

Programme | Automne 2026

Loisirs à la carte



saint-lambert.ca



Inscription en ligne

Résidents : mardi 25 août

Non-résidents : mardi 1^{er} septembre

Procédure d'inscription

Carte citoyen

La carte citoyen est obligatoire et doit être valide au moment de l'inscription. Vous aurez besoin d'avoir en main votre numéro de carte.



Vous avez déjà une carte citoyen :

Si vous avez déjà une carte citoyen (débutant par le numéro 55623), votre numéro ne change jamais. Assurez-vous toutefois que votre carte n'est pas expirée. Si c'est le cas, vous devrez la renouveler.

1 Renouvellement en ligne : Créez-vous un compte sur l'Espace citoyen Saint-Lambert au **citoyen.saint-lambert.ca** et associez votre carte à votre compte. Une fois votre carte associée, vous recevrez un courriel de rappel 30 jours avant son échéance. Vous pourrez déposer vos preuves de résidence et ainsi renouveler votre carte.

2 Renouvellement en personne : Rendez-vous au centre des loisirs ou à la bibliothèque avec une preuve de résidence et une pièce d'identité avec photo.

Vous n'avez pas de carte citoyen :

1 Demande en ligne : Créez-vous un compte sur l'Espace citoyen Saint-Lambert au **citoyen.saint-lambert.ca** et remplissez le formulaire de demande.

2 Demande en personne : Rendez-vous au centre des loisirs ou à la bibliothèque avec une preuve de résidence et une pièce d'identité avec photo. Un membre de l'équipe vous ouvrira un dossier et vous remettra votre carte.

Inscription

Pour accéder à l'inscription en ligne aux activités, rendez-vous au **saint-lambert.ca** et cliquez sur le lien d'inscription sur la page d'accueil.

 Supplément de 50 % pour les non-résidents. 

1 En ligne
Résidents : À compter du mardi 25 août :

- 18 h 30 (activités aquatiques)
 - 19 h 30 (autres activités)
- Support téléphonique offert de 18 h 30 à 21 h au 450 672-4444.

Non-résidents :
À compter du mardi 1^{er} septembre, 9 h

2 En personne (places restantes)
Résidents :

À compter du jeudi 27 août, 8 h 30

Non-résidents :
À compter du mardi 1^{er} septembre, 13 h 30

Dates limites pour s'inscrire

Le vendredi précédant le début de la session pour les cours à apprentissage progressif (comme la natation) et le **12 octobre** pour les autres cours et activités. Aucune inscription ne sera acceptée après ces dates. **À partir du 2 septembre**, les cours qui n'auront pas suffisamment d'inscriptions seront annulés et les participants seront remboursés.

Multicarte

Cette carte permet à son détenteur d'accéder à cinq cours de son choix parmi ceux offerts. Les personnes n'ayant pas la possibilité de suivre un cours à un horaire fixe chaque semaine gagnent ainsi en flexibilité. **La carte est valide pour l'année 2026.**

Politique de remboursement

Aucun remboursement, sauf en cas d'annulation ou de modification de l'activité par la Direction de la culture et des loisirs, pour une raison médicale ou pour un changement d'horaire de travail (note de l'employeur à l'appui) pour la session en cours (demande écrite obligatoire). S'il y a remboursement, un montant de 20 \$ de frais d'administration sera retenu ainsi que le prorata des cours effectués à la date

de la demande. La demande doit être émise avant la fin de la session en cours. Lorsqu'une séance de votre cours est annulée (absence du professeur ou autre raison), dans la mesure du possible, la Ville reportera cette séance à la fin de la session. Si la séance ne peut être reportée et que le montant est inférieur à 40 \$, aucun remboursement ne sera effectué.

Activités aquatiques

Cours de natation pour enfants

Début : mardi 8 septembre (10 semaines)

Cours	Durée	Coût
Parent-enfant, préscolaire et nageur	30 min	100 \$
	45 min	105 \$
Jeune sauveteur	60 min	110 \$
Étoile de bronze	60 min	140 \$

Niveau	Jour	Heure
Parent-enfant 1		30 min

4-12 mois Avec parent	Samedi	9 h 05
	Dimanche	10 h 15
	Dimanche	9 h 40

Parent-enfant 2		30 min
------------------------	--	---------------

12-24 mois Avec parent	Mardi	18 h 25
		8 h 30
	Samedi	9 h 40
		10 h 50
	Dimanche	9 h 05
		10 h 50
		9 h 05
		10 h 50

Parent-enfant 3		30 min
------------------------	--	---------------

24-36 mois Avec parent	Mardi	18 h 25
		9 h 05
	Samedi	9 h 40
		10 h 30
		11 h 25
		8 h 30
	Dimanche	9 h 05
		10 h 15
		10 h 50
		10 h 50

Préscolaire 1		30 min
----------------------	--	---------------

3-5 ans Sans parent Avec ceinture	Mardi	18 h 25
		8 h 30
	Samedi	9 h 20
		10 h 15
		11 h 40
		8 h 30
	Dimanche	9 h 40
		10 h 15
		10 h 50
		10 h 50

Préscolaire 2		30 min
----------------------	--	---------------

3-5 ans Transition sans la ceinture	Mardi	18 h 25
		8 h 30
	Samedi	9 h 05
		9 h 55
		10 h 50
		10 h 50
		11 h 40
		11 h 40

Préscolaire 2 (suite)		30 min
------------------------------	--	---------------

3-5 ans Transition sans la ceinture	Dimanche	8 h 30
		9 h 05
		9 h 40
		10 h 50

Préscolaire 3		30 min
----------------------	--	---------------

3-5 ans Sans ceinture	Mardi	18 h 25
	Mercredi	18 h 25
	Samedi	8 h 45
		9 h 40
		10 h 15
		10 h 50
	Dimanche	8 h 45
		9 h 40
		10 h 15
		10 h 15

Préscolaire 4		30 min
----------------------	--	---------------

3-5 ans	Mardi	19 h
	Samedi	9 h 05
	Dimanche	8 h 30

Préscolaire 5		30 min
----------------------	--	---------------

3-5 ans	Mardi	19 h
	Samedi	9 h 05
	Dimanche	8 h 30

Nageur 1		30 min
-----------------	--	---------------

5+ Aucun cours suivi précédemment	Mardi	19 h
		8 h 30
	Samedi	9 h 40
		10 h 30
		11 h 25
		12 h
	Dimanche	8 h 30
		9 h 05
		10 h 15
		10 h 50

Nageur 2		30 min
-----------------	--	---------------

Nageur 1 réussi	Mardi	19 h
	Mercredi	19 h
	Samedi	8 h 30
		9 h 05
		10 h 15
		10 h 50
	Dimanche	9 h 05
		9 h 40
		10 h 15
		10 h 15

Nageur 3		45 min
-----------------	--	---------------

Nageur 2 réussi	Mardi	19 h 35
	Vendredi	19 h
	Samedi	9 h 40
		11 h 25
	Dimanche	12 h 15
		9 h 20
	Dimanche	11 h 25

Nageur 4		45 min
-----------------	--	---------------

Nageur 3 réussi	Mardi	19 h 35
	Vendredi	19 h
	Samedi	11 h 05
		12 h 15
	Dimanche	10 h 15
		11 h 25

Nageur 5		45 min
-----------------	--	---------------

Nageur 4 réussi	Mardi	19 h 35
	Vendredi	19 h
	Samedi	12 h 15
	Dimanche	11 h 25

Nageur 6		45 min
-----------------	--	---------------

Nageur 5 réussi	Mardi	19 h 35
	Vendredi	19 h
	Samedi	12 h 15
	Dimanche	11 h 25

Jeune sauveteur initié		60 min
-------------------------------	--	---------------

Nageur 6 réussi	Mercredi	18 h 25
	Samedi	13 h 10

Jeune sauveteur averti		60 min
-------------------------------	--	---------------

JS initié réussi	Mercredi	18 h 25
	Dimanche	11 h 10

Jeune sauveteur expert		60 min
-------------------------------	--	---------------

JS averti réussi	Mercredi	18 h 25
	Dimanche	11 h 10

Étoile de bronze		60 min
-------------------------	--	---------------

JS expert réussi	Samedi	13 h 10
------------------	--------	---------

Évaluation des habiletés		
---------------------------------	--	--

Présentez-vous à un bain libre familial ou aux évaluations des 15 et 16 août, de 14 h 30 à 16 h 30, à la piscine de la Voie maritime. **Aucun remboursement en cas d'inscription au mauvais niveau.**

Cours adaptés		
----------------------	--	--

Votre enfant a des besoins particuliers? Communiquez avec nous pour différentes options : aquatique@saint-lambert.ca.

Activités aquatiques

Cours de natation pour adultes et adolescents

Début : mardi 8 septembre (10 semaines)

Natation pour adultes

Cours	Jour	Heure	Coût
Débutant	Mercredi	19 h 30 à 20 h 30	110 \$
Intermédiaire*	Mardi	8 h 30 à 9 h 30	110 \$
Intermédiaire*	Mercredi	19 h 30 à 20 h 30	110 \$
Avancé*	Mercredi	19 h 30 à 20 h 30	110 \$

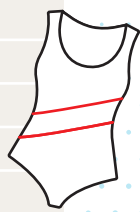
* La personne doit pouvoir nager deux longueurs seule.

Natation pour adolescents de 12 à 16 ans

Cours	Jour	Heure	Coût
Style de nage*	Mardi	19 h 35	110 \$
	Samedi	13 h 10	110 \$

* Pour les adolescents qui désirent acquérir les techniques de nage nécessaires pour accéder aux niveaux bronze ou qui désirent simplement nager pour le plaisir.

Mise en forme aquatique Début : mardi 8 septembre (14 semaines)

Cours (55 min.)	Jour	Heure	Fréquence	Coût
AquaJogging Partie profonde, sans saut	Lundi	19 h 30	1 cours	140 \$
	Mardi	9 h 30	2 cours	239 \$
		14 h 30	3 cours	322 \$
	Jeudi	9 h 30	4 cours	384 \$
AquaForme Partie peu profonde (niveau d'intensité plus élevé)	Lundi	9 h 30		
		19 h 30		
AquaPalmes 	Mardi	9 h 30		
		8 h 30		
AquaPilates Partie peu profonde	Jeudi	14 h 30		
AquaSanté 50 + Partie peu profonde	Lundi	8 h 30		
	Mardi	13 h 30		
	Jeudi	8 h 30		
		13 h 30		
	Vendredi	8 h 30		

Activités aquatiques

Formation en sauvetage

Début : mardi 8 septembre

Cours de formation sauveteur

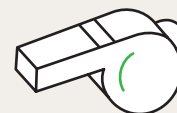
Cours	Jour	Heure	Coût
Médaille de bronze (8 semaines) <i>Préalables : Étoile de bronze ou Jeune sauveteur expert réussi et avoir 13 ans et plus. Évaluation des styles de nage au premier cours. Si le candidat ne répond pas aux standards, il ne pourra pas participer.</i>	Dimanche	17 h 15 à 20 h 15	309 \$
Croix de bronze (8 semaines)* <i>Préalables : Médaille de bronze réussi.</i>	Samedi	19 h à 22 h	224 \$
Premiers soins général <i>Préalables : Premiers soins général et Croix de bronze réussis, avoir 15 ans à l'examen.</i>	5 et 6 septembre	8 h 30 à 17 h 30	163 \$
Sauveteur national (11 semaines)* <i>Le participant doit être présent au moins 36 h/40 h.</i>	Samedi	18 h à 22 h	335 \$

* Congé le 31 octobre

Moniteur en natation et en sauvetage

Présence 100 % obligatoire

Cours	Jour	Heure	Coût
Cours en classe et en piscine (10 semaines) <i>Préalables : Croix de bronze réussi et avoir 15 ans avant la fin du cours. Évaluation des styles de nage au premier cours. Si le candidat ne répond pas aux standards, il ne pourra pas participer.</i>	Dimanche	17 h 30 à 21 h 30	302 \$
Stages obligatoires (4 semaines)	Horaire à déterminer lors du premier cours	Fin de semaine (en avant-midi) et le mercredi soir	



 Le gouvernement n'ayant pas confirmé le renouvellement du programme d'aide financière pour la gratuité des formations de surveillants-sauveteurs, les cours sont de nouveau payants pour le moment. Advenant la reconduction de la subvention, les participants seront remboursés.



Activités récréatives

Adolescents, adultes et aînés

Conditionnement physique - Début : mardi 8 septembre (14 semaines)

Activité	Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût
Abdos stretching	16+	Jeudi	10 h à 11 h	CDL	148 \$
Abdos-fesses-cuisses	16+	Lundi	18 h à 19 h	CDL	126 \$
Abdos-fesses-cuisses	16+	Mercredi	18 h à 19 h	CDL	126 \$
Art du Chi - débutant	16+	Mercredi	10 h à 11 h 30	CDL	198 \$
Bootcamp	16+	Mardi	19 h 30 à 20 h 30	CDL	109 \$
Entraînement et Tonification	16+	Lundi	9 h à 10 h	CDL	126 \$
Entraînement et Tonification	16+	Mercredi	10 h 30 à 11 h 30	CDL	126 \$
Essentrics	16+	Lundi	9 h 15 à 10 h 15	CDL	214 \$
Essentrics	16+	Mercredi	9 h 30 à 10 h 30	CDL	214 \$
Essentrics en douceur	16+	Lundi	10 h 25 à 11 h 25	CDL	214 \$
Essentrics en douceur	16+	Mercredi	10 h 45 à 11 h 45	CDL	214 \$
Kick-boxing cardio	16+	Lundi	18 h à 19 h	CDL	128 \$
Mise en forme et Volleyball	16+	Lundi ¹	18 h 30 à 19 h 45	CDL	94 \$
Mise en forme et Volleyball	16+	Mercredi	18 h 30 à 19 h 45	CDL	110 \$
Pilates x cardio HIIT	16+	Lundi	19 h à 20 h	CDL	112 \$
Pilates x cardio HIIT	16+	Mercredi	19 h à 20 h	CDL	112 \$
Pilates x renforcement - débutant	16+	Mardi	11 h à 12 h	CDL	112 \$
Pilates, yoga et méditation	16+	Jeudi	9 h à 10 h	CDL	134 \$
PIYo	16+	Jeudi	12 h à 13 h	CDL	109 \$
Renforcement musculaire	16+	Mercredi	18 h 30 à 19 h 30	CDL	162 \$
Respiration et méditation (<i>breathworks</i>) 	16+	Vendredi	8 h à 8 h 45	CDL	161 \$
Retraités en forme - en douceur	50+	Mercredi	9 h à 10 h	CDL	126 \$
Retraités en forme	50+	Mercredi	10 h 15 à 11 h 15	CDL	126 \$
Retraités en forme	50+	Lundi ¹	10 h 15 à 11 h 15	CDL	108 \$
Retraités en forme	50+	Vendredi	10 h 15 à 11 h 15	CDL	126 \$
Step, cardio et musculation	16+	Jeudi	19 h à 20 h	CDL	96 \$
Stretching	16+	Lundi	11 h 35 à 12 h 35	CDL	162 \$
Stretching	16+	Vendredi	11 h à 12 h	CDL	162 \$
Viniyoga	16+	Mercredi	19 h 30 à 21 h	CDL	191 \$
X-fit	16+	Jeudi	20 h à 21 h	CDL	126 \$
Yoga Flow matinal	16+	Vendredi	9 h à 10 h 15	CDL	225 \$
Yoga Hatha - débutant	16+	Mardi	19 h à 21 h	CDL	224 \$
Yoga stretch abdos	16+	Mercredi	20 h 05 à 21 h 05	CDL	183 \$
Yoga Sunrise Flow	16+	Mardi	7 h 30 à 8 h 30	CDL	225 \$
Yoga Yin et Nidra restaurateur	16+	Vendredi	10 h 30 à 11 h 30	CDL	215 \$
Yoga Vinyasa Extase	16+	Lundi	12 h à 13 h	CDL	215 \$
Yoga Vinyasa Extase	16+	Mercredi	12 h à 13 h	CDL	215 \$
Yoga Vinyasa Extase	16+	Mercredi	18 h à 19 h	CDL	215 \$
Yoga Vinyasa Extase intermédiaire	16+	Vendredi	12 h à 13 h	CDL	215 \$
Zumba	16+	Mardi	18 h 20 à 19 h 20	CDL	162 \$
Zumba	16+	Jeudi	18 h à 19 h	CDL	162 \$
Zumba gold	50+	Jeudi	11 h 30 à 12 h 30	CDL	162 \$

¹ Le cours sera d'une durée de 12 semaines (annulé le 28 septembre et le 5 octobre) en raison des élections provinciales.

Ateliers de yoga

Début : dates variables

Activité	Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût
Yoga Vinyasa (classe de maître) 1	16+	15 septembre	18 h 15 à 19 h 45	CDL	25 \$
Yoga Vinyasa (classe de maître) 2	16+	13 octobre	18 h 15 à 19 h 45	CDL	25 \$
Yoga Vinyasa (classe de maître) 3	16+	10 novembre	18 h 15 à 19 h 45	CDL	25 \$
Yoga Vinyasa (classe de maître) 4	16+	15 décembre	18 h 15 à 19 h 45	CDL	25 \$

Sports d'équipe

Début : mardi 8 septembre (14 semaines)

Activité	Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût
Badminton libre	18+	Lundi ¹	20 h à 22 h	CDL	85 \$
Badminton libre	18+	Jeudi	19 h à 21 h	École Rabeau	108 \$
Badminton libre (Dames) 50+	50+	Mardi et vendredi	13 h 30 à 14 h 30	CDL	54 \$
Badminton libre (Mixte) 50+	50+	Lundi ¹ et jeudi	13 h 45 à 15 h 45	CDL	93 \$
Basketball libre (13 semaines)	18+	Jeudi	21 h à 23 h	Collège Champlain	107 \$
Pickleball débutant ²	18+	Mardi	19 h à 21 h	École Rabeau	81 \$
Pickleball débutant ²	18+	Mercredi	20 h 15 à 21 h 45	CDL	81 \$
Pickleball débutant ²	18+	Jeudi	8 h 30 à 10 h	CDL	81 \$
Pickleball intermédiaire	18+	Lundi ¹	11 h 30 à 13 h 30	CDL	46 \$
Pickleball intermédiaire	18+	Mardi	8 h à 9 h 30	CDL	40 \$
Pickleball intermédiaire	18+	Mardi	20 h 15 à 22 h 15	CDL	54 \$
Pickleball intermédiaire	18+	Mercredi	13 h 30 à 15 h 30	CDL	54 \$
Pickleball intermédiaire	18+	Mercredi	19 h à 21 h	École Rabeau	54 \$
Pickleball intermédiaire	18+	Jeudi	10 h 15 à 12 h 15	CDL	54 \$
Pickleball intermédiaire	18+	Jeudi	20 h 15 à 22 h 15	CDL	54 \$
Pickleball intermédiaire	18+	Vendredi	8 h à 10 h	CDL	54 \$
Pickleball intermédiaire	18+	Vendredi	11 h 30 à 13 h	CDL	40 \$
Pickleball intermédiaire	18+	Vendredi	15 h à 17 h	CDL	54 \$
Pickleball avancé	18+	Lundi ¹	8 h à 10 h	CDL	54 \$
Pickleball avancé	18+	Vendredi	20 h 15 à 22 h 15	CDL	54 \$

¹ Le cours sera d'une durée de 12 semaines (annulé le 28 septembre et le 5 octobre) en raison des élections provinciales.

² Un entraîneur sera présent lors des trois premiers cours pour vous apprendre les règles.

 En raison de la forte popularité du pickleball, nous vous demandons de vous inscrire à un maximum de deux plages horaires.



Langue

Début : mardi 8 septembre (10 semaines)

Activité		Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût
Espagnol Achat d'un manuel à prévoir	Niveau 1	16+	Mercredi	14 h à 16 h	CDL	151 \$
	Niveau 2	16+	Mardi	14 h à 16 h	CDL	151 \$
		16+	Mardi	19 h à 21 h	CDL	151 \$
	Conversation 1 *	16+	Mercredi	19 h à 21 h	CDL	151 \$

* Préalable : Avoir suivi 60 heures de cours.

Danse

Début : mardi 8 septembre (14 semaines)

Activité	Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût
Danse en ligne débutant	18+	Mercredi	18 h 20 à 19 h 20	CDL	92 \$
Danse en ligne intermédiaire	18+	Mercredi	19 h 30 à 20 h 30	CDL	92 \$
Danse country 	16+	Mardi	19 h à 20 h	CDL	162 \$

Activités récréatives

Enfants et famille

Parent-bébé

Début : mardi 8 septembre (14 semaines)

Activité	Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût
Cardio Latino : parent-bébé	16+	Jeudi	11 h à 12 h	CDL	140 \$
Massage pour bébé (2 à 6 mois) 	16+	Lundi	10 h à 11 h 30	CDL	138 \$
Début : 9 novembre (5 semaines)					
Massage pour bébé - spécial papa 	16+	21 septembre	10 h à 11 h 30	CDL	28 \$
(2 à 6 mois)					
Yoga parent-bébé (0-12 mois)	16+	Lundi	10 h 45 à 11 h 45	CDL	215 \$
Yoga prénatal	16+	Jeudi	12 h à 13 h	CDL	215 \$



Jeunesse

Début : mardi 8 septembre (14 semaines)

Sportball multisports parent-enfant	2 à 3½	Dimanche	10 h à 10 h 45	CDL	273 \$
Sportball multisports entraîneur-enfant	3½ à 5	Dimanche	11 h à 12 h	CDL	279 \$
Basketball	7 à 10	Vendredi	18 h à 19 h	CDL	126 \$
Basketball	11 à 13	Vendredi	19 h à 20 h	CDL	126 \$
Yoga aventure-enfant 	5 à 9	Samedi	9 h à 9 h 45	CDL	132 \$

Karibou (habiletés motrices)

Début : mardi 8 septembre (10 semaines)

Activité	Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût
Oursons mignons	2-2½	Samedi	8 h 30 à 9 h 15	CDL	75 \$
P'tits loups filous	2½-3	Samedi	9 h 30 à 10 h 15	CDL	75 \$
Renards débrouillards	3-4	Samedi	10 h 30 à 11 h 15	CDL	75 \$
Aigles agiles	4-5	Samedi	11 h 30 à 12 h 15	CDL	75 \$
Poussins coquins	12-16 mois	Dimanche	9 h à 9 h 45	CDL	75 \$
Lapins taquins	16-20 mois	Dimanche	10 h à 10 h 45	CDL	75 \$
Ratons fripons	20-24 mois	Dimanche	11 h à 11 h 45	CDL	75 \$





Activités extérieures

Pour tous

Pickleball libre

Horaire	Jour	Heure	Inscriptions et réservations
Automne (fin août à mi-novembre)	Lundi	13 h à 17 h et 20 h à 21 h	Parc Prévile : un abonnement est requis. Quatre terrains de pickleball extérieurs sont disponibles gratuitement pour les résidents durant des plages horaires définies. Une inscription est requise pour avoir accès à la réservation des différentes plages horaires. L'inscription est gratuite et réservée aux résidents seulement. Les inscriptions se font en ligne via le module d'inscription (voir le lien sur la page d'accueil du saint-lambert.ca). Une carte citoyen est requise. Dans un délai de 48 heures, vous recevrez un courriel de confirmation contenant les informations qui vous permettront d'effectuer vos réservations via le site ballejaune.com.
	Jeudi	13 h à 21 h	
	Samedi	15 h à 18 h	
	Dimanche	18 h à 21 h	



Programme d'aide et d'accompagnement

Accès Saint-Lambert

La Ville de Saint-Lambert offre aux familles à faible revenu le programme Accès Saint-Lambert. Ce programme couvre l'ensemble des frais d'inscription jusqu'à concurrence de 500 \$ par année par enfant. Il s'applique à toutes les activités récréatives, sportives et culturelles offertes dans sa programmation Loisirs à la carte ainsi qu'à ses camps de jour. Pour connaître les critères d'admissibilité et pour remplir le formulaire : saint-lambert.ca/acces-loisirs.

Carte d'accompagnement loisir (CAL)

Sur présentation de la Carte d'accompagnement loisir (CAL), la personne qui a un handicap moteur, visuel, auditif ou intellectuel paie le montant de son entrée et la gratuité est accordée à son accompagnateur. Pour vous procurer la CAL, rendez-vous au carteloisir.ca/demander-votre-cal/formulaire-de-demande/.



Centre de loisirs

Services 2026



Aréna Eric-Sharp Ouverture le mardi 8 septembre

Jour	Heure	Renseignements
Mardi	15 h à 16 h (patinage libre - adultes)	Pour les résidents seulement (gratuit).
	16 h à 16 h 50 (patinage libre - tous)	
Jeudi	15 h à 15 h 50 (patinage libre - tous)	
	16 h à 16 h 50 (hockey libre - tous*)	
Samedi	12 h 30 à 13 h 50 (tous)	
Dimanche	15 h à 15 h 50 (tous)	

* Casque, gants, protection faciale complète et protège-cou obligatoires.

Centre de conditionnement physique

Renseignements :

Total Home Training (THT)®

450 465-1426

totalhometraining.com/fr/saint-lambert-gym



Piscine intérieure Émilie-Heymans Ouverture le mardi 8 septembre

! Attention! Nouvel horaire en vigueur!

Activité	Jour	Heure	Public	Coût résidents	
Bains matinaux (18+)	Lundi au vendredi	5 h 30 à 6 h 45 [†]		1 entrée	12 mois*
Bains adultes (18+)	Lundi	12 h à 13 h 25	Enfant	3 \$	86 \$
	Mardi	12 h à 13 h 25	Adulte	5 \$	134 \$
		20 h 35 à 22 h	Aîné	5 \$	95 \$
	Mercredi	12 h à 13 h 25	Famille	----	161 \$
		20 h 35 à 22 h	Coût non-résidents		
	Jeudi	12 h à 13 h 25		1 entrée	12 mois*
	Vendredi	12 h à 13 h 25	Enfant	5 \$	165 \$
		21 h à 22 h	Adulte	8 \$	257 \$
Bains familiaux (Pour tous) Les enfants de moins de 8 ans doivent être accompagnés d'un adulte dans l'eau.	Lundi	15 h 30 à 16 h 25	Aîné	8 \$	183 \$
	Mardi	10 h 30 à 12 h	Famille	----	309 \$
		15 h 30 à 16 h 25	* L'accès aux bassins extérieurs est gratuit pendant la période estivale pour les résidents uniquement.		
	Mercredi	15 h 30 à 16 h 25			
	Jeudi	10 h 30 à 12 h			
	Vendredi	19 h 50 à 21 h			
	Samedi et dimanche	14 h 30 à 16 h 55			

Renseignements : 450 672-4444

[†] De 6 h 30 à 6 h 45, deux corridors de nage seulement.



Centre de loisirs

Services 2026

Fêtes d'enfants

Jour	Horaire	Participants	Durée	Coût*
Samedi et dimanche	Entre 13 h 30 et 16 h 45	12 enfants et moins	2 h	200 \$
Le forfait inclut : • Un animateur pour la durée du forfait • Le matériel et l'accès à un jeu gonflable • Une salle pour la dégustation du gâteau et pour la remise des cadeaux (gâteau et vaisselle non inclus)		12 enfants et moins	3 h	257 \$
		13 enfants et plus	3 h	320 \$
		Thématiques offertes (5 à 12 ans) : • L'atelier des artistes • Les petits scientifiques • L'esprit des sportifs • Enquêteurs en herbe (7+) • Les maîtres des briques • La fabrique de slime • La poké-fête!		
Renseignements : Réservation via le formulaire : saint-lambert.ca/familles loisirs@saint-lambert.ca 450 672-4444				



* Supplément de 50 % pour les non-résidents.

Cantine Septembre à mai

Jour	Horaire	Services
Samedi et dimanche	9 h à midi	Café, viennoiseries et collations (\$).

Réservation¹

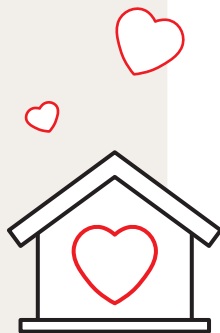
Salle/Plateau	Coût ²	Salle	Coût ²
Salle de conférence	34 \$/h	Cubicle de musique	15 \$/h
Salle multifonctionnelle	50 \$/ h	Gymnase	60 \$/h
Salle multisports	38 \$ ou 50 \$/h	Terrain de badminton / pickleball	27 \$/h
Salle multicommunautaire	29 \$/h		

Renseignements :
loisirs@saint-lambert.ca ou 450 672-4444

¹ Prévoir un délai de 72 heures ouvrables pour toute demande ou annulation.

² Les taxes sont en sus. Supplément de 50 % pour les non-résidents de Saint-Lambert.

Organismes accrédités de Saint-Lambert

Ass. de baseball de Saint-Lambert		absl.ca	Microsite des organismes
Ass. de hockey mineur de Saint-Lambert		ahmstlambert.com	Vous voulez en apprendre plus sur ces organismes? Visitez le organismes.saint-lambert.ca. Cette plateforme numérique regroupe à un seul et même endroit tous les organismes reconnus par la municipalité et leur offre de services : • Bottin des organismes • Actualités • Événements Que vous recherchiez un service, des nouvelles de votre organisme favori ou une activité à découvrir, ce microsite est l'endroit par excellence pour le faire!
Ass. de soccer de Saint-Lambert	450 648-1067	assl.ca	
Ass. des femmes diplômées des universités - Montérégie		afdumonteregie.org	
Ass. des femmes diplômées des universités - Rive-Sud		cfuwms.ca	
Bunker St-Lambert		bunkersla.org	
Centre d'art Préville	450 671-2810	centreprieveille.org	
Centre de bénévolat Rive-Sud	450 465-6130	benevolatrivesud.qc.ca	
Club de boulingrin de Saint-Lambert	450 923-6612	boulingrinsaintlambertbowls.ca	
Club de curling St-Lambert	450 672-6990	stlambertcurling.com	
Club de patinage artistique de Saint-Lambert		cpastlambert.ca	
Club des Lions de Saint-Lambert		e-clubhouse.org/sites/stlambertqc/index.php	
Club de Triathlon Rive-Sud		triathlonrivesud.com	
Lapraicycle Desjardins		lapraicycle.com	
Club de water-polo Les Tornades		waterpololestornades.com	
Club Richelieu		richelieusaintlambert.ca	
Conseil des aînés de Saint-Lambert	450 671-1757	ainesstlambertseniors.ca	
Conservatoire de musique de la Montérégie		leconservatoire.org	
Ensemble Telemann		ensembletelemann.ca	
Équipe de natation de Saint-Lambert		bluemachine.ca	
Espace Pivot		espacepivot.ca	
Fondation des amis de la bibliothèque		info@amisbibliosaintlambert.org	
Groupe Scout St. Barnabas Scout Group		stbarnabas.scouts@gmail.com	
Karaté Sensei William		williambastien@videotron.ca	
La Mère à Boire	514 418-2288	info@lamereaboire.org	
La Mosaïque	450 465-1803	lamosaïque.org	
La Traversée (Rive-Sud)		latraversee.qc.ca	
L'Entreclefs		contact@lentrecléfs.net	
Les Impatients		impatients.ca	
Les paniers de Laura		lespaniersdelaura.org	
Les Productions Danielle Leduc		daniellebrassardleduc@gmail.com	
Ligue de balle-molle 40+	450 923-2705	christianviaud@hotmail.com	
Ma Deuxième Maison à moi	450 671-5344	madeuxiememaison.org	
Maison des Arts Rive-Sud	450 671-3258	maisondesartsrivesud.org	
Maison Internationale de la Rive-Sud	450 445-8777	info@mirs.qc.ca	
Orchestre à vents Péri-Phonique		orchestre-ovp.org	
Photo club Arémac		aremac.ca	
Réseau écocitoyen de Saint-Lambert		reseauecocitoyen.org	
Société canadienne de la sclérose en plaques - Montérégie		spscanada.ca/monteregie	
Société chorale de Saint-Lambert		choralesaintlambert.com	
Société d'histoire Mouillepiéd	450 465-4242	histoiresaintlambert.org	
Société d'horticulture de Saint-Lambert		hortistlambert.wixsite.com/accueil	
Studio Danse C	514 898-2998	studiodansec.ca	
Taekwondo Saint-Lambert		taekwondostlambert1@gmail.com	