BOUGER

PROGRAMMATION HIVER 2027

BOUGER

arlph Laurentides



Sommaire

03 LA CLASSIQUE HIVERNALE

04 LE CHALLENGE

05 ACTIVITÉS PARTENAIRES

06 JOURNÉES D'ESSAI

07 NOS ACTIVITÉS SPORTIVES

12 RENCONTRE D'INFORMATIONS

13 PASSE SPORT

14 ACTIVITÉS CAL

15 NOUVEAUX PARTENAIRES CAL

16 RÉPERTOIRE DES ADRESSES



MODALITÉS D'INSCRIPTION

- L'ARLPHL se réserve le droit d'annuler ou de modifier toutes les activités lorsque le nombre de personnes participantes n'atteint pas un minimum requis ou pour toutes autres raisons hors de son contrôle.
- L'inscription devra être faite en ligne ou par téléphone. Nous acceptons les paiements suivants : virement Interac, carte de crédit, chèque ou argent comptant.

ABRÉVIATIONS UTILISÉES

- **DI :** Déficience intellectuelle
- **DP :** Déficience physique
- **DV :** Déficience visuelle
- **TSA :** Trouble du spectre de l'autisme

PICTOGRAMMES

Ces **deux pictogrammes** vous indiquent que le mot pointé est un lien cliquable.

Inscription

Hockey adapté

Classique hivernale

Dimanche 21 février

Pour l'équipe : 12 h à 15 h
Pour le public : 13 h à 15 h
GRATUIT

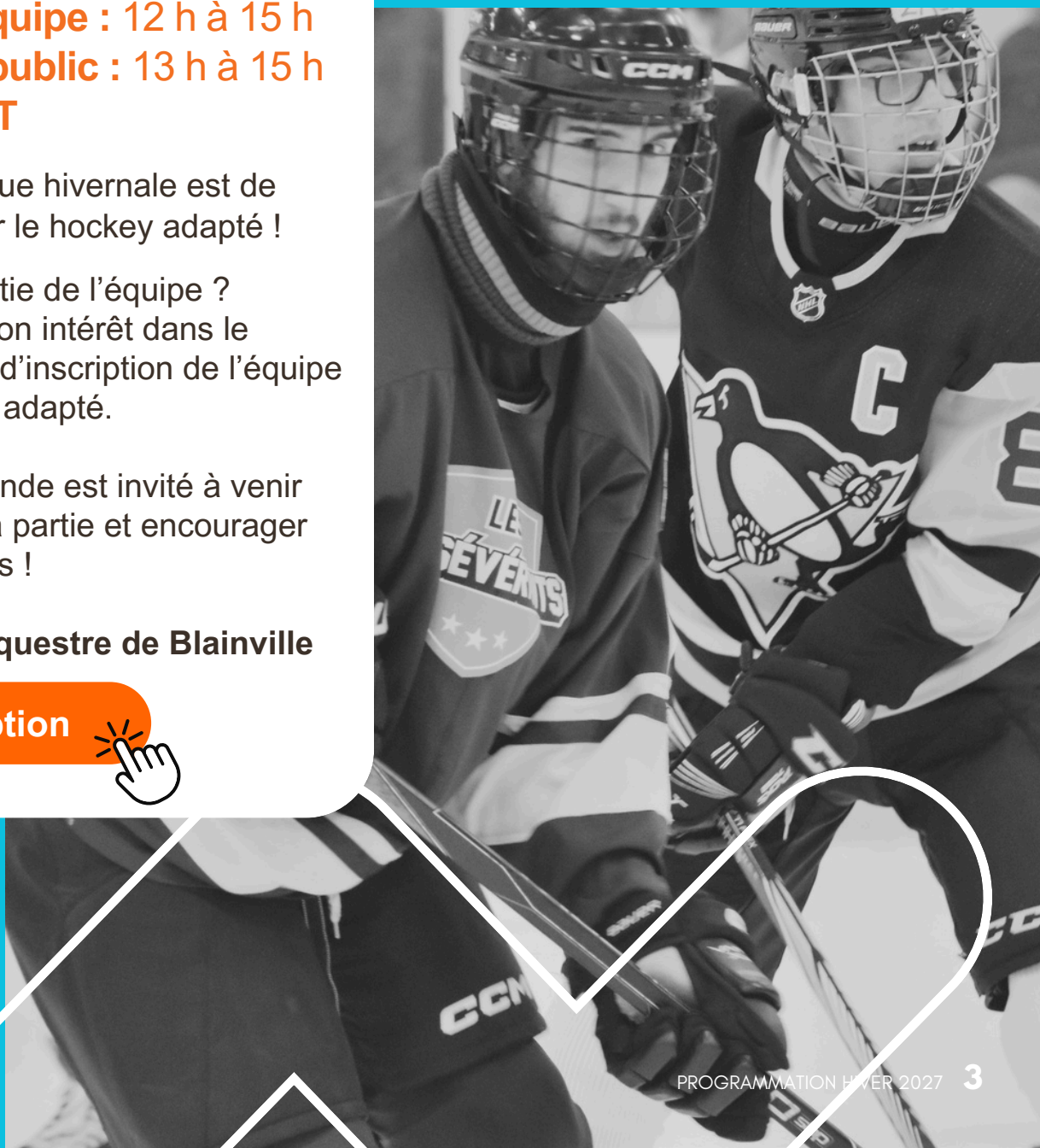
La Classique hivernale est de retour pour le hockey adapté !

Tu fais partie de l'équipe ? Confirme ton intérêt dans le formulaire d'inscription de l'équipe de hockey adapté.

Tout le monde est invité à venir regarder la partie et encourager nos joueurs !

📍 **Parc équestre de Blainville**

Inscription



Compétition sportive

Le Challenge

Samedi 6 février
8 h 30 à 13 h 30

Le Challenge rassemble des clubs de partout au Québec pour une compétition de natation adaptée dans une ambiance sportive et conviviale.

Inscription avec votre club de natation.

En collaboration avec la Ville de Blainville et Olympiques spéciaux Québec.



Activités de nos partenaires

Olympiques spéciaux Québec et Fondation des sports adaptés

Découvrez les activités des Olympiques spéciaux Québec (OSQ)

- Activités sportives adaptées pour les personnes vivant avec une déficience intellectuelle
- Athlétisme, soccer, floorball, patinage et plus encore
- Une belle façon de bouger, développer ses habiletés et se faire des amis
- Consultez la programmation complète et trouvez une activité près de chez vous!

Programmation



Ski alpin adapté avec la Fondation des sports adaptés

- Journée de ski alpin dans un environnement accessible
- Pistes adaptées à tous les niveaux, du débutant au skieur expérimenté
- Station de ski Mont Avalanche située à Saint-Adolphe-d'Howard, dans les Laurentides

Inscription
à la liste d'attente



Journées d'essai
Gratuites



Boccia

Un sport de précision semblable à la pétanque où l'on cherche à placer ses balles le plus près possible d'une balle cible.

Samedi 16 janvier

Récréatif :
8 h 30 à 9 h 30

Développement :
9 h 30 à 10 h 30

École des Ramilles
à Blainville

Inscription



Basketball en fauteuil

Les athlètes utilisent des fauteuils roulants sportifs, conçus pour une mobilité optimale, permettant de dribbler, de passer et de tirer.

Équipe jeunesse (8 à 17 ans)
Samedi 16 janvier
12 h 15 à 13 h 15

Équipe adulte (16 ans et +)
Dimanche 17 janvier
13 h 30 à 15 h

École des Ramilles
à Blainville

Essai jeunesse

Essai adulte



Hockey adapté

Un sport d'équipe sur glace où les joueurs, en patins, tentent de marquer des buts en poussant une rondelle avec leur bâton.

Dimanche 17 janvier
9 h 15 à 10 h 15

Centre d'Excellence
sur glace à Boisbriand
(Glace Mathieu)

Inscription

Nos activités sportives

- BOCCIA
- BASKETBALL EN FAUTEUIL
- NATATION
- HOCKEY ADAPTÉ



Nos activités sont gratuites pour les personnes accompagnatrices avec la Carte Accompagnement Loisir (CAL)

arlph Laurentides

Boccia

Récréatif

Découverte du sport à travers des activités ludiques : manipulation d'équipement, lancers de balles et jeux d'adresse.

Développement

Les athlètes améliorent leurs techniques et apprennent les règles. Cela leur permet de progresser, que ce soit pour le plaisir ou en vue de la compétition.

Compétitif

Les athlètes perfectionnent leurs techniques, maîtrisent les règles du jeu et s'entraînent en vue de participer à des compétitions.



Récréatif : 8 h 30 à 9 h 30
Développement : 9 h 30 à 10 h 30
Compétitif : 10 h 30 à 12 h

Les samedis
du 16 janvier au 27 mars

Relâches : 6 février et 13 mars
Reprise : 3 avril

Tous âges

- Ciblée pour une personne ayant des limitations physiques et utilisant un fauteuil roulant
- Gymnase accessible pour les personnes à mobilité réduite
- Athlètes classifiés selon leur niveau
- Certaines classes d'athlètes nécessitent une personne partenaire de performance et une rampe

École des Ramilles
à Blainville

Coûts pour la session	Récréatif et développement : **155 $** Compétitif : **225 $**

Basketball en fauteuil

Équipe jeunesse (8 à 17 ans)

L'équipe jeunesse apprend les bases du basketball en fauteuil roulant grâce à des activités amusantes qui favorisent l'apprentissage, la confiance en soi et le plaisir.

Équipe adulte (16 ans et +)

L'équipe adulte, axée sur la compétition, perfectionne ses techniques de jeu, le maniement du fauteuil et la communication sur le terrain.



Équipe jeunesse :
Les samedis du 16 janvier au 27 mars
de 12 h 15 à 13 h 15

Relâche : 6 février et 13 mars
Reprise : 3 avril

Équipe adulte :
Les dimanches du 17 janvier au 28 mars
de 13 h 30 à 15 h
Reprise : 4 avril

Compétition :
31 janvier Sherbrooke
14 février Ottawa
14 mars à confirmé sinon relâche

Niveau débutant à intermédiaire

- Ciblée pour une personne ayant un handicap physique
- Les athlètes utilisent des fauteuils roulants de sport spécialement conçus pour une mobilité optimale
- Les règles sont adaptées pour garantir une compétition équitable

École des Ramilles
à Blainville

Coûts pour la session	**Jeunesse: 155 $** **Adulte: 285 $**

Natation adapté

Club de natation adaptée (10 ans et +)

Apprentissage d'une ou plusieurs techniques de nage au sein d'un groupe dirigé par une personne certifiée en natation.

Cours de natation adaptée (4 ans et +)

Cours de natation adaptés pour toutes personnes en situation de handicap.

Les cours sont complets. La liste d'attente disponible **ICI.**



Club 1 : 9 h 30 à 10 h 30
Club 2 : 12 h 10 à 12 h 55
Cours natation adaptée : 9 h à 13 h

Les samedis
du 23 janvier au 1 er mai

Relâches : 6 février, 27 février, 27 mars
17 avril, 8 mai
Reprise **:** 15 mai

- Ciblée pour toutes personnes en situation de handicap
- Nous utilisons des approches adaptées pour faciliter la compréhension et les apprentissages
- Installation accessible
- Équipements adaptés disponibles

Centre récréoaquatique
de Blainville

Coûts pour la session de 11 cours	Club 1 : **275 $** Club 2 : **210 $** **Cours natation adaptée :** 30 min : **210 $** 45 min : **310 $**

Hockey adapté

Hockey adapté développement (8 ans et +)

Développement et apprentissage des techniques de base et des habiletés à travers des ateliers ludiques et simplifiés.

Équipe de hockey adapté (14 ans et +)

Développement des techniques et habiletés liées au hockey sur glace à travers des ateliers de groupe et des matchs intra-équipe.



Développement : 9 h 15 à 10 h 15
Équipe : 11 h 15 à 12 h 15

Les dimanches
du 17 janvier au 14 mars

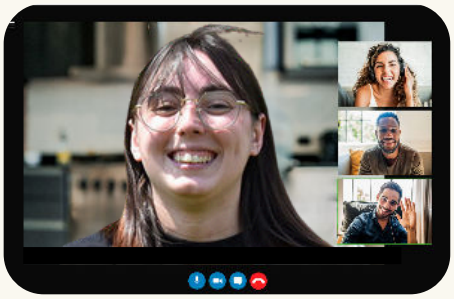
Relâche : 21 mars
Reprise : 28 mars

- Ciblée pour une personne ayant un.e DI/ TSA
- Environnement sécuritaire
- Intervenant sur place

Centre d'Excellence sur glace à Boisbriand (Glace Mathieu)

Coût pour la session	**225 $**

Rencontre d'informations sur les activités





Mardi 12 janvier 2027
de18 h 30 à 19 h 30

Vous avez des questions avant de vous inscrire ou d'inscrire une personne à nos activités ?

Participez à notre **rencontre virtuelle** pour en apprendre davantage sur l'organisme, les activités offertes et leur fonctionnement.

Inscription



PASSE SPORT 2026-2027

50e ANNIVERSAIRE



Utilisez vos autocollants pour venir chercher vos prix !

C'est la dernière session des activités du 50e anniversaire de l'ARLPHL !
À chaque participation, tu reçois un autocollant.
Il te reste encore quelques occasions d'en accumuler avant la fin des célébrations !
Tu as assez d'autocollants pour obtenir un prix ?

Parle à ton entraîneur.e ou contacte-nous à info@arlphl.org pour le réclamer.

Liste des prix :

Sacs, tasses, blocs-notes, crayons et porte-clés.

Information

Partenaires des Laurentides offrant l'entrée gratuite aux personnes accompagnatrices

Activités pour la relâche faites-vous plaisir !



CARTE ACCOMPAGNEMENT LOISIR

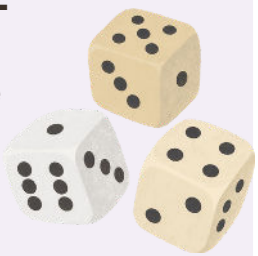
SKI BELLE NEIGE



À Belle Neige, on n'attend pas : 4 remontées mécaniques sont à votre disposition pour une journée de glisse exaltante ! Belle Neige la plus grande des petites stations.

Information

RANDOLPH PUB LUDIQUE SAINT-JÉRÔME



Boire, manger et jouer au Randolph Pub Ludique Saint-Jérôme ! En présentant votre carte CAL, votre accompagnateur peut participer avec vous aux jeux de société et vous aider à comprendre les règles, à jouer et à profiter pleinement de l'expérience.

Information

CENTRE D'ACTIVITÉS MONT-TREMBLANT



Chiens de traîneau, tyrolienne, hélicoptère, ultra léger, équitation, activités hivernales et plus encore… Plus de 75 façons de créer des souvenirs inoubliables et de d'explorer le Mont-Tremblant avec votre accompagnateur.

Information

Bienvenue !
Nouveaux partenaires de la CAL



À LA CROISÉ DES POMMES

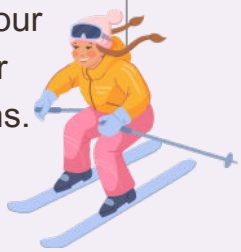


Situé au cœur de Saint-Joseph-du-Lac, **À la croisée des pommes** est un verger biologique certifié Québec Vrai. L'entreprise cultive ses produits dans le respect de la nature, en préservant l'équilibre des écosystèmes et en contribuant positivement à sa communauté.

Information

SKI MONT HABITANT

Le Mont Habitant, c'est d'abord et avant tout une station 100% orientée sur la meilleure expérience de ski pour les familles. Avec ses pistes accessibles et sécuritaires de même qu'une équipe super accueillante, tout est réuni pour transmettre le pur plaisir de dévaler les pistes aux nouvelles générations.



Information

LABONTÉ DE LA POMME

Un concept complètement original ou menu gourmand haut de gamme se marie à la beauté de notre magnifique terroir québécois.
Labonté de la pomme à boire et à manger !

Information

LA MONTAGNE D'ARGENT

Situé approximativement à 125 km de Montréal et 150 km d'Ottawa dans la Municipalité de La Conception, le Parc Régional Montagne d'Argent est le lieu par excellence pour la pratique de diverses activités de plein air pour tous.
Au plaisir de vous y rencontrer.

Information



Répertoire d'adresses des activités de l'**ARLPHL**





BOCCIA

École des Ramilles
1030 Rue Gilles Vigneault
Blainville, QC J7C 5N4



BASKETBALL EN FAUTEUIL ÉQUIPE JEUNESSE ET ADULTE

École des Ramilles
1030 Rue Gilles Vigneault
Blainville, QC J7C 5N4



HOCKEY ADAPTÉ

Centre d'Excellence sur glace (Glace Mathieu)
3600 boulevard Grande-Allée
Boisbriand, QC J7H 1M9



NATATION

Centre récréoaquatique de Blainville
190 Rue Marie Chapleau
Blainville, QC J7C 0E7

L'humain au centre de nos activités sportives

depuis 50 ans



IL Y A DE L'ACTIVITÉ *adaptée* DANS L'AIR

NOUS JOINDRE

(450) 431-3388

info@arlphl.org

http://arlphl.org/

arlph Laurentides