



HIVER 2026
5 janvier au 29 mars

CENTRE COMMUNAUTAIRE DE SAINT-RAYMOND



COORDONNÉES

5600 Chemin Upper Lachine, Montréal, Québec H4A 2A6
(514) 872-1765
membres.centrestraymond@gmail.com

Activités pour les enfants (6 à 12 ans)

Dates	Horaires	Coûts
Programme après l'école		
Du 5 janvier au 27 mars <i>*Excluant la semaine de relâche</i>	Les jours de semaine, 15h00 - 18h00	150 \$ / session ou 60 \$ / janvier 60 \$ / février 45 \$ / mars
Activités libres		
Du 14 janvier au 27 mars	Les mecredis, vendredis, 18h00 - 19h30	Gratuit
Club artistique		
Du 14 janvier au 25 mars	Les mercredis, 18h00 - 19h30	Gratuit <i>**Inscription obligatoire</i>
Soccer (9 à 12 ans)		
Du 22 janvier au 26 mars	Les jeudis, 18h00 - 19h30	Gratuit <i>**Inscription obligatoire</i>
Zone enfants du samedi		
Le 24 janvier Le 7 et 21 février Le 7 et 21 mars	Toutes les 2 semaines, les samedis, 13h00 - 17h00	Gratuit <i>**Inscription obligatoire</i>
Soirée cinéma		
Le 30 janvier : Le roi lion Le 27 février : Sens dessus dessous 2 Le 27 mars : Alerte rouge	Les derniers vendredis du mois, 18h00 - 20h00	Gratuit <i>**Inscription obligatoire</i>

Activités pour les adolescents (13 à 17 ans)

Dates	Horaires	Coûts
Aide aux devoirs		
Du 12 janvier au 26 mars <i>*Excluant la semaine de relâche</i>	Les lundis, mardis, mercredis, jeudis, 16h00 - 18h00	Gratuit
Sports libres		
Du 13 janvier au 27 mars	Les mardis, 18h30 - 20h00 Les vendredis, 19h30 - 21h00	Gratuit
Groupe de filles		
Du 13 janvier au 24 mars	Les mardis, 18h00 - 20h00	Gratuit
Zone Swift		
Du 14 janvier au 27 mars	Les mercredis, jeudis, vendredis, 18h00 - 20h00	Gratuit



Activités familiales

Dates	Horaires	Coûts
Badminton en famille		
12 janvier au 27 mars	Les lundis, 18h00 - 19h30	Gratuit
Plaisirs en famille		
Le 31 janvier Le 14 février Le 14 mars	Les samedis, une fois par mois <i>***Plus d'informations à venir</i>	Gratuit <i>**Inscription obligatoire</i>



Activités pour les adultes (18 ans et +)

Dates	Horaires	Coûts
Pickleball		
Du 12 janvier au 23 mars	Les lundis, 20h00 - 21h30	5 \$ / à la carte
Basketball (18 à 25 ans)		
Du 13 janvier au 24 mars	Les mardis, 20h00 - 21h30	Gratuit
Groove avec Nadine Joy		
Du 13 janvier au 17 mars (10 cours)	Les mardis, 19h00 - 20h00	85 \$ / session 10 \$ / à la carte
Flow Yoga avec Marie		
Du 4 février au 18 mars (7 cours)	Les mercredis, 19h00 - 20h15	55 \$ / session 10 \$ / à la carte
Badminton		
Du 15 janvier au 26 mars	Les jeudis, 19h30 - 21h00	5 \$ / à la carte
Zumba avec Raquel		
Du 16 janvier au 20 mars (9 cours) <i>*Excluant le 6 mars</i>	Les vendredis, 19h00 - 20h00	75 \$ / session 10 \$ / à la carte

À la carte

Veuillez noter que tous les programmes à la carte sont payable en comptant uniquement.

Activités pour les aînés (50 ans et +)

Dates	Horaires	Coûts
Pickleball		
Du 13 janvier au 24 mars <i>*Excluant le 3 mars</i>	Les mardis, 14h30 - 16h00	5 \$ / à la carte
N.D.G. Communauté Active		
Du 14 janvier au 20 mars <i>*Excluant le 6 mars</i>	Les mercredis, vendredis, 9h00 - 10h00	Gratuit
Basketball		
Du 14 janvier au 25 mars	Les mercredis, 19h30 - 21h30	5 \$ / à la carte
La danse en ligne		
Du 15 janvier au 19 mars (10 cours)	Les jeudis, 18h30 - 20h00	85 \$ / session 10 \$ / à la carte

À la carte

Veuillez noter que tous les programmes à la carte sont payable en comptant uniquement.



INSCRIPTION COMMENT ÇA FONCTIONNE

**Option 1: scannez le
code QR**



**Option 2: visitez notre siteweb ou
contactez nous**

cjndg.org

(514) 872-1765

membres.centrestraymond@gmail.com

**Option (enligne seulement) : cliquez sur le
nom de l'activité de votre choix ou en
[cliquant ici](#)**

