

# Cet été Champfleury ON JOUE DEHORS !



**DU 16 JUIN AU 22 AOÛT 2025**  
INSCRIPTIONS DÈS LE 20 MAI À 13H  
**Ô PLAISIR DE S'Y CROISER !**

**ÉCONOMISEZ 5\$ EN VOUS  
INSCRIVANT JUSQU'AU 3 JUIN**

# Infos loisirs

## CARTE DE MEMBRE

La carte de membre est facultative. Elle permet cependant de profiter pleinement de ce qu'est ôChampfleury en offrant des avantages chez nous.

### Coût :

- 30 \$ / famille
- 20 \$ / adulte
- 10 \$ / enfant

Pour plus d'informations, consultez notre site Internet [ochampfleury.org/carte-de-membre/](http://ochampfleury.org/carte-de-membre/)

## POLITIQUE D'INSCRIPTION

À compter de la date d'inscription, les participants peuvent s'inscrire tout au long de la session en personne ou en ligne à l'exception de certains cours. En effet, deux semaines après le début de la session,

seules les inscriptions en personne seront possibles pour les cours de parascolaire, les cours d'art de Claudia et les cours privés.

## N'ATTENDEZ PAS !

Afin d'assurer la bonne qualité des cours, ôChampfleury s'engage à respecter un minimum et un maximum de participants pour chacun de ses cours. Pendant la semaine précédant le début de la session, certains cours pourraient être annulés selon le nombre d'inscriptions.

## POLITIQUES D'ANNULATION

Le participant qui désire annuler son inscription doit remplir le formulaire prévu à cet effet [ochampfleury.org/annulation-ou-modification/](http://ochampfleury.org/annulation-ou-modification/)

## COURS D'ESSAI

Saviez-vous qu'il est désormais possible de faire des cours d'essai pour la mise en forme? Pour plus d'informations, consultez notre site internet [ochampfleury.org/nos-loisirs/](http://ochampfleury.org/nos-loisirs/)

## DATE SANS COURS

**Tous les cours :** 24 juin (fête nationale);

**Cours de tennis avec Adèle :** 22 juillet



**Session du  
16 juin au  
22 août 2025**



**Inscriptions :  
20 mai à 13h  
[ochampfleury.org](http://ochampfleury.org)**



**2585 boulevard des Oiseaux  
Laval H7L 4M4**



**Horaire  
Service à la clientèle**  
\* en vigueur à compter du 25 juin 2025

Lundi : 9h00 à 18h00  
Mardi : 9h00 à 18h00  
Mercredi : 9h00 à 18h00  
Jeudi : 9h00 à 18h00  
Vendredi : 9h00 à 17h45  
Samedi : fermé  
Dimanche : fermé

*Fermé de 12:00 à 13:00 en semaine*

*Horaire sujet aux changements  
sans préavis*

# Promotions

COURS CONCERNÉ(S)	PROMOTION	DURÉE
Tous les cours	5\$ de rabais par cours	jusqu'au 3 juin
Tous les cours	Rabais senior : 10% de rabais pour les 60 ans et +	*toute la session
Tous les cours	Rabais étudiant : 10% de rabais entre 14 et 30 ans (sur présentation de la carte étudiante en personne)	*toute la session
Tous les cours 13 ans et moins	Rabais enfants : 10 % 2 <sup>e</sup> enfant, 20 % 3 <sup>e</sup> enfant, 30 % 4 <sup>e</sup> enfant et plus	*toute la session
3 <sup>e</sup> et 6 <sup>e</sup> cours de mise en forme du même participant	Gratuit	*toute la session
4 <sup>e</sup> et 5 <sup>e</sup> cours de mise en forme du même participant	50%	*toute la session

*\*Valide durant la session d'été 2025*

Profitez d'un rabais  
de 5\$ en vous inscrivant  
d'ici le 3 juin



# Loisirs

Le tarif non membre est de 10\$ supplémentaires pour les cours adultes et 5\$ supplémentaires pour les cours enfants.  
Le tarif non-résident est de 25\$ supplémentaires.

## Sports (14 ans et plus)

COURS	JOUR	DÉBUT	FIN	SÉANCES	PRIX MEMBRE
Ligue Volleyball récréatif 4x4	Lundi	18:40	21:40	10	475 \$/équipe 135 \$/seul
Ligue Volleyball compétitive 4x4	Mardi	18:30	21:30	9	425 \$/équipe 120 \$/seul
● Tennis débutant (adulte)	Mardi	19:50	20:50	8	90 \$
● Tennis intermédiaire (adulte)	Jeudi	19:50	20:50	10	115 \$

## Sports (13 ans et moins)

COURS	JOUR	DÉBUT	FIN	SÉANCES	PRIX MEMBRE
● Soccer récréatif 10-13 ans	Lundi	16:00	17:00	10	90 \$
● Soccer récréatif 6-9 ans	Lundi	17:00	18:00	10	90 \$
Volleyball 10-13 ans	Lundi	17:30	18:30	10	110 \$
● Soccer récréatif 6-9 ans	Mardi	16:15	17:15	9	85 \$
● Soccer récréatif 4-5 ans	Mardi	17:15	18:00	9	65 \$
● Tennis débutant 6-9 ans	Mardi	18:40	19:40	8	95 \$
● Tennis 8-13 ans	Mardi	17:30	18:30	8	95 \$
● Soccer récréatif 4-5 ans	Mercredi	16:15	17:00	10	70 \$
● Soccer récréatif 6-9 ans	Mercredi	17:00	18:00	10	90 \$
● Tennis débutant 10-13 ans	Mercredi	17:00	18:00	10	115 \$
● Tennis intermédiaire 10-13 ans	Mercredi	19:20	20:20	10	115 \$
● Tennis parent-enfant (7 ans +)	Mercredi	18:10	19:10	10	115 \$
● Tennis 6-9 ans	Jeudi	18:40	19:40	10	115 \$



# de hors

cet été

du 30 juin  
au 22 août

**Mise en forme, sports, spectacles  
et encore plus!**

Découvrez une panoplie de  
cours extérieurs **gratuitement!**  
Aucune inscription requise  
**Ouvert à tous**

*En cas de pluie, consulter notre alerte météo sur notre site internet (onglet  
loisir/ dehors cet été) pour vérifier si les cours sont annulés.*

 **Champfleury**

présenté par  
 **Desjardins**  
Caisse du Nord de Laval

 **LAVAL**

Avec la participation financière de:

**Québec** 



# Activités extérieures du 30 juin au 22 août

Aucune inscription requise  
pour ces activités **gratuites!**

# de ors cet été

	COURS	JOUR	PLAGE HORAIRE	SÉANCES	INSTRUCTEUR	LIEU
PARC CHAMPFLEURY	Cardio tonus	Lundi	9 h 00 à 10 h 00	8	Carmen	Espace gazonné à droite du terrain de soccer
	Mise en forme 60 et plus	Lundi	10 h 10 à 11 h 10	8	Carmen	
	Circuit cardio-tonus	Vendredi	9 h 00 à 10 h 00	5	Malia	Zone 1
	Cardio tonus douceur	Vendredi	10 h 10 à 11 h 10	5	Malia	
	Tonus et étirement	Mardi	18 h 00 à 19 h 00	6	Cathy	Forêt de l'Avenir (sous les arbres sur le long du sentier)
	Yogalates	Mardi	19 h 05 à 20 h 05	7	Florina	Zone 2
	Circuit mise en forme	Mardi	9 h 15 à 10 h 15	8	Andrée	Espace gazonné près des bancs des joueurs du terrain de soccer
	Étirement	Mardi	10 h 15 à 10 h 45	8	Andrée	
	Pilates	Mercredi	9 h 15 à 10 h 15	8	Andrée	
	Circuit mise en forme	Jeudi	9 h 15 à 10 h 15	8	Andrée	
	Spécial abdos	Jeudi	10 h 15 à 10 h 45	8	Andrée	Zone 4
	HIIT et flexibilité	Lundi	18 h 00 à 19 h 00	7	Florina	
	Zumba et musculation	Lundi	19 h 15 à 20 h 30	8	Karine	
	Strong nation	Mercredi	18 h 20 à 19 h 20	7	Karine	Cour de l'école L'envolée
	Zumba	Mercredi	19 h 30 à 20 h 30	7	Karine	Zone 3
	Zumba faible impact	Jeudi	9 h 00 à 10 h 00	8	Nicole	
Zumba	Jeudi	18 h 00 à 19 h 00	7	Chantal		
Cardio boxe	Jeudi	19 h 10 à 20 h 10	5	Mélissa		
Basketball 13-14 ans	Mardi	16 h 00 à 17 h 00	8	Olivier, DEZ, Maroun	Terrain de basketball	
BERGE DES BAIGNEURS	Cardio-musculation	Lundi	17 h 30 à 18 h 30	8	Estrela	Stationnement du centre d'interprétation de l'eau
	Pilates	Mardi	9 h 00 à 10 h 00	8	Stéphanie	Espace gazonné en face du stationnement du centre d'interprétation de l'eau
	Tonus et mobilité	Mardi	10 h 10 à 11 h 10	8	Stéphanie	
	● Mise en forme 50 et plus	Mardi	18 h 00 à 19 h 00	7	Carole	
	Combo abdo-fessier	Mardi	19 h 15 à 20 h 15	8	Carole	
	● Mise en forme 50 et plus	Mercredi	18 h 00 à 19 h 00	6	Carole	Zone 1
● Circuit cardio-tonus	Mercredi	19 h 15 à 20 h 15	7	Carole		

## SÉANCES ANNULÉES

HIIT et flexibilité/Lundi /18 h 00 : 30 juin  
 Tonus et étirement / mardi / 18 h 00 : 1<sup>er</sup> juillet, 22 juillet  
 Yogalates/ mardi/ 19 h 05: 1<sup>er</sup> juillet  
 Strong nation/ mercredi/ 18 h 20 : 9 juillet  
 Zumba/ mercredi/19 h 30: 9 juillet  
 Zumba/jeudi/18 h 00 : 31 juillet  
 Cardio boxe/ jeudi/ 19h10: 17 juillet, 7 août, 14 août  
 Mise en forme 50 ans et plus / mardi/ 18 h 00: 1 juillet  
 Mise en forme 50 ans et plus/ mercredi/ 18 h 00: 2 juillet, 13 août  
 Circuit cardio tonus/ mercredi/19 h 15 : 13 août  
 Circuit cardio-tonus/ vendredi/9 h 00 : 8,15,22 août  
 Cardio tonus douceur/vendredi/10 h 10: 8,15,22 août

● **COURS PEUT ÊTRE PARFOIS EN DÉPLACEMENT**  
 La programmation pourrait être sujette aux changements.



# Activités spéciales du 30 juin au 22 août

Aucune inscription requise  
pour ces activités **gratuites!**

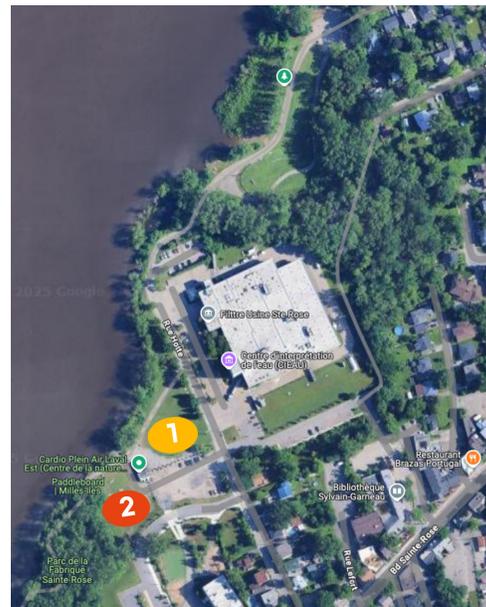
# de ors cet été

	COURS	JOUR	PLAGE HORAIRE	SÉANCES	INSTRUCTEUR	LIEU
<b>PARC CHAMPFLEURY</b>	Cours de DJ 13-14 ans	Samedi	14 h 00 à 16 h 00	5 juillet	Mathieu	Sur la terrasse, à proximité des modules de jeux.
<b>BERGE DES BAIGNEURS</b>	Parcours moteur 0-5 ans	Mercredi	9 h 30 à 11 h 30	16 juillet	Stéphanie	Espace gazonné en face du stationnement du centre d'interprétation de l'eau  Zone 1
<b>PARC DE LA RENAISSANCE</b>	Zumba party	Samedi	10 h 00 à 11 h 30	26 juillet	Nicole et Chantal	Parc de la renaissance
	Danse 6-12 ans	Samedi	16 h 00 à 18 h 00	2 août	Daniel	

## Parc Champfleury



## Berge des Baigneurs



# Camp de jour estival

**Du 25 juin au  
22 août 2025**

Avec notre grande variété  
de spécialités et notre  
équipe qualifiée, notre camp  
est le parfait endroit pour  
votre enfant cet été!



Consultez toutes les  
informations de l'été  
2025 dès maintenant!  
sur notre **site internet!**



**ô**  
**festi**  
**fleury**

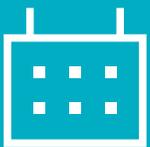
**24 août 2025**

UNE FÊTE PARFAITE POUR  
CLORE L'ÉTÉ ET DÉCOUVRIR  
NOS LOISIRS DANS LE PLAISIR!

Rejoignez-nous gratuitement en famille pour un  
festival de découverte à ne pas manquer!

# Location de salle

Une foule d'options  
de salles à un prix  
abordable qui  
n'attendent que  
vous et vos  
invités !



Période de location  
présentement en  
cours - **31 mars au  
22 juin 2025**



Consultez toutes les  
informations de notre  
service de location sur  
notre **site internet!**

Prochaine période  
de location dès le 11  
mars 2025 - **23 juin  
au 24 août 2025**

# Engagés, à vos côtés



**Guidés par nos valeurs coopératives,  
nous sommes fiers d'être présents  
dans les moments qui comptent.**

Enrichir la vie des personnes et des communautés :  
voilà la raison d'être que nous incarnons au quotidien.