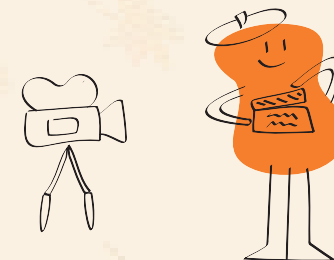
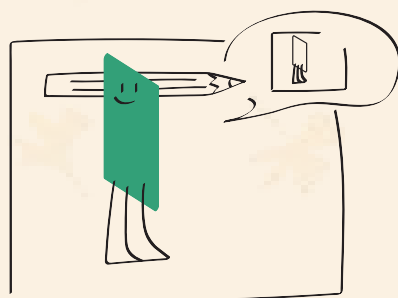
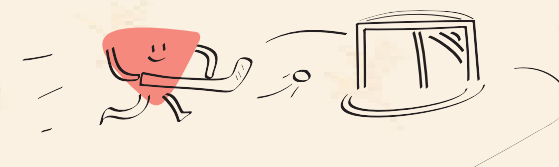


Automne 2026

**Session de 10 semaines
À partir du samedi 26 septembre**



Inscriptions 14 septembre



Adultes			
Lundi	PLATEAU	HEURE	PRIX
Peinture <i>Activité libre</i>	HJ	12h30-15h30	120\$
Pickleball <i>Activité libre</i>	CR	19h30-21h00	100\$
Pilates <i>Cours</i>	HJ	20h15-21h15	100\$

Mardi	PLATEAU	HEURE	PRIX
Émaux sur cuivre <i>Atelier</i>	HJ	13h30-16h30 19h00-22h00	240\$ 240\$
Yoga <i>Cours</i>	HJ	19h00-20h30	125\$
Poterie <i>Atelier</i>	HJ	19h00-21h30	300\$

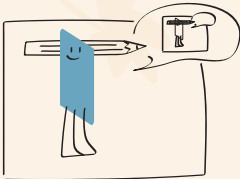
Mercredi	PLATEAU	HEURE	PRIX
Vitrail <i>Atelier</i>	HJ	12h00-15h00	250\$
Pilates <i>Cours</i>	HJ	20h15-21h15	100\$
Donjon et Dragons <i>Introduction au jeu de rôle</i>	HJ	19h45-21h15	120\$
Ping Pong <i>Activité libre</i>	CR	19h00-20h30	120\$
Fitness <i>Cours</i>	JCA	19h30-20h30	100\$

Jeudi	PLATEAU	HEURE	PRIX
Poterie <i>Atelier</i>	HJ	19h00-21h30	300\$
Pickleball <i>Activité libre</i>	CR	19h30-21h00	100\$
Yoga <i>Cours</i>	JCA	19h30-21h00	125\$

Atelier : Espace pour développer des projets personnels sous la supervision d'un professeur.

Activité libre : Activité récréative sans entraineur ou professeur.

Cours : Activité guidée par un professeur.



Enfants Christ-Roi				
Lundi	ÂGE	HEURE	PLATEAU	PRIX
Basketball	5-7	16h00-17h00	CR	50\$
	8-12	17h10-18h10	CR	50\$
Hip hop	5-7	16h00-17h00	CR	70\$
	8-12	17h10-18h10	CR	70\$
Échecs	8-12	16h30-17h30	HJ	80\$
Cuisine	8-12	16h30-18h00	HJ	150\$

Mardi	ÂGE	HEURE	PLATEAU	PRIX
Soccer	5-6	16h00-17h00	CR	50\$
	7-8	17h10-18h10	CR	50\$
	9-12	18h15-19h15	CR	50\$
Danse contemporaine	5-7	16h00-17h00	CR	70\$
	8-12	17h10-18h10	CR	70\$
Initiation à la couture	8-12	16h30-18h00	CR	120\$

Mercredi	ÂGE	HEURE	PLATEAU	PRIX
Athlétisme	5-7	16h00-17h00	CR	50\$
	8-12	17h10-18h10	CR	50\$
Gymnastique au sol	5-7	16h00-17h00	CR	70\$
	8-12	17h10-18h10	CR	70\$
Création de film	8-12	16h30-18h00	HJ	120\$
Donjons & dragons <i>Introduction au jeu de rôle</i>	10-14	18h00-19h30	HJ	120\$

Jeudi	ÂGE	HEURE	PLATEAU	PRIX
Soccer	5-6	16h00-17h00	CR	50\$
	7-8	17h10-18h10	CR	50\$
	9-12	18h15-19h15	CR	50\$
Ballet	5-7	16h00-17h00	CR	70\$
	8-12	17h10-18h10	CR	70\$
Initiation au crochet	8-12	16h00-17h00	CR	80\$
Crochet intermédiaire	8-12	17h10-18h10	CR	80\$

Vendredi	ÂGE	HEURE	PLATEAU	PRIX
Pickleball extérieur <i>5 semaines</i>	7-8	16h00-17h00	HJ	35\$
	9-12	17h10-18h10	HJ	35\$
Théâtre	5-7	16h00-17h00	HJ	70\$
	8-12	17h10-18h10	HJ	70\$
Bande dessinée	8-12	16h00-17h00	HJ	80\$

Samedi	ÂGE	HEURE	PLATEAU	PRIX
Multidanse	3-4	9h00-9h45	ECR	70\$
	5-6	10h00-11h00	ECR	70\$
	6-8	11h00-12h00	ECR	70\$
Multisports <i>Motricité</i>	3-4	9h00-9h45	ECR	70\$
	5-6	10h00-11h00	ECR	70\$
	6-8	11h00-12h00	ECR	70\$

Enfants St-Simon				
Lundi	ÂGE	HEURE	PLATEAU	PRIX
Hip Hop	5-7	18h10-19h10	ESS	70\$
Breaking (Breakdance)	8-12	19h10-20h10	ESS	70\$
Échecs	8-12	18h10-19h10	ESS	80\$

Mardi	ÂGE	HEURE	PLATEAU	PRIX
Basketball	5-7	18h10-19h10	ESS	50\$
	8-12	19h10-20h10	ESS	50\$
Initiation au Crochet	8-12	18h10-19h10	ESS	80\$

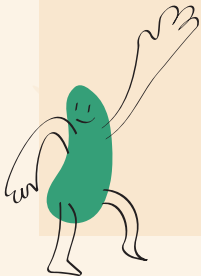
Mercredi	ÂGE	HEURE	PLATEAU	PRIX
Soccer mixte	5-6	18h10-19h10	ESS	50\$
	7-9	19h10-20h10	ESS	50\$
Mini volleyball	7-8	18h10-19h10	JCA	50\$
	9-12	19h10-20h10	JCA	50\$

Jeudi	ÂGE	HEURE	PLATEAU	PRIX
Ateliers Créatifs <i>Service d'accompagnement de l'école St-Simon vers le pavillon du parc disponible</i>	5-7	16h30-17h30	PSS	80\$
	8-12	17h30-18h30	PSS	80\$
Soccer	7-8	18h10-19h10	JCA	50\$
	9-12	19h10-20h10	JCA	50\$

Vendredi	ÂGE	HEURE	PLATEAU	PRIX
Badminton <i>Parents-enfants</i>	7-12	18h10-19h10	ESS	70\$
Bande dessinée	7-12	18h10-19h10	ESS	80\$

Samedi	ÂGE	HEURE	PLATEAU	PRIX
Mini-gymnastique <i>Motricité</i>	2-3	9h00-9h45	ESS	70\$
	3-4	10h00-10h45	ESS	70\$
Gymnastique au sol	5-7	11h00-12h00	ESS	70\$

Nos plateaux	
CR	Église Christ-Roi
ECR	École Christ-Roi
HJ	Centre Henri-Julien
JCA	Académie John Caboto
ESS	École Saint-Simon-Apôtre
PSS	Pavillon Saint-Simon



Club social 50 ans +			
Lundi	PLATEAU	HEURE	PRIX
Étirements et mobilité <i>Intensité légère</i>	HJ	10h30-11h25	Membres: 90\$ Non-membres : 100\$
Cardio-Tonus <i>Intensité élevée</i>	HJ	11h35-12h30	Membres: 90\$ Non-membres : 100\$
Qi-gong <i>Intensité légère</i>	HJ	13h30-15h00	Membres: 100\$ Non-membres : 110\$

Mercredi	HEURE	PLATEAU	PRIX
Étirements et mobilité <i>Intensité légère</i>	HJ	12h00-12h55	Membres : 90\$ Non-membres : 100\$
Renforcement musculaire <i>Intensité moyenne</i>	HJ	13h05-14h00	Membres : 90\$ Non-membres: 100\$
Aînés connectés	HJ	13h30-15h00	Membres: 100\$ Non-membres : 110\$

Jeudi	HEURE	PLATEAU	PRIX
Yoga adapté <i>Chaise disponible</i>	HJ	10h00-11h10	Membres: 90\$ Non-Membres: 100\$
Yoga adapté <i>Chaise disponible</i>	HJ	11h20-12h30	Membres: 90\$ Non-Membres: 100\$

Devenir membre

Le Club social est un espace d'activités sociales, actives et culturelles pour le 55 ans et plus.

La carte de membre vous permet de bénéficier d'un rabais sur les cours et événements payants ainsi que l'accès à plusieurs conférences et ateliers gratuits durant l'année.

20 \$ pour l'année 2026 (janvier à décembre).

Dîner de Noël

Moment de rencontre autour d'un repas de Noël
10 décembre
Pour les 55 ans et +
Club Social
Inscription payante



Inscriptions

14 septembre 2026

En ligne

À partir de 10h

www.loisirshenrijulien.com



En personne

Club social
(55 ans et +)

11h à 14h

9300 rue St-Denis

Inscriptions pour les activités aînés
seulement

Point de service
St-Simon

17h à 18h30

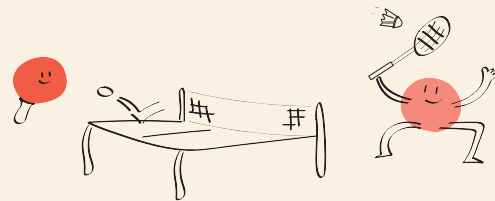
195 Beauharnois O.

Point de service
Christ-Roi

19h à 20h30

9485 rue Berri

Projets spéciaux



La troupe HJ Danse

12 ans et +

Troupe de danse communautaire et compétitive de hip hop et de danse contemporaine enseignée par Jeanne Théroux-Laplante (Panda).

À savoir

Lundi et mercredi de 18h30 à 20h

Durée de 2 sessions : automne 2026 et hiver 2027

Point de service Christ-Roi

500 \$ l'année complète

Inclus l'enseignement et les inscriptions aux compétitions.

Auditions

Mercredi 26 août 18h30 à 20h30 au Centre Henri-Julien (9300 rue St-Denis).



Français par le jeu

Français parle jeu est une activité parent-enfant qui invite les familles du quartier à se rassembler, à créer des liens et à intégrer le français à leur quotidien à travers des activités ludiques.

Ce projet s'adresse aux familles avec des enfants âgés de 8 ans et plus nouvellement arrivées au Québec, qu'elles soient allophones ou anglophones. Peu importe le niveau de chacun, à travers le jeu, vous apprendrez les bases du français en bougeant, en jouant, et en vous amusant.

Comment Participer :

Inscription ouverte dès maintenant et jusqu'au 21 septembre.

Pour s'inscrire, vous devez remplir le formulaire en suivant le lien : [formulaire d'inscription](#)

Nos points de services



Christ-Roi

9485 rue Berri
Sous-sol de l'église Christ-Roi

(514) 872-6696
christroi@loisirshenrijulien.com

Service de raccompagnement

Ce point de service offre le raccompagnement entre l'école primaire Christ-Roi et les activités de loisirs de 16h, 16h30 et de 17h10.

Pour en bénéficier, n'oubliez pas de l'ajouter à votre panier lors de l'inscription.

6\$ par jour de semaine, pour toute la session (exemple 6\$ pour l'entièreté des 10 lundis).

St-Simon

195 rue de Beauharnois O.
École Saint-Simon-Apôtre

(514) 872-3273
stsimon@loisirshenrijulien.com

Service de raccompagnement

Ce point de service offre le raccompagnement entre l'école primaire St-Simon et l'atelier d'arts créatifs les mercredis de 16h30 et de 17h30.

Pour en bénéficier, n'oubliez pas de l'ajouter à votre panier lors de l'inscription.

6\$ par jour de semaine, pour toute la session (6\$ pour l'entièreté des 10 mercredis).

Club Social (55+)

9300 rue Saint-Denis
Centre Henri-Julien

(514) 382-1000 (nouveau)
clubsocial@loisirshenrijulien.com

Devenir membre du Club

Le Club social encourage la pratique sportive, artistique et culturelle chez les 55 ans et plus.

En plus d'un rabais sur les cours à la session, chaque session une programmation spéciale d'ateliers et de conférences est proposée aux membres gratuitement ou à faible de coût (selon) chaque session.

Carte de membre valide pour 1 an : 20\$ (janvier à décembre 2026)