

# BOTTIN SPORTIF LAVALLOIS



# SPORTS LAVAL

Sports Laval est fier de promouvoir les opportunités de pratiques sportives. Par ce bottin, Sports Laval vous invite à communiquer directement avec les associations et les clubs sportifs afin d'en connaître davantage sur l'étendue des services offerts sur le territoire lavallois. Grâce aux programmations de qualité, aux milieux dynamiques et aux gens passionnés du sport, vous êtes assurément gagnants.



## NOS PARTENAIRES



# PROGRAMME INI-SPORTS



Venez découvrir de nouveaux sports grâce à notre nouvelle initiative :



- ✓ Jeunes de 7 à 12 ans
- ✓ 60 Minutes de sport / semaine
- ✓ Multitude de sports à découvrir

Encadrement réalisés par des entraîneurs certifiés des organismes sportifs partenaires

**135\$** - 9 semaines

# FONDS D'ACCESSIBILITÉ EN SPORT

Depuis plusieurs années, Sports Laval et la Ville de Laval travaillent conjointement afin de soutenir les organismes sportifs de la région et faire augmenter la participation sportive à Laval. Certains organismes ont soulevé le besoin d'avoir un fonds d'accessibilité en sport pour leurs membres actifs ou futur membre provenant d'un milieu défavorisé qui n'ont pas les moyens de payer l'entièreté des frais d'inscriptions. Il s'agit donc d'une priorité commune que chaque Lavallois ait accès à une offre de service en sport à un coût raisonnable. Ainsi, il est proposé de mettre en place un projet de fonds d'accessibilité en sport pour répondre à cette demande. Ce projet vise à soutenir les familles lavalloises à faibles revenus pour permettre aux jeunes de participer à des activités sportives organisées par les clubs et associations sportives du territoire lavallois.



Le Fonds d'accessibilité en sport a comme objectif principal d'assurer que les coûts d'inscriptions ne soient pas un frein à la participation au sport pour les familles défavorisées. Le projet se déploie comme une aide financière sur demande des familles afin de payer jusqu'à 75% des frais d'inscriptions des jeunes de 17 ans et moins à une activité organisée par un organisme sportif fédéré lavallois. Le nombre de requêtes par année est illimité, jusqu'à concurrence de 1500\$ par enfant annuellement. Tous les détails du programme se trouvent au [www.sportslaval.qc.ca](http://www.sportslaval.qc.ca)



# **ASSOCIATIONS SPORTIVES**



## ATHLÉTISME

### CLUB ATHLÉTISME LAVAL

☎ (514) 513-1859

🖱 [www.athletismelaval.qc.ca](http://www.athletismelaval.qc.ca)

✉ [cadl@athletismelaval.qc.ca](mailto:cadl@athletismelaval.qc.ca)

📍 4360 Cyrille-Delage

Sprint, haies, demi-fond, javelot, poids, disque, saut en hauteur, saut en longueur, marteau, triple-saut, cross-country.

**Volet initiation:** session automne et printemps pour les 4-7 ans et 8-12 ans (samedis matins)

**Volet compétitif:** octobre à fin juillet pour les 8 ans et plus - 2 à 3 fois semaine/entraînement

**Volet coureur sur route:** avril à novembre pour les adultes- 2x/sem entraînement + programme individualisé

**Site d'entraînement:** piste Claude-Ferragne à Laval (avril à juillet-septembre et octobre)- gymnases école Odysée-des-jeunes et/ou complexe Claude-Robillard à Montréal (novembre à mars)



## AVIRON

### CLUB D'AVIRON LAVAL

☎ (450) 687-8812

🖱 [www.avironlaval.com](http://www.avironlaval.com)

✉ [info@avironlaval.com](mailto:info@avironlaval.com)

📍 3676 boul. Lévesque O

Le Club d'aviron de Laval offre des cours d'initiation, un programme récréatif ainsi qu'un camp d'été pour les jeunes de 12 à 16 ans.



## BADMINTON

### ASSOCIATION RÉGIONALE DE BADMINTON

☎ (450) 664-1917 #600

🖱 [www.arblaval.com](http://www.arblaval.com)

✉ [styves\\_89@hotmail.com](mailto:styves_89@hotmail.com)

Deux volets possibles au cours de l'année (septembre à mai):  
Volet développement (débutants) / Volet compétitif (intermédiaires/avancés)

Au cours de l'été: Programme estival de 6 semaines



### CLUB ÉLITE DE BADMINTON DE LAVAL

☎ (514) 686-6755

✉ [pataudy@hotmail.com](mailto:pataudy@hotmail.com)

📍 École Georges-Vanier

### CLUB DE BADMINTON EXCELLENCE YONEX

☎ (514) 895-7695

✉ [jpelm@sympatico.ca](mailto:jpelm@sympatico.ca)

📍 Complexe Multi-Sports de Laval



# BASEBALL

## ASSOCIATION RÉGIONALE DE BASEBALL AMATEUR DE LAVAL

☎ (450) 661-6522  
 📧 laval.baseballquebec.com  
 ✉ info.baseball.laval@gmail.com



### LES ASSOCIÉS DE LAVAL

☎ (450) 667-9591  
 ✉ gillesfmr@hotmail.com  
 📄 www.lesassociesdelaval.com



### DELTA LAVAL

☎ (450) 689-2903  
 ✉ directeur-baseball@deltabaseball.ca  
 📄 www.deltabaseball.ca



### CLUB DE BASEBALL LAVAL-EST

☎ (438) 523-3572  
 ✉ baseballlavalest@gmail.com  
 📄 www.baseball-laval-est.com



### BASEBALL FÉMININ

☎ (438) 862-4139  
 ✉ tornadesbaseballlaval@gmail.com  
 📄 www.baseballfemininlaval.com



### BASEBALL LAVAL NORD

☎ (450) 625-1582  
 ✉ baseball.lavalnord@hotmail.com



### LIGUE DE BASEBALL DE VIMONT-AUTEUIL

☎ (438) 390-2049  
 ✉ info@baseballvimontauteuil.com  
 📄 www.baseballvimontauteuil.com



# BASKETBALL

## BASKETBALL LAVAL

☎ (514) 218-0117      ✉ info.basketlaval@gmail.com  
 📄 www.basketlaval.ca      📍 218 boul. des Laurentides Bureau 101

Basketball Laval est pour tous les jeunes de 5 à 17 ans. Nous offrons du basket d'initiation et de compétition.

Rendez-vous sur notre site internet pour de plus amples informations sur les inscriptions et les dates des camps de sélection.





## BOXE

### ADAMS BOXING CLUB

☎ (450) 625-4920  
📍 [www.karatesportif.com/  
programme/boxe-adams-boxing-club](http://www.karatesportif.com/programme/boxe-adams-boxing-club)

✉ [ste-rose@karatesportif.com](mailto:ste-rose@karatesportif.com)  
📍 445 avenue Yvon-Berger



Notre programme de Boxe est un des meilleurs pour libérer le stress et la tension. Nos classes tonifient les muscles et développent d'excellents réflexes. Inscriptions en tout temps! Contactez-nous pour notre Programme Découverte, c'est le temps de se mettre en forme!

### CENTRE SHERBATOV

☎ (450) 681-1009  
📍 [www.sherbatov.com](http://www.sherbatov.com)

✉ [info@sherbatov.com](mailto:info@sherbatov.com)  
📍 2571 boulevard Chomedey



Nous sommes très fiers de faire partie de cette organisation et de redonner à la communauté de Laval. On espère vous voir au Centre Sherbatov très bientôt!

### CLUB DE BOXE ABC LAVAL

☎ (450) 662-6338  
✉ [mercier\\_claude@hotmail.com](mailto:mercier_claude@hotmail.com)

📍 1555 boul. St-Martin Est



Depuis plus de 30 ans, le club de boxe ABC Laval est actif! Que vous soyez de niveau compétition ou récréatif, venez essayez avec nous!

### PHEONIX MMA & FITNESS

☎ (450) 973-9991  
📍 [fr.phoenixmmafitness.com](http://fr.phoenixmmafitness.com)

✉ [phoenixlaval@gmail.com](mailto:phoenixlaval@gmail.com)  
📍 2511 boul. Le Corbusier



### EXTRÊME ÉVOLUTION LAVAL

☎ (514) 967-9826  
📍 [www.extremeevolution.ca](http://www.extremeevolution.ca)

✉ [gabrielbeausoleil@gmail.com](mailto:gabrielbeausoleil@gmail.com)  
📍 4463 autoroute 440 Ouest



Le méga Centre Sportif Extrême Évolution en collaboration avec l'équipe 2B Beausoleil Boxing sont fiers de vous offrir différents programmes de boxe sécuritaire et accessibles à tous, dans un ambiance unique et amical.

### UNIS BOXE LAVAL

☎ (450) 314-5115  
📍 [www.studiosunis.com/laval](http://www.studiosunis.com/laval)

✉ [laval@studiosunis.com](mailto:laval@studiosunis.com)  
📍 4610 boul. Arthur-Sauvé





## CHEERLEADING

### CHEERLEADING LEGACY ALLSTARZ

☎ (450) 669-4966

🖱 [www.lavalexcellence.ca](http://www.lavalexcellence.ca)

✉ [cheer@lavalexcellence.ca](mailto:cheer@lavalexcellence.ca)

📍 800 boul. Saint-Martin O

Le Cheerleading chez Legacy Allstarz est une opportunité pour les jeunes de 5 à 30 ans de développer leurs habiletés sportives en danse, en gymnastique, en saut et en stunt.



## CROSSE

### ASSOCIATION RÉGIONALE DE CROSSE DE LAVAL

☎ (514) 949-3877

🖱 [www.crosse-laval.ca](http://www.crosse-laval.ca)

✉ [crosselaval@gmail.com](mailto:crosselaval@gmail.com)

📍 4624 rue Suzor-Côté

La crosse est un sport rapide, aérien et excitant. Excellent complément pour le joueur de hockey. La crosse améliore le cardio, l'endurance et les agilités athlétiques pour tous les sports. La saison débute en avril et se termine en juillet.



## CURLING

### CLUB DE CURLING LAVAL-SUR-LE-LAC

☎ (450) 627-4791

🖱 [www.curlinglaval.ca](http://www.curlinglaval.ca)

✉ [curlinglaval@videotron.ca](mailto:curlinglaval@videotron.ca)

📍 10 rue les Pins

Le Club de curling Laval-sur-le-Lac offre des activités pour les jeunes de 8 à 21 ans les samedis matins (octobre à avril). Les frais débutent à 65\$ et vont jusqu'à 125\$ pour les athlètes de compétition.





## CYCLISME SUR ROUTE

### CLUB CYCLISTE ESPOIRS DE LAVAL

(450) 664-1917 #304  
www.espoirlaval.ca

info@espoirlaval.ca  
185 rue Grenier



Le club Espoirs Laval Planete Courrier accueille les jeunes de 6 à 19 ans pour la pratique du cyclisme sur route. Contactez-nous pour un essai gratuit.



## ÉQUITATION

### L'ASSOCIATION ÉQUESTRE RÉGIONALE DE LAVAL, DES LAURENTIDES ET DE LANAUDIÈRE

www.aerl.org

info@aerl.org



## ESCRIME

### CLUB D'ESCRIME MONTMORENCY

(450) 233-1441  
www.mecescrime.com

gabrielaescrime@gmail.com  
École Primaire Marcel-Vaillancourt



Si tu as 7 ans et plus, viens t'initier à deux pas de chez toi dans un sport physique, intelligent et surtout passionnant .



## FOOTBALL

### ASSOCIATION RÉGIONALE DE FOOTBALL DE LAVAL

(450) 662-7523  
www.footballlaval.com

julianisr@gmail.com  
Responsable : Jean Roberge

Football Laval gère et administre le football à Laval à travers ses associations membres. Notre mission est d'initier les jeunes au football dans un environnement sécuritaire et structuré. Nous faisons la promotion des bonnes valeurs individuelles et propres aux sports d'équipes, telles que le respect de soi et des autres, la confiance et l'estime de soi, l'entraide, la coopération, la persévérance, la discipline et le plaisir.



## FLAG FOOTBALL DELTA LAVAL

✉ [vincent.paquette@deltalaval.org](mailto:vincent.paquette@deltalaval.org)  
Personne responsable: Vincent Paquet



## CLUB DE FOOTBALL LES BULLDOGS DE LAVAL

☎ (438) 825-3754  
✉ [mpellegrino@dragonslaval.com](mailto:mpellegrino@dragonslaval.com)



## CLUB DE FOOTBALL LES VIKINGS DE LAVAL-NORD

☎ (514) 992-9459  
✉ [vikingslaval@gmail.com](mailto:vikingslaval@gmail.com)



Personne responsable: Éric Pelletier

## CLUB DE FOOTBALL LES BLUES

☎ (514) 434-5858  
✉ [info@bluesfootball.ca](mailto:info@bluesfootball.ca)



## CLUB DE FOOTBALL LES DRAGONS

☎ (438) 714-3754  
✉ [mpellegrino@dragonslaval.com](mailto:mpellegrino@dragonslaval.com)  
➤ [www.dragonslaval.com](http://www.dragonslaval.com)



## GOLF

### CLUB DE GOLF ISLESMERE INC

☎ (450) 689-4130  
➤ [islesmere.clublink.ca](http://islesmere.clublink.ca)  
✉ [membershipsales@clublink.ca](mailto:membershipsales@clublink.ca)  
📍 1199 chemin du Bord-de-l'Eau



### CLUB DE GOLF LAVAL-SUR-LE-LAC

☎ (450) 627-2643  
➤ [www.clsll.ca](http://www.clsll.ca)  
✉ [club@clsll.ca](mailto:club@clsll.ca)  
📍 1000 avenue des Bois



### CLUB DE GOLF LE CARDINAL

☎ (450) 627-3077  
➤ [www.golfcardinal.com](http://www.golfcardinal.com)  
✉ [contact@golfcardinal.com](mailto:contact@golfcardinal.com)  
📍 1000 avenue des Bois



### CLUB DE GOLF STE-ROSE

☎ (450) 628-6072  
➤ [www.golfstrose.com](http://www.golfstrose.com)  
📍 1400 Boulevard Mattawa

### CLUB DE GOLF SAINT FRANÇOIS

☎ (450) 666-1062  
(438) 995-7219 (camp de jour)  
➤ [www.golfstfrancois.com](http://www.golfstfrancois.com)  
✉ [info@golfstfrancois.com](mailto:info@golfstfrancois.com)  
📍 3000 boul. des Mille-Îles

### GOLF UFO

☎ (450) 962-4653  
➤ [www.golfufo.com](http://www.golfufo.com)  
✉ [stephane.ufo@gmail.com](mailto:stephane.ufo@gmail.com)  
📍 4800 boul. Dagenais O



## GYMNASTIQUE

### CLUB DE GYMNASTIQUE LAVAL EXCELLENCE

☎ (450) 669-4966

✉ info@lavalexcellence.ca

👉 www.lavalexcellence.ca

📍 1555, boul. Saint-Martin Est

Depuis plus de 20 ans, Laval Excellence offre des cours de gymnastique de tous les niveaux avec plusieurs programmes variés. De l'initiation à la haute performance, nos athlètes s'épanouissent selon leurs aspirations. La qualité de nos installations et de notre équipe d'entraîneur fait de nous un club de réputation internationale. Ici, tous les rêves sont possibles!



## HANDBALL

### ASSOCIATION RÉGIONALE DE HANDBALL OLYMPIQUE

☎ (450) 628-1357

✉ mlortie@handball.qc.ca

👉 handball-laval.kreezee-sports.com

📍 École Laval Junior Academy



## HOCKEY

### HOCKEY LAVAL

☎ (450) 661-0811

✉ info@hockeylaval.com

👉 www.hockeylaval.com

📍 4355 autoroute 440 Ouest

Inscription selon votre code postal. Tous les joueurs devront fournir une preuve de résidence, leur # de carte avantages, # de carte d'assurance-maladie et leur certificat de naissance (nouveau joueur).



### DELTA

☎ (450) 689-2903

✉ registraire@deltalaval.org

👉 www.hockey.deltalaval.org

📍 H7R - H7Y - H7X



### LAVAL-EST

☎ (514) 622-5772

✉ soniasantorohockey@gmail.com

👉 www.hockeylavalest.ca

📍 H7A - H7B - H7C - H7E - H7G



## MONTEUIL

☎ (450) 963-3663  
✉ monteilhockey@videotron.ca  
🖱 www.hockeymonteuil.ca  
📍 H7H - H7J – H7K – H7M



## LAVAL-NORD

☎ (450) 625-1582  
✉ lavalnord@hotmail.com  
🖱 www.hockey.lavalnord.com  
📍 H7L – H7P



## EXPRESS DE LAVAL

☎ (450) 681-1703  
✉ info@expresslaval.com  
🖱 www.expresslaval.com  
📍 H7G - H7M - H7N -H7S - H7T - H7V -H7W



## OFFICIELS

☎ (450) 661-0811 p.6255  
✉ recrutement.officiels@hockeylaval.com  
✉ crohg@hockeylaval.com  
🖱 www.officielslaval.com



## ASSOCIATION HOCKEY FÉMININ DE LAVAL

☎ (514) 666-2345  
✉ hockeyfemininlaval@gmail.com  
🖱 www.hockeyfemininlaval.com  
📍 Territoire de Laval



## JUDO

### ASSOCIATION RÉGIONALE DE JUDO DE LAVAL

☎ (450) 664-1917 #306  
✉ assojudolaval@gmail.com

Plusieurs clubs de judo offrent des cours pour tous et à tous les niveaux. Laissez-nous un message dans la boîte vocale et nous vous dirigerons vers le club adapté à vos besoins.



### CLUB DE JUDO KYO SHI DO KAN DE LAVAL

☎ (514) 963-6641  
✉ judoksdklaval@gmail.com  
📍 Décathlon, Centre Laval  
📍 1885 ave Dumouchel

### LOISIRS STE-BÉATRICE

☎ (450) 625-6554  
✉ info@LSBLaval.ca  
📍 Centre communautaire du Chalet-Des-Érables (7, 8e Avenue)

### CLUB DE JUDO SHINKADOKAN

☎ (514) 516-5855  
✉ shinkadokan@gmail.com  
📍 625 rue Sylvie, Ste-Dorothée

### DOJO LAVAL OUEST

☎ (438) 275-9775  
✉ loisirlavalouest@videotron.ca  
📍 6600 29e Avenue Laval O

## CLUB JUDO YAKINE

☎ (514) 914-3456  
✉ dojo.yakine@gmail.com  
📍 3364 boul. Sainte-Rose

## LOISIRS RENAUD COURSOL

☎ (450) 933-5274  
✉ info@renaudcoursol.com  
📍 Centre communautaire Raymond Fortin

## CLUB DE JUDO ARARAT

☎ (514) 607-5351  
✉ judoclubararat@gmail.com  
📍 105 boul. Curé-Labelle

## CENTRE DU SABLON

☎ (450) 688-8961  
✉ info@centredusablon.com  
📍 755 chemin du Sablon



## KARATÉ

### DOJO KAISHI

☎ 450-241-6043  
✉ info@dojokaishi.ca  
📍 2268 Desserte Chomedey, A-13 Ouest

### DOJO SHOTOKAN LAVAL

☎ (514) 291-6372  
📍 1350 du Relais  
✉ info@karate-shotokan-laval.com

### ANDRÉ ROULEAU KARCAJOU KARATÉ-DO

☎ (514) 830-9218  
📍 211 boul. Sainte-Rose

### KARATÉ SUNFUKI

✉ info@karatesunfuki.com  
🌐 www.karatesunfuki.com  
Chomedey ☎ (450) 681-0044  
Duvernay ☎ (514) 312-1875  
Laval-Ouest ☎ (514) 265-5781  
Sainte-Rose ☎ (514) 235-8184



## KIN-BALL

### ASSOCIATION RÉGIONALE DE KIN-BALL DE LAVAL

☎ (450) 661-6228 #231      ✉ laval@kin-ball.qc.ca

Le kin-ball est un sport unique qui se joue à 3 équipes, dont l'esprit d'équipe est primordial. Nous avons deux volets: compétitif et récréatif. Il y a des cours enfants, adolescents et adultes.

Aimez notre page Facebook pour vous tenir informé de nos dates d'inscriptions durant l'année.





## NATATION

### EAU LAVAL - NATATION

 (450) 661-6001 #212

 [info@eaulaval.ca](mailto:info@eaulaval.ca)

 [www.eaulaval.ca](http://www.eaulaval.ca)

La Natation sportive est intégrée à la programmation Eau Laval. Eau Laval offre des cours d'initiation et des entraînements de plus haut niveau. Participation à des compétitions.



## NATATION ARTISTIQUE

### EAU LAVAL - NATATION ARTISTIQUE

 (450) 661-6001 #212

 [info@eaulaval.ca](mailto:info@eaulaval.ca)

 [www.eaulaval.ca](http://www.eaulaval.ca)

La Natation artistique est intégrée à la programmation Eau Laval. EAU Laval vous offre plusieurs cours afin de vous familiariser ou approfondir vos techniques de natation artistique. Les camps sont ouverts à tous, filles et garçons de 6 à 18 ans.



## PATIN À ROUES ALIGNÉES

### VRL LE CLUB

 (450) 664-1917 #602

 [web@vrllclub.com](mailto:web@vrllclub.com)

 [www.vrllclub.com](http://www.vrllclub.com)

Le VRL donne des cours de patin de vitesse pour tous les niveaux et tous les âges. Du débutant au confirmé (certains entraîneurs sont médaillés internationaux) ! Le lieu des pratiques et les horaires varient en fonction de la saison; toutes les informations sur le site internet.





## PATINAGE ARTISTIQUE

### PATINAGE ARTISTIQUE RÉGION LAVAL

📧 [www.patinageartistiqueregionlaval.ca](http://www.patinageartistiqueregionlaval.ca)  
✉ [patinageartistiqueregionlaval@gmail.com](mailto:patinageartistiqueregionlaval@gmail.com)



#### CLUB LAVAL

☎ (450) 687-1225  
📧 [www.patinagelaval.com](http://www.patinagelaval.com)  
✉ [info@patinagelaval.com](mailto:info@patinagelaval.com)  
📍 2081 rue Michelin



#### CLUB DE PATINAGE ARTISTIQUE LES LAMES D'ARGENT DE LAVAL

☎ (450) 628-8114  
✉ [info@leslamesdargent.org](mailto:info@leslamesdargent.org)  
📍 4355 Autoroute Jean-Noël-Lavoie (440)



## PATINAGE DE VITESSE

### ASSOCIATION RÉGIONALE DE PATINAGE DE VITESSE DE LAVAL

☎ (450) 901-0202  
📧 [www.patinlaval.ca](http://www.patinlaval.ca)  
✉ [info@patinlaval.ca](mailto:info@patinlaval.ca)



#### CRCP LAVAL

📍 Aréna Place Bell

#### SAINTE-DOROTHÉE

📍 Aréna Samson

#### SAINT-FRANÇOIS

📍 Aréna St-François

#### LAVAL CENTRE

📍 Aréna Lucerne, Aréna Cartier

#### FABREVILLE

📍 Aréna Richard Trottier



## PÉTANQUE

### ASSOCIATION RÉGIONALE DE PÉTANQUE DE LAVAL

☎ (514) 586-0976  
📧 [musa41@videotron.ca](mailto:musa41@videotron.ca)  
📍 972 avenue Desnoyers

## LES ACTIFS DE LAVAL-OUEST

✉ [actiflavalouest@gmail.com](mailto:actiflavalouest@gmail.com)

☎ (514) 979-1905

📍 Parc Ringuet

## CLUB DE PÉTANQUE LES VOISINS DE LAVAL

✉ [trudel.francine@videotron.ca](mailto:trudel.francine@videotron.ca)

📍 Centre de la Nature

## CLUB DE PÉTANQUE VAL-DES-ARBRES

✉ [s.rheume62@gmail.com](mailto:s.rheume62@gmail.com)

☎ (450) 667-6222

📍 1555 boul. Saint-Martin Est

## LE CLUB DU PÉTANQUE MARIGOT

✉ [theo.cyr@hotmail.com](mailto:theo.cyr@hotmail.com)

☎ (450) 667-4319

📍 Parc Rosaire-Gauthier

# PICKLEBALL

## PICKLEBALL LAVAL

☎ (438) 503-5063

✉ [contact@pickleballlaval.ca](mailto:contact@pickleballlaval.ca)

📍 268 boul. Ste-Rose

Nous offrons des cours pour débutants et joueurs de tous les niveaux.  
Nous organisons du jeu libre et des ligues de jour et de soir.



# PLONGEON

## EAU LAVAL - PLONGEON

☎ (450) 661-6001 #212

✉ [info@eaulaval.ca](mailto:info@eaulaval.ca)

🖱 [www.eaulaval.ca](http://www.eaulaval.ca)

Le plongeon est intégré à la programmation EAU Laval. EAU Laval- Plongeon offre des cours stimulants et de qualité, spécifiquement adaptés aux jeunes ainsi qu'aux adultes. Initiation à la compétition.





## RINGUETTE

### ASSOCIATION RÉGIONALE DE RINGUETTE DE LAVAL

☎ (450) 664-1917 #650

🖱 [www.ringuettelaval.org](http://www.ringuettelaval.org)

La ringuette est un sport d'équipe sur glace très rapide, car cela allie l'intensité du hockey, le jeu d'équipe du soccer et les transitions rapides du basketball. Pour compter, on utilise un bâton droit sans palette, permettant de transporter et de lancer l'anneau en caoutchouc. Originellement joués exclusivement par des filles, de plus en plus de garçons l'adoptent. Bienvenue à tous!



## RUGBY

### ASSOCIATION RÉGIONALE DE RUGBY DE LAVAL

☎ (514) 290-9219

✉ [association.rugby.laval@gmail.com](mailto:association.rugby.laval@gmail.com)

🖱 [www.rugbynomades.com](http://www.rugbynomades.com)

Le club de rugby les Nomades représente la ville sur la scène provinciale. Nous avons un club senior masculin et féminin. De plus, le club a développé un programme junior. Bienvenue à tous !



## SAUVETAGE SPORTIF

### CLUB DE SAUVETAGE RIVE-NORD

☎ (514) 266-0232

🖱 [www.clubdesauvetagerivenord.ca](http://www.clubdesauvetagerivenord.ca)

✉ [info@clubdesauvetagerivenord.ca](mailto:info@clubdesauvetagerivenord.ca)

Le sauvetage sportif est de plus en plus populaire auprès de la clientèle aquatique et permet aux jeunes (8 ans et plus) de pratiquer le seul sport dont l'objectif est de sauver des vies! Joins-toi au Club de sauvetage pour t'entraîner et parfaire tes connaissances en sauvetage. Un essai gratuit te permettra de découvrir ce sport complet.





## SKI DE FOND

### LES COUREURS DE BOISÉS

☎ (450) 661-1766

👉 [www.coueursdeboises.com](http://www.coueursdeboises.com)

✉ [info@coueursdeboises.com](mailto:info@coueursdeboises.com)

📍 2830 Rang Saint Elzéar E

Le club de ski de fond Les Coureurs de boisés existe depuis 40 ans. Il est fréquenté par des fondeurs de tout âge et de tous les calibres. Les pistes sont tracées pour les styles classiques et pas de patin. L'accès aux pistes est gratuit pour les moins de 18 ans accompagnés d'un adulte. École de ski pour les enfants.



## SOCCER

### SOCCER LAVAL

☎ (450) 975-3366 #1103

👉 [www.soccer-laval.qc.ca](http://www.soccer-laval.qc.ca)

✉ [info@soccer-laval.qc.ca](mailto:info@soccer-laval.qc.ca)

📍 955 avenue Bois de Boulogne #200

Soccer Laval est l'organisme régissant les compétitions, la formation d'officiels, la formation d'éducateurs au soccer et Futsal et de programmes techniques tel que le Sport-Études. De l'initiation à la haute performance, nos deux clubs offrent des programmes aux athlètes selon leurs ambitions dans un encadrement sécuritaire et professionnel, avec des entraîneurs qualifiés à tous les niveaux d'âge. Contactez l'un de nos deux clubs pour vous inscrire dès maintenant.



### FC LAVAL CDF

☎ (450) 978-1043

✉ [info@fclaval.com](mailto:info@fclaval.com)

👉 [fclaval.com](http://fclaval.com)

📍 1450, boulevard Pie X



### ALLIANCE SOCCER LAVAL (AS LAVAL)

☎ 1-844-758-7369

✉ [info@aslaval.com](mailto:info@aslaval.com)

👉 [www.aslaval.com](http://www.aslaval.com)

📍 6200 Boulevard des Laurentides



## SOFTBALL

### SOFTBALL LAVAL

☎ (514) 884-6444

👉 [www.softballlaval.com](http://www.softballlaval.com)

✉ [softballlaval@gmail.com](mailto:softballlaval@gmail.com)





# SPORTS ADAPTÉS

## PROGRAMME DÉFI

 (450) 664-1917 #601  
 [www.programmedefi.com](http://www.programmedefi.com)

 [genevievecossette@hotmail.com](mailto:genevievecossette@hotmail.com)



## TAEKWONDO

### ASSOCIATION RÉGIONALE DE TAEKWONDO DE LAVAL

 (514) 814-1687

 [amina.benamer@gmail.com](mailto:amina.benamer@gmail.com)

Art Martial Coréen qui aide au développement personnel soit : contrôle et confiance en soi, meilleure concentration, meilleure forme physique, respect mutuel et découverte d'une nouvelle philosophie.



### CLUB TAE KWON DO LAVAL

 (438) 492-6644

 [michelle\\_morrisette@hotmail.com](mailto:michelle_morrisette@hotmail.com)

 École Charles-Bruneau (Auteuil)

 École Des Cèdres (Fabreville)

Club Tae Kwon Do Laval (WTF) depuis 1991, organisme régional à but non lucratif reconnu par les fédérations : mondiale, nationale, provinciale et l'association régionale qui offre des cours de niveau récréatif et compétitif (inter-école, régional-provincial -national – international- Jeux du Québec-PanAm)



### CLUB TAEKWONDO ESPOIR

 (438) 985-5009

 [jamalchabitkd3@gmail.com](mailto:jamalchabitkd3@gmail.com)

 3364 boul. Sainte-Rose

### CENTRE D'ENTRAÎNEMENT KICKFIT LAB

 (514) 576-5124

 [www.kickfitlab.com](http://www.kickfitlab.com)

 [info@kickfitlab.com](mailto:info@kickfitlab.com)

 1121 boul. Lesage

### ÉCOLE TKD INT. J. TAILLON

 (450) 688-5773

 [www.taekwondotailon.ca](http://www.taekwondotailon.ca)

 1200 Vincent-Massey

### IMPACT TAEKWONDO INC.

 (450) 663-8241

 [impact\\_taekwondo@hotmail.com](mailto:impact_taekwondo@hotmail.com)

 555 67<sup>e</sup> Avenue, porte C

## TAEKWONDO ART

 (450) 681-7774  
 taekwondoart@hotmail.com  
 435 boul. Curé-Labelle, studio 209

## TAEKWONDO ST-FRANÇOIS

 (514) 433-1731  
 livste2@outlook.com  
 8555 boul. Lévesque

## TH TAEKWONDO

 (450) 688-6426  
 thechristaos@hotmail.com  
 4895 boul. Notre-Dame

## TAEKWONDO DUVERNAY ST-VINCENT

 (450) 978-8652 #1003  
 info@tkddsv.ca  
 4901 Saint-Joseph

## TAEKWONDO 4MASTERS

 (439) 803-1533  
 taekwondo.4masters.com  
 info@4masters.com  
 2921 A, boul. Concorde Est

## TKD BLACK PANTHER

 (514) 663-7846  
 tkdblackpanther@hotmail.com  
 9 boul. Saint-Elzéar



# TENNIS

## TENNIS LAVAL

 (438) 822-9191  
 info@tennislaval.com  
 www.tennislaval.com

De mai à octobre, en toute sécurité, avec des balles dépressurisées, nos entraîneurs certifiés transmettront à vos enfants le plaisir de jouer au tennis, l'apprentissage des différents coups (coup droit, revers, volée, smash) du positionnement et des stratégies. Inscription dès le 1<sup>er</sup> avril.



## TENNIS 13

 (450) 687-9913  
 info@tennis13.com  
 www.tennis13.com  
 1013 Autoroute 13





## TENNIS DE TABLE

### CLUB DE TENNIS DE TABLE RÉFLEXE LAVAL

☎ (438) 979-7222

🖱 [www.clubreflexe.com](http://www.clubreflexe.com)

✉ [clubreflexe@gmail.com](mailto:clubreflexe@gmail.com)

📍 Collège Letendre

À partir de 4 ans, venez jouer au TENNIS DE TABLE ! Entraînement encadré par nos entraîneurs, jeu libre, compétition, le club Réflexe est ouvert toute l'année 4 fois par semaine (2 fois l'été).

Les inscriptions sont à tout moment dans la saison avec un essai gratuit pour les pratiques d'entraînement.



## TIR À L'ARC

### LES ARCHERS LAVAL OUEST INC.

☎ (514) 755-3582

🖱 [www.lesarcherslavalouest.ca](http://www.lesarcherslavalouest.ca)

✉ [archerslavalouest@gmail.com](mailto:archerslavalouest@gmail.com)

📍 Centre Accès

Les Archers Laval Ouest est un club de tir à l'arc qui a pour mission de promouvoir la pratique du tir à l'arc de façon sécuritaire chez les jeunes et chez les adultes. Nous enseignons la discipline de l'arc recourbé, à poulies ou traditionnel. Les inscriptions se font au début du mois de septembre.



### LES ARCHERS FABREVILLE - STE-ROSE INC.

☎ (450) 622-9147

🖱 [www.archersfabreville.org](http://www.archersfabreville.org)

✉ [info@archersfabreville.org](mailto:info@archersfabreville.org)

📍 Centre Accès

Nous avons pour mission de promouvoir le tir à l'arc de façon sécuritaire, nous offrons des initiations pour adultes et enfants. Nous disposons d'une soixantaine d'équipements complets que nous prêtons à nos membres. Nos inscriptions se font le mercredi suivant la fête du Travail.





## TRAMPOLINE

### CLUB DE TRAMPOLINE ACROSPORT BARANI

☎ (450) 622-0077

🖱 [www.acrosportbarani.com](http://www.acrosportbarani.com)

✉ [trampolinebarani@hotmail.ca](mailto:trampolinebarani@hotmail.ca)

📍 1365 boul. Dagenais O

Le club Acrosport Barani offre des cours de trampoline aux jeunes garçons et filles de 4 ans et plus, ainsi qu'aux adultes. Nos entraîneurs qualifiés surveillent la progression individuelle de chaque athlète en respectant ses capacités d'apprentissage et son niveau.



## TRIATHLON

### TRIATHLON LAVAL

🖱 [www.triathlonlaval.org](http://www.triathlonlaval.org)

✉ [info@triathlonlaval.org](mailto:info@triathlonlaval.org)

Devenir membre du Club de Triathlon de Laval c'est:

- Côtayer des triathlètes passionnés qui veulent concilier travail, famille et entraînement dans un climat d'encouragement;
- Côtayer divers calibres et de groupes d'âge; de 7 à 99 ans!
- Accès à nos entraîneurs certifiés pour vos questions.



## ULTIMATE FRISBEE

### ULTIMATE GRAND MONTRÉAL

☎ 514-303-4048

🖱 [montrealultimate.ca](http://montrealultimate.ca)

✉ [info@montrealultimate.ca](mailto:info@montrealultimate.ca)

📍 1334 Jean-Talon E., Montréal



Ultimate Grand Montréal offre des entraînements et des cliniques d'introduction au Ultimate adaptés à vos besoins, des suivis réguliers ainsi que des ligues pour tous les niveaux et tous les types de clientèles. Camp de jour, école primaire, secondaire, cégep ou université, une activité sociale de bureau, etc., nous offrons une expérience adaptée et plaisante pour tout le monde.



## VOLLEYBALL

### ASSOCIATION VOLLEYBALL LAVAL

 (450) 664-1917 #302  
 [www.volleylaval.com](http://www.volleylaval.com)



## WATER-POLO

### CLUB WATER-POLO LAVAL

 (450) 661-6001 #212

 [www.eaulaval.ca](http://www.eaulaval.ca)

 [www.facebook.com/cwplaval](https://www.facebook.com/cwplaval)

 [info@eaulaval.ca](mailto:info@eaulaval.ca)

 3235 boul. Saint-Martin E #202

Le water-polo est un sport d'équipe alliant stratégie, jeu de ballon et natation. Nos entraîneurs sont tous des gens passionnés, qui transmettent leur savoir, leur énergie et surtout leur passion. Venez essayer gratuitement!





**MILIEU SCOLAIRE**

## ÉCOLES OFFRANT UNE PROGRAMMATION DIVISION 1 ET/OU DIVISION 2

### COLLÈGE LAVAL

☎ 450-661-7715 p.157

👉 [www.maraudeurs.ca](http://www.maraudeurs.ca)

✉ [stephanie.auger@collegelaval.ca](mailto:stephanie.auger@collegelaval.ca)

📍 1275 avenue du Collège

Au Collège Laval, on retrouve une quarantaine d'équipes dirigées par des entraîneurs dévoués, dynamiques et certifiés. Les Maraudeurs se distinguent par un programme de développement de haut niveau, l'excellence académique : élève/athlète et encadrement, leur participation à des ligues scolaires, régionales, interrégionales et provinciales, leur adhésion aux valeurs du collège.

### ÉCOLE CURÉ-ANTOINE-LABELLE

☎ 450-662-7000 p.3517

👉 [www.goloups.ca](http://www.goloups.ca)

✉ [info@loupsfootball.com](mailto:info@loupsfootball.com)

📍 216 boulevard Marc-Aurèle-Fortin

Les équipes de football des Loups sont un projet parascolaire affilié aux écoles Curé-Antoine-Labelle et Poly-Jeunesse. Elles ont pour mission de fournir l'opportunité aux élèves-athlètes de se réaliser dans une vie étudiante active afin qu'ils obtiennent un diplôme d'études secondaires. Les Loups offrent aussi une Académie de flag-football pour initier les écoliers d'âge primaire aux bases du flag-football sans contact dans un contexte sécuritaire, organisé et amusant.

### LAVAL JUNIOR ACADEMY

☎ 450-680- 3044

👉 [www.lavaljunior.com](http://www.lavaljunior.com)

✉ [clemay@swlauriersb.qc.ca](mailto:clemay@swlauriersb.qc.ca) / [info@cchockey.ca](mailto:info@cchockey.ca)

📍 2323 boulevard Daniel-Johnson

Notre programme de hockey Blue and Gold est conçu pour les élèves athlètes qui souhaitent performer autant sur la glace que sur les bancs d'école, afin d'atteindre l'excellence dans les deux domaines.

## SPORT-ÉTUDES

### GEORGES-VANIER

☎ (450) 662-7000 p.4700

👉 [georgesvanier.cslaval.qc.ca](http://georgesvanier.cslaval.qc.ca)

✉ [edufresne@cslaval.qc.ca](mailto:edufresne@cslaval.qc.ca)

📍 3995, boul. Lévesque Est

Sports offerts:

Athlétisme, Baseball, Basketball, Escrime, Golf, Gymnastique, Judo, Natation artistique, Natation, Patinage artistique, Patinage de vitesse, Plongeon, Ski alpin, Soccer, Surf des neiges, Tennis, Volleyball et Water-polo

## LAVAL JUNIOR ACADEMY

☎ 450-680-3044  
 📍 lavaljunior.com

✉ dgiustini@swlauriersb.qc.ca  
 📍 2323 boulevard Daniel-Johnson

Sports offerts:

Baseball, Gymnastique, Karaté, Patinage artistique, Soccer, Basketball, Hockey PeeWee AAA et relève, Hockey Bantam AAA et relève, Hockey féminin, Ringuette et Tennis

Entente locale: (Cheerleading, Équitation, Escalade Taekwondo, Athlétisme)

## LAVAL SENIOR ACADEMY

☎ 450-686-6300  
 📍 isa.schoolqc.ca

✉ jfitzmorris@swlauriersb.qc.ca  
 📍 3200 boulevard Souvenir Ouest

Sports offerts:

Hockey bantam AAA, Hockey bantam relève, Hockey midget AAA, Hockey midget espoir, Patinage artistique, Soccer, Baseball, Basketball, Gymnastique et Hockey féminin

Entente locale : (Équitation, Escalade, Taekwondo, Athlétisme, Hockey Blue and Gold)

# SPORTS DANS LES ÉCOLES EN 2019-2020

|                                                                      |  ATHLÉTISME |  BADMINTON |  BASKETBALL |  CHEERLEADING |  CROSS-COUNTRY |  FLAG-FOOTBALL |  FOOTBALL |  FUTSAL |  HOCKEY COLSON |  HOCKEY |  SOCCER |  ULTIMATE |  VOLLEYBALL |
|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| COLLÈGE CITOYEN                                                      |                                                                                                | ✓                                                                                             | ✓                                                                                              | ✓                                                                                                | ✓                                                                                                 |                                                                                                   |                                                                                              | ✓                                                                                            |                                                                                                     |                                                                                              |                                                                                              |                                                                                                |                                                                                                  |
| COLLÈGE LAVAL                                                        |                                                                                                | ✓                                                                                             | ✓                                                                                              | ✓                                                                                                | ✓                                                                                                 | ✓                                                                                                 | ✓                                                                                            | ✓                                                                                            |                                                                                                     |                                                                                              |                                                                                              | ✓                                                                                              | ✓                                                                                                |
| COLLÈGE LETENDRE                                                     |                                                                                                |                                                                                               | ✓                                                                                              | ✓                                                                                                | ✓                                                                                                 | ✓                                                                                                 | ✓                                                                                            | ✓                                                                                            |                                                                                                     |                                                                                              |                                                                                              |                                                                                                | ✓                                                                                                |
| CENTRE DE QUALIFICATION PROFESSIONNELLE ET D'ENTREPRENARIAT DE LAVAL |                                                                                                |                                                                                               | ✓                                                                                              |                                                                                                  | ✓                                                                                                 |                                                                                                   |                                                                                              | ✓                                                                                            |                                                                                                     |                                                                                              |                                                                                              |                                                                                                |                                                                                                  |
| CURÉ-ANTOINE-LABELLE                                                 |                                                                                                | ✓                                                                                             | ✓                                                                                              |                                                                                                  | ✓                                                                                                 | ✓                                                                                                 | ✓                                                                                            | ✓                                                                                            |                                                                                                     |                                                                                              |                                                                                              |                                                                                                | ✓                                                                                                |
| ÉCOLE D'ÉDUCATION INTERNATIONALE DE LAVAL                            |                                                                                                | ✓                                                                                             | ✓                                                                                              | ✓                                                                                                | ✓                                                                                                 |                                                                                                   |                                                                                              | ✓                                                                                            |                                                                                                     |                                                                                              |                                                                                              |                                                                                                | ✓                                                                                                |
| GEORGES-VANIER                                                       | ✓                                                                                              | ✓                                                                                             | ✓                                                                                              |                                                                                                  | ✓                                                                                                 | ✓                                                                                                 |                                                                                              | ✓                                                                                            |                                                                                                     |                                                                                              |                                                                                              |                                                                                                |                                                                                                  |
| HORIZON-JEUNESSE                                                     |                                                                                                | ✓                                                                                             | ✓                                                                                              |                                                                                                  | ✓                                                                                                 |                                                                                                   |                                                                                              | ✓                                                                                            |                                                                                                     |                                                                                              |                                                                                              |                                                                                                | ✓                                                                                                |
| LAVAL JUNIOR ACADEMY                                                 | ✓                                                                                              |                                                                                               | ✓                                                                                              |                                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                                   |                                                                                              | ✓                                                                                            | ✓                                                                                                   | ✓                                                                                            | ✓                                                                                            |                                                                                                |                                                                                                  |
| LAVAL SENIOR ACADEMY                                                 | ✓                                                                                              |                                                                                               | ✓                                                                                              |                                                                                                  | ✓                                                                                                 | ✓                                                                                                 | ✓                                                                                            | ✓                                                                                            |                                                                                                     | ✓                                                                                            | ✓                                                                                            |                                                                                                | ✓                                                                                                |
| LERBLANC                                                             |                                                                                                |                                                                                               | ✓                                                                                              |                                                                                                  | ✓                                                                                                 |                                                                                                   |                                                                                              | ✓                                                                                            |                                                                                                     |                                                                                              |                                                                                              |                                                                                                | ✓                                                                                                |
| MONT-DE-LA SALLE                                                     |                                                                                                |                                                                                               | ✓                                                                                              | ✓                                                                                                | ✓                                                                                                 |                                                                                                   |                                                                                              | ✓                                                                                            |                                                                                                     |                                                                                              |                                                                                              |                                                                                                |                                                                                                  |
| NORTH STAR ACADEMY                                                   |                                                                                                |                                                                                               |                                                                                                |                                                                                                  | ✓                                                                                                 |                                                                                                   |                                                                                              | ✓                                                                                            |                                                                                                     |                                                                                              |                                                                                              |                                                                                                |                                                                                                  |
| OVOYSSÉE-DES-JEUNES                                                  |                                                                                                |                                                                                               | ✓                                                                                              |                                                                                                  | ✓                                                                                                 |                                                                                                   |                                                                                              | ✓                                                                                            |                                                                                                     |                                                                                              |                                                                                              |                                                                                                | ✓                                                                                                |
| POLY-JEUNESSE                                                        |                                                                                                | ✓                                                                                             | ✓                                                                                              |                                                                                                  | ✓                                                                                                 | ✓                                                                                                 | ✓                                                                                            | ✓                                                                                            | ✓                                                                                                   |                                                                                              |                                                                                              |                                                                                                | ✓                                                                                                |
| ST-MARTIN                                                            |                                                                                                | ✓                                                                                             | ✓                                                                                              |                                                                                                  | ✓                                                                                                 |                                                                                                   |                                                                                              | ✓                                                                                            |                                                                                                     |                                                                                              |                                                                                              |                                                                                                |                                                                                                  |
| ST-MAXIME                                                            |                                                                                                | ✓                                                                                             | ✓                                                                                              |                                                                                                  | ✓                                                                                                 | ✓                                                                                                 |                                                                                              | ✓                                                                                            |                                                                                                     |                                                                                              |                                                                                              |                                                                                                | ✓                                                                                                |



---

 3235 boul. St-Martin E, #221, Laval, Québec, H7E 5G8 |  (450) 664-1917 |  [sportslaval.qc.ca](https://sportslaval.qc.ca)