

Horaire pour les enfants, les jeunes et les famille

29 juin au 23 août 2026

HEURES : lun. – jeu. : 06:30 – 21:00, ven. : 06:30 – 20:00 | **sam. et dim. :** 08:00 – 16:00

JOURS FÉRIÉS : 1 juillet – FERMÉ, 3 août – FERMÉ

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		10:30 – 12:30 Soccer pour les famille ♦ <i>Gymnase</i> Âges: parent et enfant À l'exclusion des deux dernières semaines d'août	10:30 – 12:30 Basket-ball pour les famille ♦ <i>Gymnase</i> Âges: parent et enfant À l'exclusion des deux dernières semaines d'août		9:00 – 11:00 Service de halte-garderie □ <i>Studio A</i> Âges: 3A-6A	
	12:30 – 14:00 Gymnase ouvert pour les jeunes ♦ <i>Gymnase</i> Âges: 13A-17A	12:30 – 14:00 Gymnase ouvert pour les jeunes ♦ <i>Gymnase</i> Âges: 13A-17A	12:30 – 14:00 Gymnase ouvert pour les jeunes ♦ <i>Gymnase</i> Âges: 13A-17A			
18:00 – 19:00 Club Scooter ■ <i>Gymnase</i> Âges: 6A-12A	17:30 – 18:15 Variété de sports pour enfants et preadolescents ■ <i>Gymnase</i> Âges: 6A-12A	17:00 – 19:00 Gym et Natation ■ <i>Gymnase/Piscine</i> Âges: 6A-12A	17:30 – 18:15 Variété de sports pour enfants et preadolescents ■ <i>Gymnase</i> Âges: 6A-12A		24 Juillet 17:30 – 18:45 Soirée de Peinture □ <i>Youth Zone</i> 14 Août 17:30 – 18:45 Soirée Famille Trivia □ <i>Youth Zone</i>	
	17:30 – 19:00 Artisanat et jeux préscolaires □ <i>Studio A</i> Âges: 3A-6A					

Zone d'enfants (Sous la supervision des parents)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8:00-9:00 12:00-14:30 16:00-20:45	8:00-9:00 12:00-14:30 16:00-20:45	8:00-9:00 12:00-14:30 16:00-20:45	8:00-9:00 12:00-14:30 16:00-20:45	8:00-9:00 12:00-14:30 16:00-19:45	8:00-11:45 13:00-15:45	8:00-15:45

Fêtes d'anniversaire

Samedi - Gymnase
12:00-14:00

Samedi - Zone d'enfants
12:00-14:00

L'horaire est susceptible d'être modifié.

♦ **Programme en libre accès.** Les non-membres doivent s'acquitter d'un laissez-passer d'une journée.

□ **Réservation obligatoire.** Les non-membres doivent s'acquitter d'un laissez-passer d'une journée. Les réservations peuvent être effectuées jusqu'à une semaine à l'avance, et ce, en personne, par téléphone ou en ligne. Remarque : les réservations en ligne peuvent être effectuées par les membres du Y uniquement.

■ **Inscription à la session obligatoire.** L'ensemble des cours de conditionnement physique de groupe sont compris dans un abonnement au Y. Frais de session requis pour les non-membres. Vous pouvez vous inscrire aux sessions en vous présentant au comptoir d'accueil de votre Y, par téléphone ou en ligne.

Pour en savoir plus sur les inscriptions ou sur les réservations, consultez ymcaottawa.ca/fr/programmes-et-horaires, appelez votre Y local ou présentez-vous à son comptoir d'accueil. Pour réserver votre place en ligne [connectez-vous à votre compte](#).

Politiques d'accès pour les enfants et les jeunes

Les enfants de 0 à 9 ans peuvent participer aux programmes et utiliser les installations du Y, à condition d'être en compagnie d'un parent de 16 ans ou plus.

Pour assurer la sécurité de l'enfant, son parent doit rester dans le bâtiment pendant que l'enfant participe à un programme. Lorsque l'enfant ne participe pas à un programme, il ou elle doit faire l'objet d'une surveillance en tout temps par son parent.

Les enfants de 10 à 12 ans peuvent accéder aux installations sans parent. Les enfants de 10 à 12 ans peuvent arriver aux programmes pour préados et en repartir de façon autonome, à condition que leurs parents aient rempli les documents nécessaires donnant leur autorisation.

Les jeunes de 13 ans et plus peuvent avoir accès aux installations, aux programmes et à l'aire d'entraînement sans être accompagnés.

Descriptions des programmes

Zone d'Enfant (Supervisé du parents)

Un espace rempli de plaisir où les enfants peuvent courir, sauter, glisser et explorer dans un environnement sûr et excitant, avec des parents jouant activement et supervisant à leurs côtés ! Kid Zone encourage le mouvement, l'imagination et le temps de qualité en famille.

Veillez noter : Des chaussettes sont requises pour l'entrée dans la zone pour enfants.

Service de halte-garderie | Âges : 3 ans à 6 ans

La garde d'enfants est un service que nous offrons pendant que vous profitez de nos installations et programmes Y. Nos amis d'âge préscolaire sont accueillis dans un espace rempli de possibilités. Le personnel invite les participants à jouer, à jouer et à faire de l'artisanat pendant la période des soins. **Réservation requise.**

NOUVEAU L'artisanat et jeux préscolaire | Âge: 3A-6A

Joignez-vous à un membre de notre équipe CYF pour une séance amusante d'artisanat et de jeu! Les plus petits aimeront fabriquer des choses de leurs propres mains, en explorant un projet d'artisanat créatif différent chaque semaine et en passant du temps à jouer avec des jouets et des activités captivantes conçues pour les jeunes esprits curieux. **Réservation requise.**

Variété de sports pour les enfants et préadolescents Âges : 6A - 12A

Chaque semaine sera consacrée à un sport différent. Le personnel surveillera et dirigera les exercices, les activités et les matchs. Soccer, basket-ball, volleyball, hockey, badminton et pique-nique. Établissement d'une base pour une vie saine et active. **Inscription obligatoire.**

Gym et Natation | Âge: 6A -12A

Une occasion amusante de profiter d'un programme combinant gym et piscine avec une variété d'activités terrestres et aquatiques. Tous les participants doivent apporter des chaussures de sport pour la salle de sport, ainsi qu'un maillot de bain et une serviette pour la piscine. Le programme comprend 50 minutes en salle de sport et 50 minutes en piscine. Les animateurs assureront la transition du groupe de la salle de sport à la piscine et superviseront le changement des maillots de bain. Dépose en salle de sport, ramassage sur le bord de la piscine. La participation des parents/tuteurs n'est pas requise. **Inscription obligatoire.**

*NOUVEAU * Club Scooter | Âges : 6Y-12Y

Prêt à rouler ? Rejoignez-nous pour le Club Scooter, un programme amusant et actif où les enfants peuvent développer leur confiance en eux, améliorer leur coordination et profiter de jeux et d'activités excitants avec des amis. Les participants pratiqueront des techniques de conduite en toute sécurité, des parcours d'obstacles et des défis de groupe. Veuillez apporter votre propre scooter et votre casque pour chaque session. **L'équipement de sécurité est requis pour la participation. Inscription obligatoire.**

Activités libres au gymnase pour les jeunes | Âge: 13A - 17A

Consacrer du temps à la salle de sport ouverte pour jouer et s'amuser ensemble tout en établissant les bases d'une vie saine et active. Le personnel surveillera l'activité et donnera accès à divers équipements sportifs.

Famille (Soccer, Basket-ball) | Âges : Parent & Enfant

Pourquoi les enfants devraient-ils avoir tout le plaisir ? Les familles se réunissent dans la salle de sport pour un moment de jeux, de sports et de différentes activités physiques créées pour favoriser un environnement amusant où chacun peut être un enfant. Supervision parentale/tutrice requise pour les enfants de moins de 10Y, participation encouragée.

Soirée de Peinture | Ages : Tout

Joignez-vous à nous pour la soirée de peinture au YMCA! Cet atelier permet aux participants de tous les niveaux de recréer de belles œuvres d'art dans un cadre guidé, étape par étape. C'est une façon créative de passer du temps avec des amis ou de venir seul et de créer des liens dans la communauté.

Soirée Famille Trivia | Ages : Tout

Préparez-vous pour une soirée de rires, de compétition amicale et de jeux d'esprit ! Amenez toute la famille et testez vos connaissances dans un mélange de catégories passionnantes; de la culture pop à l'histoire, en passant par le sport et les surprises amusantes.