



PROGRAMMATION – Printemps 2026

30 MARS AU 24 MAI (8 COURS, SAUF INDICATION CONTRAIRE).

PÉRIODE D'INSCRIPTION RÉGULIÈRE*, DÈS 8 H 30

Accès Mont-Tremblant :
9 au 15 mars

Expérience Mont-Tremblant :
11 au 15 mars

Pour tous et toutes :
13 au 15 mars

* Une fois la période d'inscription terminée, soit après le 15 mars, il sera toujours possible de s'inscrire aux cours aux comptoirs d'accueil du Service de la culture, des loisirs et de la vie communautaire ou par téléphone. Les autres activités (ateliers, conférences, etc.) demeureront accessibles en ligne jusqu'à leur date de tenue. Prix taxes en sus. Tous les détails sont disponibles sur Sport-Plus.

Sous réserve de modifications. L'information sur le site web de la Ville et Sport-Plus prime sur ce cahier.

COMMENT S'INSCRIRE ?

En ligne sur Sport-Plus :
vdmt.ca/sportplus

En personne :

- Centre sportif (637, boul. du Docteur-Gervais)
- Complexe aquatique (635, rue Cadieux)

LÉGENDE

Horaire	Âge	Tarifs résident (cartes Accès et Expérience Mont-Tremblant)	Lieu	Inscription requise	Aucune inscription
CAMT Complexe aquatique 635, rue Cadieux		CSMT Centre sportif 637, boul. du Docteur-Gervais	BIBLIO Bibliothèque Samuel-Ouimet 1145, rue de Saint-Jovite	HDV Salle du conseil de l'hôtel de ville 1145, rue de Saint-Jovite	
SALLE Salle Alphonse-Desjardins 1145, rue de Saint-Jovite					

COURS PHYSIQUES ET SPORTIFS				
Entraînement cardio-musculaire	Jeu. 9 h 30 - 10 h 30	15-54 55+	105 \$ 84 \$	CSMT
Étirement et relaxation	Jeu. 10 h 45 - 11 h 45	15-54 55+	105 \$ 84 \$	CSMT
Pickleball débutant Réservé aux cartes Accès et Expérience	Dim. 9 h 45 - 11 h 15	15-54 55+	105 \$ 84 \$	CSMT
Pickleball intermédiaire Réservé aux cartes Accès et Expérience	Dim. 11 h 15 - 12 h 45	15-54 55+	105 \$ 84 \$	CSMT
Pickleball intermédiaire/avancé Réservé aux cartes Accès et Expérience	Dim. 8 h 15 - 9 h 45	15-54 55+	105 \$ 84 \$	CSMT
Spin yoga	Mar. 17 h - 18 h	15-54 55+	105 \$ 84 \$	CAMT
Spinning en salle	Lun. 17 h 45 - 18 h 45	15-54 55+	105 \$ 84 \$	CAMT
Danse swing (Lindy hop) niveau 1	Mer. 18 h - 19 h 15	15-54 55+	72 \$ 58 \$	CSMT
Danse swing (Lindy hop) niveau 2	Mer. 19 h 30 - 20 h 30	15-54 55+	70 \$ 56 \$	CSMT
Zumba	Lun. 10 h 30 - 11 h 30 Mar. 18 h - 19 h Mer. 10 h 30 - 11 h 30 Jeu. 10 h 30 - 11 h 30	15-54 55+	105 \$ 84 \$	CAMT

COURS PHYSIQUES ET SPORTIFS (AQUATIQUE)				
Aquadynamix	Mar. 10 h - 10 h 55 Jeu. 8 h 30 - 9 h 25	15-54 55+	84 \$ 68 \$	CAMT
Aquaéquilibre	Mer. 9 h 30 - 10 h 25	15-54 55+	135 \$ 108 \$	CAMT
Aquafit	Lun. 19 h - 19 h 55 Mer. 11 h - 11 h 55	50-54 55+	84 \$ 68 \$	CAMT
Aquaforme	Mar. 9 h - 9 h 55 Mer. 10 h - 10 h 55 Jeu. 9 h 30 - 10 h 25	15-54 55+	84 \$ 68 \$	CAMT
Aquaforme 50 +	Lun. 9 h - 9 h 55 Lun. 10 h - 10 h 55	50-54 55+	84 \$ 68 \$	CAMT
Aquaspinning	Mer. 8 h 45 - 9 h 40 Mer. 19 h - 19 h 55	15-54 55+	84 \$ 68 \$	CAMT
Aquathérapie niveau 1	Mer. 10 h 30 - 11 h 25	15-54 55+	135 \$ 108 \$	CAMT
Aquayoga	Mar. 14 h 30 - 15 h 30	15-54 55+	90 \$ 72 \$	CAMT



PROGRAMMATION – *Printemps 2026*

COOURS DE NATATION				
Parent-enfant 1	Ven. 9 h - 9 h 30 Sam. 10 h 15 - 10 h 45	4-12 mois	Gratuit 35\$	CAMT
Parent-enfant 2	Ven. 9 h 35 - 10 h 05 Sam. 10 h 15 - 10 h 45	13-24 mois	Gratuit 35\$	CAMT
Parent-enfant 2-3	Ven. 16 h 45 - 17 h 15	13-36 mois	Gratuit 35\$	CAMT
Parent-enfant 3	Ven. 10 h 15 - 10 h 45 Sam. 9 h 40 - 10 h 10	25-36 mois	Gratuit 35\$	CAMT
Précolaire 1	Mer. 16 h 45 - 17 h 15 Sam. 8 h 25 - 8 h 55 Sam. 9 h 40 - 10 h 10	3-5	Gratuit 35\$	CAMT
Précolaire 1-2	Lun. 16 h 45 - 17 h 15 Sam. 10 h 35 - 11 h 05	3-5	Gratuit 35\$	CAMT
Précolaire 2	Mer. 16 h 45 - 17 h 15 Sam. 9 h 05 - 9 h 35 Sam. 10 h 15 - 10 h 45	3-5	Gratuit 35\$	CAMT
Précolaire 3	Lun. 16 h 45 - 17 h 15 Mer. 16 h 45 - 17 h 15 Ven. 16 h 30 - 17 h Sam. 9 h 05 - 9 h 35 Sam. 9 h 40 - 10 h 10 Sam. 11 h - 11 h 55	3-5	Gratuit 35\$	CAMT
Précolaire 4	Lun. 16 h 45 - 17 h 15 Mer. 17 h 20 - 17 h 50 Sam. 9 h 05 - 9 h 35 Sam. 10 h 15 - 10 h 45	3-5	Gratuit 35\$	CAMT
Précolaire 5	Mer. 17 h 20 - 17 h 50 Sam. 9 h 05 - 9 h 35 Sam. 10 h 10 - 10 h 40	3-5	Gratuit 35\$	CAMT

COOURS DE NATATION				
Nageur 1	Lun. 17 h 20 - 17 h 50 Mer. 17 h 55 - 18 h 25 Ven. 17 h 20 - 17 h 50 Sam. 9 h - 9 h 30 Sam. 9 h 40 - 10 h 10 Sam. 11 h 10 - 11 h 40	6-12	44\$	CAMT
Nageur 2	Lun. 17 h 20 - 17 h 50 Mer. 17 h 55 - 18 h 25 Ven. 17 h 55 - 18 h 25 Sam. 9 h 05 - 9 h 35 Sam. 9 h 35 - 10 h 05 Dim. 10 h 50 - 11 h 20	6-12	44\$	CAMT
Nageur 3	Lun. 17 h 55 - 18 h 40 Mer. 18 h 35 - 19 h 20 Ven. 17 h 05 - 17 h 55 Sam. 9 h 40 - 10 h 25 Sam. 10 h 55 - 11 h 40	6-12	64\$	CAMT
Nageur 4	Lun. 17 h 55 - 18 h 40 Ven. 18 h - 18 h 45 Sam. 9 h 15 - 10 h Sam. 10 h 55 - 11 h 40	6-12	64\$	CAMT
Nageur 5	Sam. 10 h 05 - 10 h 50	6-12	64\$	CAMT
Nageur 5-6	Ven. 17 h 50 - 18 h 35	6-12	64\$	CAMT
Nageur 6	Sam. 10 h 55 - 11 h 40	6-12	64\$	CAMT
Nageur 7	Ven. 18 h 45 - 20 h	6-12	64\$	CAMT
Étoile de bronze	Sam. 11 h 30 - 12 h 45	6-12	64\$	CAMT
Adulte 1	Mar. 10 h 40 - 11 h 40 Mer. 17 h 55 - 18 h 55	16-54 55+	86\$ 68\$	CAMT
Adulte 2	Mar. 9 h 35 - 10 h 35	16-54 55+	86\$ 68\$	CAMT
Adulte 3	Ven. 8 h 30 - 9 h 30	16-54 55+	86\$ 68\$	CAMT
Forme physique 1	Lun. 10 h 40 - 11 h 40 Ven. 9 h 35 - 10 h 35	16-54 55+	86\$ 68\$	CAMT
Forme physique 2	Lun. 9 h 30 - 10 h 30 Mar. 8 h 30 - 9 h 30 Ven. 10 h 40 - 11 h 40	16-54 55+	86\$ 68\$	CAMT
Cours privés (8 cours - 30 minutes) Ratio : 1 prof pour 1 élève	Voir Sport-Plus	3+	208,72\$	CAMT
Cours semi-privés (8 cours - 30 minutes) Ratio : 1 prof pour 2 élèves	Voir Sport-Plus	3+	278,32\$ 2 pers.	CAMT



PROGRAMMATION – Printemps 2026



Ville de
MONT-TREMBLANT

FORMATIONS				
Sauveteur national/ sauveteuse nationale	7, 14, 28 mars, 4 et 18 avril 8 h 30 - 16 h 30 Examen 25 avril, 13 h - 17 h	15+	Dépôt* 100 \$	CAMT
Moniteur/monitrice en natation	24 mai au 14 juin 9 h - 17 h	15+	Dépôt* 100 \$	CAMT
Moniteur/monitrice en sauvetage	1 ^{er} juin 18 h - 20 h	15+	Dépôt* 100 \$	EN LIGNE
	6 et 13 juin 9 h - 17 h			CAMT
Requalification sauveteur/sauveteuse national(e) Pratique gratuite : 19 avril 13 h 30 - 16 h 30, droit d'entrée à acquitter seulement	25 avril 13 h - 17 h	15+	100 \$	CAMT
Requalification premiers soins - général	26 avril 9 h - 17 h	12+	100 \$	CAMT

*Le dépôt est remboursable si vous avez assisté à tous les cours.

BIBLIO - ACTIVITÉS JEUNESSE				
Historiettes, comptines et chansonnettes	22 mars, 12 avril, 10 mai et 14 juin 10 h - 10 h 45	18-36 mois	Gratuit	BIBLIO
Heure du conte avec Tam et Léo	21 mars, 11 avril, 9 mai et 13 juin 10 h - 11 h	4-8	Gratuit	BIBLIO
Heure du conte bilingue avec Tina	14 mars, 18 avril, 23 mai et 6 juin 10 h - 11 h	4-8	Gratuit	BIBLIO
Mon mini robot en bois (bricolage) Activité spéciale semaine de relâche	7 mars Entre 9 h et 16 h	7-12	Gratuit	BIBLIO

COURS DE LANGUE				
Espagnol - voyage	Jeu. 15 h 15 - 16 h 15	15-54 55+	140 \$ 112 \$	CAMT
Espagnol - débutant 1	Jeu. 16 h 30 - 17 h 30	15-54 55+	140 \$ 112 \$	CAMT
Espagnol - débutant 2	Jeu. 17 h 45 - 18 h 45	15-54 55+	140 \$ 112 \$	CAMT

COURS D'ART ET MUSIQUE				
Initiation à la guitare acoustique	Sam. 10 h 15 - 11 h 15	9-14 15-54 55+	107 \$ 160 \$ 128 \$	CAMT
Guitare niveau 2	Sam. 9 h - 10 h	9-14 15-54 55+	107 \$ 160 \$ 128 \$	CAMT

ATELIERS				
Agir en éclaireur dans son milieu Par le Réseau des éclaireurs en santé psychologique	Sam. 21 mars 13 h - 16 h	18 +	Gratuit	HDV
La santé cognitive des personnes âgées Par le Réseau des éclaireurs en santé psychologique	Sam. 22 avril 14 h - 16 h	18 +	Gratuit	HDV

CAMP DE JOUR

Périodes d'inscription
Carte Accès : 21 avril au 18 mai
Pour tout(e)s : 30 avril au 18 mai

Rencontre d'information pour les parents
En ligne : mercredi 8 avril à 19 h
Lien de connexion à venir
Info : vdmt.ca/campdejour





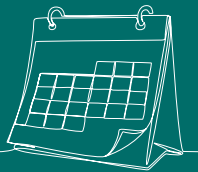
PROJECTIONS	📅	👥	📄	📍
À hauteur d'enfants Long métrage (92 min.) 2024	Sam. 11 avril 13 h 30	8+	Gratuit	HDV
Terre Promise Long métrage (60 min.) 2025	Jeu. 16 avril 19 h	16+	Gratuit	HDV
L'océan vu du cœur Long métrage (90 min.) 2023	Sam. 18 avril 13 h 30	8+	Gratuit	HDV

Présentées dans le cadre de la Semaine du DOC (10 au 19 avril)

EXPOSITIONS	📅	📅	📄	📍
D'hier à aujourd'hui, de la nature à la pièce Par l'Association des Artisans-Sculpteurs des Laurentides	Jusqu'au 15 mars		Entrée libre	SALLE
MétamorphART Par des élèves de l'école secondaire Curé-Mercure	17 au 24 avril	Horaire varié disponible sur vdmt.ca	Entrée libre	SALLE
Tissés d'idées Par des élèves de l'école secondaire Curé-Mercure	25 avril au 15 mai Vernissage : 28 avril 16 h 30 - 19 h		Entrée libre	SALLE

CONFÉRENCES	📅	👥	📄	📍
Ma maison écolo et écono Conférencier : Jour de la Terre	Jeu. 5 mars 19 h - 20 h 30	16+	Gratuit	HDV
Avant le savoir-faire, il y a le savoir-être : la posture d'un clown social Conférencière : Élise Deguire	Sam. 28 mars 14 h - 15 h 30	16+	Gratuit	HDV
Pollution plastique : travaux de recherche sur la pollution plastique dans le Saint-Laurent Par l'Organisation Bleue	Jeudi 23 avril 19 h - 20 h 30	13+	Gratuit	HDV
Regards bienveillants d'une infirmière chercheuse en Mongolie parmi les éleveurs nomades Conférencière : Isabelle Lacharme	Sam. 9 mai 13 h 30 - 15 h 30	16+	Gratuit	HDV

À L'AGENDA



DISTRIBUTION D'ARBRES ET DE COMPOST

Samedi 23 mai

Adresses paires : 8 h à 12 h

Adresses impaires 13 h à 16 h

Arbres : stationnement de l'hôtel de ville

Compost : garage municipal (60, chemin de Brébeuf)

LE GRAND NETTOYAGE

Samedi 6 juin

8 h 30 à 12 h

Point de rencontre : stationnement de l'hôtel de ville

Info : vdmt.ca/evenements

Première
SCÈNE
MONT-TREMBLANT

PROGRAMMATION 2026

 MARC DÉRY 7 MARS	 MARIE-ANNICK LÉPINE 14 MARS	 FREDZ 21 MARS COMPLET	 TIRE LE COYOTE 27 MARS	 LA LNI EN TOURNÉE 4 AVRIL
--------------------------------	---	---	--------------------------------------	---

