



MARS

2026

-  PARC MICHEL-LEGAULT
-  PARC SENNEVILLE
-  CENTRE COMMUNAUTAIRE GEORGE-MCLEISH
-  SOUS RÉSERVE DE LA MÉTÉO

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
						   1 Hockey improvisé 13 h à 15 h
 2 Conditionnement fonctionnel  11 h à 12 h Étirements dynamiques  13 h 30 à 14 h 30	   3 Hockey improvisé 19 h à 21 h	 4  Aérobie en douceur 10 h à 11 h	 5 Conditionnement fonctionnel 11 h à 12 h  Jeux de cartes 13 h 30 à 15 h 30  Hockey improvisé 19 h à 21 h  	 6  Café social 8 h 30 à 9 h 30  Aérobie en douceur 10 h à 11 h	   7 Hockey improvisé 13 h à 15 h	   8 Hockey improvisé 13 h à 15 h
 9 Conditionnement fonctionnel  11 h à 12 h Étirements dynamiques  13 h 30 à 14 h 30	   10 Hockey improvisé 19 h à 21 h	 11  Aérobie en douceur 10 h à 11 h	 12 Conditionnement fonctionnel 11 h à 12 h  Jeux de cartes 13 h 30 à 15 h 30  Hockey improvisé 19 h à 21 h  	 13  Café social 8 h 30 à 9 h 30  Aérobie en douceur 10 h à 11 h	 14 Bricolages Saint-Patrick  13 h à 15 h  Hockey improvisé  	15  Hockey improvisé 13 h à 15 h  
 16 Conditionnement fonctionnel  11 h à 12 h Étirements dynamiques  13 h 30 à 14 h 30	   17 Hockey improvisé 19 h à 21 h	 18  Aérobie en douceur 10 h à 11 h	 19 Conditionnement fonctionnel 11 h à 12 h  Jeux de cartes 13 h 30 à 15 h 30  Hockey improvisé 19 h à 21 h  	 20  Café social 8 h 30 à 9 h 30  Aérobie en douceur 10 h à 11 h	   21 Hockey improvisé 13 h à 15 h	 22  Bricolages de Pâques 14 h à 16 h  Hockey improvisé  
 23 Conditionnement fonctionnel  11 h à 12 h Étirements dynamiques  13 h 30 à 14 h 30	   24 Hockey improvisé 19 h à 21 h	 25 Aérobie en douceur 10 h à 11 h  Société historique  13 h 30 à 16 h	 26 Conditionnement fonctionnel 11 h à 12 h  Jeux de cartes 13 h 30 à 15 h 30  Hockey improvisé 19 h à 21 h  	 27  Café social 8 h 30 à 9 h 30  Aérobie en douceur 10 h à 11 h	 28  Chasse aux cocos 11 h  Hockey improvisé  	29  Hockey improvisé 13 h à 15 h  
30	31					