

Programme | Été 2026

Loisirs à la carte



saint-lambert.ca



Inscription en ligne
Résidents : mardi 2 juin
Non-résidents : mardi 9 juin

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 avez déjà une 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 2 juin, 13 h

Non-résidents :

À compter du mardi 9 juin, 9 h

2 En personne (places restantes)
Résidents :

À compter du jeudi 4 juin, 8 h 30

Non-résidents :

À compter du mardi 9 juin, 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 **20 juillet** pour les autres cours et activités. Aucune inscription ne sera acceptée après ces dates. À partir du **25 juin**, 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

Cours de soir - Début : Semaine du 29 juin (5 semaines)

Cours	Jour	Heure	Lieu	Coût
Préscolaire 1 3-5 ans Sans parent, avec ceinture	Lundi et mercredi	17 h 45	Voie maritime	100 \$
Préscolaire 2 3-5 ans Transition sans la ceinture	Lundi et mercredi	17 h 45	Voie maritime	100 \$
Préscolaire 3 3-5 ans Sans ceinture	Lundi et mercredi	18 h 15	Voie maritime	100 \$
Nageur 1 5+ et aucun cours suivi précédemment	Lundi et mercredi	18 h 15	Voie maritime	100 \$
	Mardi et jeudi	17 h 45	Voie maritime	100 \$
Nageur 2 Nageur 1 réussi	Lundi et mercredi	18 h 45	Voie maritime	100 \$
	Mardi et jeudi	18 h 15	Voie maritime	100 \$
Nageur 3 Nageur 2 réussi	Lundi et mercredi	18 h 45	Voie maritime	105 \$
	Mardi et jeudi	18 h 45	Voie maritime	105 \$
Nageur 4 Nageur 3 réussi	Lundi et mercredi	18 h 45	Voie maritime	105 \$
	Mardi et jeudi	18 h 45	Voie maritime	105 \$

Cours de fin de semaine - 4 juillet au 2 août (5 semaines)

Cours	Jour	Heure	Lieu	Coût
Parent-enfant 3 24-36 mois , avec parent	Samedi et dimanche	9 h	Voie maritime	100 \$
Préscolaire 1 3-5 ans Sans parent, avec ceinture	Samedi et dimanche	9 h	Voie maritime	100 \$
Préscolaire 2 3-5 ans Transition sans la ceinture	Samedi et dimanche	9 h 30	Voie maritime	100 \$
Préscolaire 3 3-5 ans Sans ceinture	Samedi et dimanche	9 h 30	Voie maritime	100 \$
Nageur 1 5+ et aucun cours suivi précédemment	Samedi et dimanche	10 h	Voie maritime	100 \$
Nageur 2 Nageur 1 réussi	Samedi et dimanche	10 h	Voie maritime	100 \$
Nageur 3 Nageur 2 réussi	Samedi et dimanche	9 h	Voie maritime	105 \$
Nageur 4 Nageur 3 réussi	Samedi et dimanche	9 h	Voie maritime	105 \$
Nageur 5 Nageur 4 réussi	Samedi et dimanche	9 h 45	Voie maritime	105 \$
Nageur 6 Nageur 5 réussi	Samedi et dimanche	9 h 45	Voie maritime	105 \$

Activités aquatiques

Cours de natation pour adultes et formation en sauvetage



Cours de natation pour adultes de soir - Début : Semaine du 29 juin (5 semaines)

Cours	Jour	Heure	Lieu	Coût
Débutant	Mardi et jeudi	17 h 30 à 18 h 30	Voie maritime	110 \$
Intermédiaire/avancé*	Mardi et jeudi	18 h 30 à 19 h 30	Voie maritime	110 \$

* La personne doit pouvoir nager deux longueurs seule.

Mise en forme aquatique - Début : Semaine du 29 juin (8 semaines)

Cours (55 min.)	Jour	Heure	Lieu	Fréquence	Coût
Aquaforme Partie peu profonde	Lundi, mardi, mercredi ou vendredi	10 h à 10 h 55	Alexandra	1 cours	80 \$
				2 cours	137 \$
				3 cours	184 \$
Aquapilates	Jeudi	9 h à 9 h 55	Alexandra		
Aquajogging (partie profonde, sans saut)	Lundi, mercredi ou vendredi	10 h à 10 h 55	Alexandra		

Cours de formation sauveteur - Intensif, du lundi au vendredi

Cours	Jour	Heure	Lieu	Coût
Médaille de bronze Préalables : Étoile de bronze ou Jeune sauveteur expert réussi ou 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.	30 juin au 10 juillet	9 h à 11 h 30	Alexandra	309 \$
Croix de bronze Préalables : Médaille de bronze réussi.	13 au 22 juillet	8 h 30 à 12 h	Alexandra	224 \$
Premiers soins général	23 et 26 juillet	8 h 30 à 17 h 30	Centre de loisirs	163 \$
Sauveteur national Préalables : Premiers soins général et Croix de bronze réussis, avoir 15 ans à l'examen. Le participant doit être présent au moins 36 h/40 h.	27 juillet au 7 août	8 h à 12 h 30	Alexandra	335 \$



Activités aquatiques

Bains libres





Piscines extérieures

Horaire et coût		Voie maritime 430, rue Riverside (450 923-6604)	Alexandra 265, rue Régent (450 923-6579)
Horaire <i>En cas de mauvaise température, la Ville se réserve le droit de fermer les plans d'eau.</i>	Présaison	Du 5 au 19 juin Bains libres pour tous Tous les jours : 11 h à 20 h	---
	Saison régulière	Du 20 juin au 23 août Bains matinaux Lundi au vendredi : 6 h 30 à 7 h 30 (Début 22 juin) Bains libres pour tous Tous les jours : 11 h à 20 h (fermeture à 19 h à compter du 3 août)	Du 27 juin au 23 août Bains libres pour tous Tous les jours : 11 h à 20 h (fermeture à 19 h à compter du 3 août)
	Prolongation	À compter du 24 août si la météo et la disponibilité du personnel le permettent. L'horaire des bains sera rendu disponible à ce moment.	
	Coût	Coût résidents : Gratuit (preuve de résidence exigée) Coût non résidents : Adulte 8 \$ et enfants 5 \$	

 Les enfants de moins de 8 ans doivent être accompagnés d'une personne responsable de 16 ans et plus. 

Pataugeoires

Horaire et coût		Voie maritime 430, rue Riverside (450 923-6604) Lespérance 365, rue Lespérance	Alexandra 265, rue Régent (450 923-6579)
Saison régulière <i>En cas de mauvaise température, la Ville se réserve le droit de fermer les plans d'eau.</i>	Du 20 juin au 23 août	Du 27 juin au 23 août	
Coût	L'accès aux pataugeoires est gratuit.		

 Les pataugeoires sont réservées aux enfants de moins de 7 ans. Ils doivent être accompagnés d'une personne responsable de 16 ans et plus. 

Activités récréatives

Adolescents, adultes et aînés

Conditionnement physique - Début : Semaine du 29 juin (8 semaines)

Activité	Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût
Abdos, fesses, cuisses ¹	16+	Lundi	18 h 30 à 19 h 30	Parc Lespérance	74 \$
Cardio Mix ¹	16+	Jeudi	18 h à 19 h	Parc de la Voie maritime	81 \$
Entraînement et tonification ²	16+	Lundi	10 h à 11 h	Parc Lespérance	74 \$
Entraînement et tonification ²⁻³	16+	Mercredi	10 h 30 à 11 h 30	Parc Lespérance	74 \$
Entraînement fonctionnel	16+	Mardi	18 h à 19 h	Centre de loisirs	81 \$
Entraînement pour parents et bébés (avec poussette) ²	16+	Jeudi	10 h 30 à 11 h 30	Parc Lespérance	79 \$
Pilates & Cardio flow ¹	16+	Lundi	19 h à 20 h	Parc Lespérance	81 \$
Pilates & Cardio flow ¹⁻³	16+	Mercredi	19 h 30 à 20 h 30	Parc Préville	81 \$
Pilates & renforcement (débutants/aînés) ²	50+	Mardi	11 h 30 à 12 h 30	Parc Lespérance	81 \$
Retraités en forme - sans saut	50+	Mardi	18 h 30 à 19 h 30	Centre de loisirs	74 \$
Retraités en forme - sans saut ²⁻³	50+	Mercredi	10 h 30 à 11 h 30	Parc Lespérance	74 \$
Retraités en forme - sans saut ²	50+	Jeudi	10 h 30 à 11 h 30	Parc Lespérance	74 \$
Stretching en plein air ²	16+	Mardi	10 h à 11 h	Parc de la Voie maritime	93 \$
Stretching en plein air ²	16+	Mardi	11 h à 12 h	Parc de la Voie maritime	93 \$
Renforcement musculaire ³	16+	Mercredi	17 h 30 à 18 h 30	Centre de loisirs	93 \$
Yoga Vinyasa Extase ²	16+	Lundi	12 h à 13 h	Parc Lespérance	123 \$
Yoga Vinyasa Extase	16+	Mercredi	18 h à 19 h	Centre de loisirs	123 \$
Yoga Yin et Nidra restaurateur	16+	Mercredi	19 h 15 à 20 h 15	Centre de loisirs	123 \$
Zumba gold ²	50+	Jeudi	11 h 30 à 12 h 30	Parc de la Voie maritime	93 \$

¹ En cas de pluie, l'activité se déroulera au Centre de loisirs. Les personnes participantes seront informées par courriel avant la tenue de l'activité.

² En cas de pluie, l'activité est annulée. Les personnes participantes seront informées par courriel avant la tenue de l'activité.

³ L'activité est annulée le 1^{er} juillet, reprise le 26 août.

Activités en plein air - Début : Semaine du 6 juillet (6 semaines) - Aucune inscription requise

Activité	Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût
Zumba	16+	Mardi	19 h à 20 h	Parc du Village*	Gratuit
Danse country	16+	Mercredi	19 h à 20 h	Parc du Village*	Gratuit
Tango	16+	Vendredi	19 h à 21 h	Parc du Village**	Gratuit

* En cas de pluie, les activités seront déplacées au Centre de loisirs.

** En cas de pluie, l'activité est déplacée au Centre multifonctionnel (81, rue Hooper).

Activités extérieures

Pour tous

Cours de tennis - Abonnement aux terrains de tennis requis (cours adultes seulement)

Activité	Âge	Jour	Heure	Lieu	Coût
Juniors (Du 9 au 30 mai) Aucun équipement requis * Présence d'un parent obligatoire	3-5*	Samedi	9 h 15 à 10 h	Parc Alexandra	61 \$
	6-8	Samedi	10 h à 11 h		
	9-14	Samedi	11 h à 12 h		
Adultes (Du 11 mai au 1 ^{er} juin)	15+	Lundi	18 h à 19 h 30	Parc Alexandra	89 \$
	15+	Lundi	19 h 30 à 21 h		
	15+	Lundi	21 h à 22 h 30		
Adultes (Du 29 juin au 20 juillet)	15+	Lundi	18 h à 19 h 30	Parc Alexandra	89 \$
	15+	Lundi	19 h 30 à 21 h		
	15+	Lundi	21 h à 22 h 30		
Ligue adulte (Du 26 mai au 18 août)	15+	Mardi	Entre 19 h et 22 h	Parc Alexandra	139 \$
Ligue junior intercity (Du 29 juin au 21 août)	9-18	Lundi au jeudi	Entre 12 h et 16 h	Parc Alexandra	330 \$
Tennis en folie (Du 24 au 27 août) N	8-12 ans	Lundi au jeudi	9 h à 12 h	Parc Alexandra	165 \$

N : Nouveau



En cas de pluie, les cours seront reportés à la fin de la session.
Inscription et information : tennis40-0.com.



Tennis libre

Abonnement	Coût	Carte d'accès et réservations
Saison	142 \$	Parcs Alexandra et Prévile : un abonnement est requis.
Demi-saison (à compter du 1 ^{er} août)	85 \$	Les abonnements sont en vente en personne au centre de loisirs (600, avenue Oak) ou en ligne via le module d'inscription (voir le lien sur la page d'accueil du saint-lambert.ca). Une carte citoyen est requise.
Remplacement d'une carte	30 \$	Notez que les abonnements sont réservés aux résidents uniquement. Le nombre d'abonnements vendus n'est pas limité. Les nouveaux usagers qui n'ont pas déjà leur carte d'accès pourront l'obtenir en se présentant au centre de loisirs 48 heures ouvrables après s'être procuré leur abonnement en ligne. Une fois les terrains ouverts, il sera obligatoire de réserver votre place sur le site de réservation en ligne Balle Jaune : ballejaune.com/club/villesaint-lambert

Pickleball libre

Horaire	Jour	Heure	Inscriptions et réservations
Printemps (15 avril au 21 juin)	Lundi	13 h à 17 h et 20 h à 21 h	Parc Prévile : un abonnement est requis.
	Jeudi	13 h à 21 h	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.
	Samedi	15 h à 18 h	
	Dimanche	18 h à 21 h	
Été (22 juin au 23 août)	Lundi	13 h à 17 h et 20 h à 21 h	L'inscription est gratuite et réservée aux résidents seulement.
	Mercredi	20 h à 21 h	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.
	Jeudi	13 h à 21 h	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 .
	Samedi	15 h à 18 h	
	Dimanche	18 h à 21 h	

Centre de loisirs

Services 2026



Centre de conditionnement physique

Renseignements :

Total Home Training (THT) Specialist
450 465-1426
totalhometraining.com/fr/st-lambert-gym

Piscine intérieure Émilie-Heymans - Bains libres Fermeture le 19 juin pour l'été



Activité	Jour	Heure	Public	Coût résidents	
Bains matinaux (18+)	Lundi au vendredi	5 h 30 à 6 h 45 ¹		1 entrée	12 mois*
Bains adultes (18+)	Lundi	12 h à 13 h 10	Enfant	3 \$	86 \$
	Mardi	12 h à 13 h 10	Adulte	5 \$	134 \$
		20 h à 21 h 25	Aîné	5 \$	95 \$
	Mercredi	12 h à 13 h 25	Famille	----	161 \$
		20 h 35 à 21 h 25	Coût non-résidents		
	Jeudi	12 h à 13 h 10		1 entrée	12 mois*
	Vendredi	11 h 30 à 13 h 40	Enfant	5 \$	165 \$
		20 h 30 à 21 h 25	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 15 à 16 h 25	Aîné	8 \$	183 \$
	Mardi	10 h 45 à 12 h	Famille	----	309 \$
		15 h 15 à 16 h 55	* L'accès aux bassins extérieurs est gratuit pendant la période estivale pour les résidents uniquement.		
	Mercredi	19 h 40 à 20 h 35			
	Jeudi	10 h 45 à 12 h			
		15 h 15 à 16 h 55			
	Vendredi	19 h 35 à 20 h 30			
Samedi et dimanche	14 h 30 à 16 h 55				

Renseignements : 450 672-4444

¹ De 6 h 30 à 6 h 45. deux corridors de nage seulement.

Cantine Ferme jusqu'en septembre

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	Cubicule 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.



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/.



LAISSEZ-PASSER LOISIR
POUR MON ACCOMPAGNATEUR

Organismes accrédités de Saint-Lambert

		absl.ca	Microsite des organismes
Ass. de baseball de Saint-Lambert		absl.ca	<p>Vous voulez en apprendre plus sur ces organismes? Visitez le organismes.saint-lambert.ca.</p> <p>Cette plateforme numérique regroupe à un seul et même endroit tous les organismes reconnus par la municipalité et leur offre de services :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bottin des organismes • Actualités • Événements <p>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!</p>
Ass. de hockey mineur de Saint-Lambert		ahmstlambert.com	
Ass. de soccer de Saint-Lambert	450 648-1067	assl.ca	
Ass. des femmes diplômées des universités - Montérégie		afdumonteregie.org	
Bunker St-Lambert		bunkersla.org	
Centre d'art Prévile	450 671-2810	centrepville.org	
Centre de bénévolat Rive-Sud	450 465-6130	benevolatrivesud.qc.ca	
Chorale des enfants de la Rive-Sud		cers-sscc.org	
Club de bowling 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	
Club de vélo sur route, 7 à 16 ans, Lapraicycle		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		reseauécocitoyen.org	
Société chorale de Saint-Lambert		choralesaintlambert.com	
Société d'histoire Mouillepie	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	

