

# Horaire du gymnase

## 29 juin au 6 septembre 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
06:30 – 17:45 19:15 – 20:45 <b>Activités libres au gymnase</b> ♦	06:30 – 12:15 18:30 – 20:45 <b>Activités libres au gymnase</b> ♦	06:30 – 10:15 14:15 – 16:45 18:15 – 20:45 <b>Activités libres au gymnase</b> ♦	06:30 – 12:15 14:15 – 17:15 18:30 – 20:45 <b>Activités libres au gymnase</b> ♦	06:30 – 19:45 <b>Activités libres au gymnase</b> ♦	08:00 – 11:45 13:15 – 15:45 <b>Activités libres au gymnase</b> ♦	08:00 – 15:30 <b>Activités libres au gymnase</b> ♦
		10:30 – 12:30 <b>Soccer pour les famille</b> ♦ <i>Gymnase</i> Âges: parent et enfant  À l'exclusion des deux dernières semaines d'août	10:30 – 12:30 <b>Basket-ball pour les famille</b> ♦ <i>Gymnase</i> Âges: parent et enfant  À l'exclusion des deux dernières semaines d'août		12:00 – 13:00 <b>Fêtes d'anniversaire</b> □ <i>Gymnase</i>	
	12:30 – 14:00 <b>Gymnase ouvert pour les jeunes</b> ♦ Âges: 13A-17A	12:30 – 14:00 <b>Gymnase ouvert pour les jeunes</b> ♦ Âges: 13A-17A	12:30 – 14:00 <b>Gymnase ouvert pour les jeunes</b> ♦ Âges: 13A-17A			
	14:30 – 16:00 <b>Programmes du YMCA</b> <i>Gymnase</i>  2ème et 4ème semaine de chaque mois					
18:00 – 19:00 <b>Programmes du YMCA</b> <i>Gymnase</i>	17:30 – 18:15 <b>Programmes du YMCA</b> <i>Gymnase</i>	17:00 – 18:00 <b>Programmes du YMCA</b> <i>Gymnase</i>	17:30 – 18:15 <b>Programmes du YMCA</b> <i>Gymnase</i>			

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.

Pour en savoir plus sur les inscriptions ou sur les réservations, consultez [ymcaottawa.ca/fr/programmes-et-horaires](http://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 moins de 10 ans** doivent être accompagnés par un parent/tuteur âgé de 16 ans ou plus, et demeurer en tout temps dans la même aire de programme que leur parent/tuteur (à moins qu'ils participent à un programme dirigé par un membre du personnel du Y).

**Les enfants de 10 à 12 ans** peuvent avoir accès aux installations sans être accompagnés d'un parent. Toutefois, ils doivent compléter le programme sans frais de l'Académie des jeunes du Y avant de pouvoir utiliser l'aire d'entraînement. Les enfants de 10 à 12 ans peuvent participer aux programmes pour préadolescents en signant le registre à leur arrivée et leur départ, à la condition que les parents/tuteurs aient rempli le Formulaire d'inscription et de dégageant des responsabilités des programmes pour les enfants, les jeunes et les familles.

**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

### Activités libres au gymnase

Salle de sport accessible à tous les membres qui souhaitent participer à des activités récréatives.

### 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.