOMAS HUDSON	<b>À ST-THOMAS, L'ACTIVITÉ PHYSIQUE CHAQUE JOUR ÉLOIGNE LE MÉDECIN POUR TOUJOURS!</b> Séance d'entraînement collective lors de la récréation du matin pour l'ouverture du mois de l'activité physique. Il y aura des activités physiques tout au long du mois de mai. Marathon St-Thomas (course au 3 <sup>e</sup> palier avec les cycles), des jeux dans la cour d'école et des activités au gymnase.	Diane Sauvé 514 477-7006 <a href="mailto:diane.sauve@cstros-lacs.qc.ca">diane.sauve@cstros-lacs.qc.ca</a>
4 mai	LA MAISON DES JEUNES DE GRANBY, LA BARAK	<b>SOIRÉE ESCALADE</b> Un nouveau centre d'escalade (O'bloc) ouvre ses portes à Granby et nous irons pour initier les jeunes. Nous souhaitons que les jeunes découvrent un nouveau sport pour en faire une activité mensuelle et créer un groupe d'escaladeurs.	Audrey Rivard-Breault 450 372-0448 <a href="mailto:audrey_rb@hotmail.com">audrey_rb@hotmail.com</a>

DATE	MUNICIPALITÉ/ÉCOLE/ORGANISME	TITRE DE L'ACTIVITÉ DESCRIPTION	INFORMATIONS
6 mai	MAISON DE JEUNES EN L'ESCALIER NE MONT TEMPS BROSSARD	<p align="center"><b>TORBALL</b></p> <p>Le Torball est un sport de ballon pour les personnes en situation de déficience visuelle. En plus de favoriser l'activité physique, les jeunes seront sensibilisés sur cette déficience. Le torball se joue avec deux équipes de trois coéquipiers, ceux-ci doivent avoir les yeux bandés. Le jeu consiste à marquer un but en lançant un ballon sonore. Les joueurs peuvent se déplacer librement et se positionner n'importe où dans la zone de jeu. C'est en fonction des bruits provoqués par le déplacement du tireur et le roulement du ballon que les joueurs évaluent la trajectoire du tir et tente d'intercepter le ballon.</p>	<p align="center">Alexandra Denis 450 656-9690 <a href="mailto:mdjbrossard@hotmail.com">mdjbrossard@hotmail.com</a></p>
5 mai	MAISON DES JEUNES DE VERCHÈRES	<p align="center"><b>J'PRENDS SOIN DE MOI</b></p> <p align="center">11 h : Zumba 12 h : Démo de SupYoga 13 h : Essai et cours de KangooJumps 14 h 15 : Cours de PoundFIT (6 ans et plus) 15 h 15 : Cours de yoga (Apportez votre tapis)</p>	<p align="center">Josée Bissonnette 450 583-5201 <a href="mailto:adm.mdjvercheres@videotron.ca">adm.mdjvercheres@videotron.ca</a></p>
3 mai	MAISON DES JEUNES SYMPHOLIE DELSON	<p align="center"><b>OLYMPIADES EN FOLIE</b></p> <p>Nous allons faire des équipes avec les personnes participantes. Du tir à la corde, de la course en sac, des sauts en longueur seront offerts. Nous allons terminer le tout avec des parties de basketball. Les équipes gagnantes vont s'affronter, par la suite, dans une épreuve ultime pour savoir qui va remporter les olympiades.</p>	<p align="center">Yanik Champagne 450 632-1050 p. 3120 <a href="mailto:yan.champagne95@hotmail.com">yan.champagne95@hotmail.com</a> <a href="mailto:mdjsympholie2@hotmail.com">mdjsympholie2@hotmail.com</a></p>
3 mai	SAINT-AMABLE	<p align="center"><b>INITIATION D'ULTIMATE FRISBEE</b></p> <p>En après-midi, des ateliers d'ultimate Frisbee seront offerts à quelques groupes de l'École François-Williams.</p> <p>En soirée, une initiation d'ultimate Frisbee sera offerte à tous les citoyens âgés de plus de 8 ans. L'activité a lieu à l'extérieur, pour l'instant, sur le terrain de baseball de l'école François-Williams. En cas de pluie, l'activité sera relocalisée dans le gymnase de l'école. Cette activité a pour but de sensibiliser les Amabliens à ce sport en éclosion. Nous avons fait affaire avec le groupe d'ultimate frisbee de Saint-Hyacinthe. Cependant, ce sera quelques membres du groupe provenant de Saint-Amable qui offriront l'activité.</p> <p>Lors de cette journée, nous souhaitons aussi promouvoir les initiations aux activités qui auront lieu dans la municipalité au courant de l'été et de l'automne.</p>	<p align="center">Marc-André Tremblay-Demers 450 649-3555 p. 258 <a href="mailto:matremblay@st-amable.qc.ca">matremblay@st-amable.qc.ca</a></p>

DATE	MUNICIPALITÉ/ÉCOLE/ORGANISME	TITRE DE L'ACTIVITÉ DESCRIPTION	INFORMATIONS
3 mai	SAINT-ROCH-DE-RICHELIEU	<p align="center"><b>CORDE À DANSER EN FAMILLE!</b></p> <p>Nous offrirons un cours d'activité physique en plein air gratuitement dans notre parc municipal principal. Ce cours sera offert par une kinésiologue et celle-ci fournira, sur place, des cordes à danser pour les participants qui n'en auront pas. De notre côté, nous allons faire un tirage au sort pour offrir des cordes à danser parmi les participants à la fin du cours. Le cours sera spécialement conçu pour l'occasion afin de combler les besoins des jeunes avec leurs parents ou encore des adultes seuls, chacun pouvant finalement aller à son rythme!</p> <p>N. B. L'atelier ne requiert pas d'inscription au préalable et en cas de pluie celui-ci sera dirigé à l'intérieur. L'activité se déroulera de 17 h 45 à 18 h 30. Bienvenue à tous!</p>	<p align="center">Ali Durocher 450 785-2755 p. 31 <a href="mailto:adurocher@pierredesaurel.com">adurocher@pierredesaurel.com</a></p>
6 mai	SAINT-STANISLAS-DE-KOSTKA	<p align="center"><b>COURSE ET MARCHÉ À PIED</b></p> <p>Nous organisons une course et une marche pour tous nos citoyens.</p>	<p align="center">Marie-Christine Giroux 450 373-8944 <a href="mailto:loisirs@st-stanislas-de-kostka.ca">loisirs@st-stanislas-de-kostka.ca</a></p>
5 mai	SAINT-VALÉRIEN-DE-MILTON	<p align="center"><b>LE TOUR DES GÉNÉRATIONS</b></p> <p>Marche et course sur des distances variant de 1 km à 10 km. Ouvert à tous.</p>	<p align="center">Marie-Ève Bousquet 450 278-6057 <a href="mailto:tourdesgenerations@hotmail.com">tourdesgenerations@hotmail.com</a></p>
6 mai	SAINT-BLAISE-SUR-RICHELIEU	<p align="center"><b>ENTRAÎNEMENT PLEIN AIR</b></p> <p>Des exercices variés (cardiovasculaire et musculaire) seront offerts pour tous dans le parc Au vent fou. Après l'activité, une collation santé sera offerte à tous les participants. En cas de pluie, l'activité se donnera au Complexe sportif.</p>	<p align="center">Julie Gagnon 450 291-5944 p. 2540 <a href="mailto:loisirs@municipalite.saint-blaise-sur-richeleu.qc.ca">loisirs@municipalite.saint-blaise-sur-richeleu.qc.ca</a></p>
5-6 mai	BROMONT	<p align="center"><b>MATCHS HORS-CONCOURS / DÉBUT DE SAISON</b></p> <p>Journée de parties de soccer hors-concours de niveau compétitif A pour les équipes Montagnards U9 à U12. Clubs invités : CSVR (Beloeil-St-Hilaire), Chambly, Sorel et Granby</p>	<p align="center">Tommy Beaudry 819 674-1662 <a href="mailto:tom.beaudry@hotmail.com">tom.beaudry@hotmail.com</a></p>
5 mai	CARIGNAN	<p align="center"><b>DÉFI CARIGNAN</b></p> <p>Courses familiales de 1 km, 2 km, 5 km et 10 km</p>	<p align="center">Odrée Hamel 450 658-1066 p. 203 <a href="mailto:o.hamel@villedecarignan.org">o.hamel@villedecarignan.org</a></p>
6 mai	CHAMBLY	<p align="center"><b>KILOMÈTRE FAMILIAL</b></p> <p>Le KM Familial consiste en une course d'un kilomètre non chronométrée à la fin de laquelle chaque participant reçoit une médaille. L'inscription pour cette course est gratuite. De plus, plusieurs exposants entourant le monde du sport de Chambly seront présents. Ils feront la présentation des produits santé et des activités physiques disponibles aux participants dans la région de Chambly.</p>	<p align="center">Ève-Laurence Miron 450 658-8788 <a href="mailto:superviseur.loisirs@ville.chambly.qc.ca">superviseur.loisirs@ville.chambly.qc.ca</a></p>

DATE	MUNICIPALITÉ/ÉCOLE/ORGANISME	TITRE DE L'ACTIVITÉ DESCRIPTION	INFORMATIONS
5 mai	ÎLE-PERROT	<p><b>MEDLEY, ON BOUGE !</b></p> <p>La ville de L'Île-Perrot présentera le Medley : ON BOUGE! Le Medley : ON BOUGE! invite la populaire perrotoise à venir s'initier, essayer trois activités physiques différentes, le samedi 5 mai, au parc des Générations.</p> <p>11 h à 12 h30: Beast mode : Développement Athlétisme 13 h à 14 h 30 : Zumba parents-enfants 15 h à 16 h 30 : Danse en ligne</p>	<p>Michael O'Cain 514 453-1751 p. 264 <a href="mailto:adj-loisirs@ile-perrot.qc.ca">adj-loisirs@ile-perrot.qc.ca</a></p>
3 mai	MARIEVILLE	<p><b>YOGA FAMILIAL EN PLEIN AIR</b></p> <p>Séance de yoga gratuite en plein air animée par un professeur dûment certifié. La séance s'adresse à tous.</p>	<p>Jonathan Gendron 450 460-4444 p. 276 <a href="mailto:j.gendron@ville.marieville.qc.ca">j.gendron@ville.marieville.qc.ca</a></p>
3 mai	VARENNES	<p><b>OUVERTURE DE LA BOÎTE SPORTIVE – SAISON PRINTEMPS-ÉTÉ 2018</b></p> <p>La Ville de Varennes procédera à l'ouverture de la Boîte sportive pour la saison estivale 2018. Les familles varennoises sont invitées à bouger et à s'amuser avec le matériel d'animation mis à leur disposition dans la boîte qui est située près de l'aire de jeu au Parc de la Commune, et ce, tout au long de l'été.</p>	<p>Caroline Bolduc 450 652-9888 p. 509 <a href="mailto:caroline.bolduc@ville.varenes.qc.ca">caroline.bolduc@ville.varenes.qc.ca</a></p>
3 mai	SAINT-BRUNO-DE-MONTARVILLE	<p><b>DÉMONSTRATION ET COURS GRATUIT DU CIRCUIT D'ENTRAÎNEMENT EXTÉRIEUR TREKFIT</b></p> <p>Initiation et cours offerts gratuitement aux citoyens pour leur faire découvrir les circuits d'entraînement extérieur Trekfit et Benchfit ainsi que d'apprendre à bien les utiliser lors de la pratique libre.</p>	<p>Martine Lapointe 450 653-2443 p. 2878 <a href="mailto:martine.lapointe@stbruno.ca">martine.lapointe@stbruno.ca</a></p>