

INFO PRI- MAIRE 2026-2027

1

L



3235 boul. Saint-Martin Est, bureau 221
Laval, Qc, H7E 5G8
450-664-1917
www.sportslaval.qc.ca
info@sportslaval.qc.ca

SOM- MAIRE

MOT DE BIENVENUE	3
INFORMATIONS IMPORTANTES	4
ÉVÉNEMENTS COMPÉTITIFS	4
ACTIVITÉS DE DÉCOUVERTE ET D'INITIATION	7
CIRCONFLEXE - PRÊT-POUR -BOUGER	13
PROGRAMME DE PLEIN AIR ex3	14
LES PROGRAMMES DE SAINES HABITUDES DE VIE	15
LES FORMATIONS	17
KINO-QUÉBEC	18
PROGRAMME DE BOURSES SPORTS LAVAL	18
NOS PARTENAIRES	18

MOT DE — BIENVENUE

Bonjour à tous,

C'est avec grand plaisir que je vous invite à prendre connaissance de l'Info Primaire qui fait un survol de l'offre de services de Sports Laval pour les écoles primaires au cours de l'année scolaire 2026-2027. En tant que coordonnatrice du sport étudiant primaire, mon mandat est de vous accompagner et de collaborer avec vous afin d'offrir une variété d'activités sportives à vos élèves. Notre objectif est le même soit de permettre aux jeunes lavallois et lavalloises de découvrir plusieurs disciplines sportives et de demeurer actifs tout au long de l'année scolaire.

De plus, la beauté du sport étudiant est qu'il permet de favoriser l'éducation, la réussite scolaire et la santé des jeunes, en les encourageant à adopter de saines habitudes de vie, de développer la persévérance autant au niveau scolaire que sportif, et même, de générer un sentiment d'appartenance envers leur école.

Nous avons quelques nouveautés à vous proposer cette année qui risquent de vous plaire. Je vous invite à consulter cette brochure ainsi que notre site internet pour connaître tous les détails.

Dans une vision d'amélioration constante pour Sports Laval, n'hésitez pas à me faire parvenir vos idées ou vos commentaires pour bonifier notre offre de services.

Bonne année scolaire à tous !

POUR ME JOINDRE

Véronique Rainville
Coordonnatrice du RSEQ primaire
450 664-1917 poste 209
vrainville@sportslaval.qc.ca
<http://sportslaval.qc.ca/>

INFORMATIONS IMPORTANTES

- Je vous invite à prendre connaissance des règlements administratifs du RSEQ primaire sur notre site web (<https://sportslaval.qc.ca/rseq-primaire/>).
- Pour l'ensemble de nos activités, Sports Laval charge maintenant des taxes.
- Pour tous les événements et activités, il est important de faire votre inscription selon la procédure à suivre.
- Lors de votre première connexion sur S1, veuillez vous assurer que vous avez bien inscrit le nom de l'entraîneur et son courriel.
- Pour les inscriptions d'élèves sur S1, il est important de le faire AVANT la journée de l'activité ou de l'événement.

ÉVÉNEMENTS RÉGIONAUX

! Cross-country régional

Vous êtes invités pour l'édition 2026 du championnat régional de cross-country. Cette course en nature permet aux jeunes athlètes de se dépasser, de s'amuser et de tester leurs capacités d'endurance physique à l'épreuve.



À RETENIR!

CATÉGORIE : 4e, 5e et 6e année
(féminin et masculin)

NIVEAU DE COMPÉTITION : Élite et Participatif

DISTANCE: 2 km

DATE: Jeudi 8 octobre 2026

LIEU : Centre de la nature de Laval

COÛT : 8,70\$ / participant

(2 \$ supplémentaire par inscription retardataire et/ou modification d'inscription)

INSCRIPTION :

En ligne sur le site S1 RSEQ (<http://s1.rseq.ca/>)

DATE LIMITE D'INSCRIPTION D'ÉCOLE :

16 septembre 2026 (avec estimé des participants)

DATE LIMITE D'INSCRIPTION

DES PARTICIPANTS : 29 septembre 2026

(Si l'inscription des participants est faite par Sports Laval, des frais de 3 \$ / participant vous seront chargés.)

DATE DE RÉCUPÉRATION DES DOSSARDS :

5 et 6 octobre 2026 à notre bureau

Brigade d'initiation aux sports d'hiver

En amont du Pentathlon hivernal, une brigade d'animateurs composée de kinésiologues vous est offerte pour une durée de cinq semaines.

Cette brigade viendra offrir des ateliers d'initiation sur l'une des disciplines hivernales afin de mieux vous préparer au Pentathlon hivernal.

En plus, la brigade se déplace directement à votre école, et ce, gratuitement !

À RETENIR!

CATÉGORIE : 5e et 6e année

DATES : les vendredis du 8 janvier au 5 février 2027

LIEU : Dans votre cour d'école ou un parc à proximité

COÛT : GRATUIT !

DISCIPLINES OFFERTES : course sur neige, raquette, patin ou ski de fond

INSCRIPTION : Remplir le formulaire d'inscription via notre site web (<https://sportslaval.qc.ca/pentathlon/>)

DATE LIMITE D'INSCRIPTION :
4 décembre 2026

Pentathlon hivernal

Le Pentathlon hivernal est de retour pour la 7e édition! Nous invitons les écoles à participer à cet événement sportif qui consiste à une course à relais en équipe regroupant cinq disciplines hivernales : la course sur neige, la raquette, le patin, le ski de fond et le vélo à pneus surdimensionnés (fatbike). Chaque élève devra donc être assigné à un des 5 sports à l'avance.

Aucun maximum d'équipe inscrite par école !



Grâce au soutien du programme ex3, les 8 premières écoles inscrites recevront jusqu'à 150 \$ de rabais pour leur transport pour l'événement ! (Une preuve de facture est demandée.)



À RETENIR!

CATÉGORIE : 5e et 6e année (féminin et masculin)

DISTANCE: variable selon la discipline

DATE: Mercredi 10 février 2027

LIEU : Centre de la nature de Laval

COÛT : 35 \$ / équipe (5 élèves)

Nouveau !

INSCRIPTION : En ligne sur le site S1 RSEQ (<http://s1.rseq.ca/>)

DATE LIMITE D'INSCRIPTION D'ÉCOLE :
14 décembre 2026 (avec estimé d'équipes)

DATE LIMITE D'INSCRIPTION DES PARTICIPANTS : 27 janvier 2027

(Si l'inscription des participants est faite par Sports Laval, des frais de 3 \$ / participant vous seront chargés.)

Athlétisme régional

En préparation à leur arrivée au secondaire, les élèves de 5e et 6e année pourront participer à la 6e édition du championnat régional scolaire moustique d'athlétisme à Laval. L'événement prendra place au stade Claude-Ferragne, soit une infrastructure sportive lavalloise de niveau national.

Voici la liste des épreuves possibles :

- **Épreuve sur piste** : course 80m, 150m, 400m, course à relais 4 x 100 m
- **Épreuve sur pelouse** : Lancer du poids, saut en longueur, saut en hauteur

À RETENIR!

CATÉGORIE : 5e et 6e année (féminin et masculin)

DATE : date à venir (mi-septembre)

LIEU : Stade d'athlétisme Claude-Ferragne

COÛT : 11,78 \$ / participant

NOMBRE D'ÉPREUVES/PARTICIPANT :

Maximum de 2 épreuves (excluant le relais), soit 1 épreuve sur piste et 1 épreuve sur pelouse.*

NOMBRE MAXIMUM DE PARTICIPANTS/ÉPREUVE POUR CHAQUE CATÉGORIE :

3 participants

*Nous encourageons les participants à s'inscrire à plus d'une épreuve pour vivre l'expérience complète d'athlétisme.

INSCRIPTION (ÉCOLE, PARTICIPANTS ET ÉPREUVES) : En ligne sur le site S1 RSEQ (<http://s1.rseq.ca/>)

DATE LIMITE D'INSCRIPTION D'ÉCOLE : date à venir (avec estimé de participants)

DATE LIMITE D'INSCRIPTION DES PARTICIPANTS : date à venir

(Si l'inscription des participants est faite par Sports Laval, des frais de 3 \$ / participant vous seront chargés.)

DATE DE RÉCUPÉRATION DES DOSSARDS :

date à venir à notre bureau

Défi Surpasse-toi

À RETENIR!

CATÉGORIE : 1e à 6e année

DISTANCES : 1 km marche, 1 km et 2 km course

DATE : date à venir (mi-septembre)

LIEU : Centre de la nature de Laval

COÛT : 8,70 \$ / participant

INSCRIPTION :

1. En ligne sur le site S1 RSEQ

(<http://s1.rseq.ca/>)

2. Remplir le formulaire envoyé par courriel

DATE LIMITE D'INSCRIPTION D'ÉCOLE :

date à venir (avec estimé de participants)

DATE LIMITE D'INSCRIPTION DES PARTICIPANTS :

date à venir

*Si l'inscription des participants est fait par Sports

Laval, des frais de 3 \$ / participant vous seront chargés.

DATE DE RÉCUPÉRATION DES DOSSARDS :

date à venir à notre bureau

PROGRAMME Le Défi Surpasse-toi est de retour cette année pour les écoles primaires pour la 8e édition ! En collaboration avec



Programme Défi, Sports Laval organise une course pour les élèves des classes spécialisées du primaire ! Cette initiative fait suite à une demande de certaines écoles voulant offrir un événement sportif pour les élèves ne pouvant participer au cross-country régional.

Nous invitons tous les élèves des classes TSA avec et sans déficience, de soutien émotif, de soutien langagier et de déficience intellectuelle moyenne à sévère à y participer et se dépasser.



ACTIVITÉS DE DÉCOUVERTE ET D'INITIATION

Stage d'initiation

Que ce soit dans le cadre d'un cours d'éducation physique, d'une journée récompense ou d'une fête de fin d'année, les stages d'initiation sont une excellente façon de divertir et de faire bouger vos élèves ! Profitez des connaissances et de l'expertise d'un instructeur spécialiste afin de faire vivre l'expérience d'une discipline sportive à vos classes.

Voici quelques disciplines sportives offertes :

- | | |
|------------------|----------------------------|
| • Athlétisme | • Karaté |
| • Autodéfense | • Kin-Ball |
| • Basketball | • Pickleball |
| • Boxe | • Revol |
| • Cirque | • Roundnet |
| • Curling | • Rugby |
| • Danse sportive | • Sport à quatre murs |
| • Disc Golf | • Taekwondo |
| • Flag-Football | • Tennis |
| • Futsal | • Ultimate Frisbee |
| • Handball | • Volcage *Nouveau* |
| • Judo | • Yoga |

Si vous êtes intéressé à recevoir un stage d'initiation à votre école, veuillez consulter notre site internet pour connaître les disciplines sportives disponibles : <https://sportslaval.qc.ca/stages-dinitiation/>.

À RETENIR!

COÛT PAR STAGE (1 animateur) :

3 heures: 165\$ | 4 heures: 210\$ | 5 heures: 255\$

NOTES IMPORTANTES :

1. Le coût est pour le ratio de 1 spécialiste pour environ 25 élèves (1 groupe-classe).
2. Si l'animation requiert 2 animateurs en raison du grand nombre d'élèves, le coût du stage sera doublé.

INSCRIPTION :

Remplir le formulaire de réservation via notre site web (<https://sportslaval.qc.ca/stages-dinitiation/>)

POLITIQUE D'ANNULATION:

- Si l'école **annule à moins d'une semaine de préavis** sans raison spécifique, l'école se verra facturer 50 % du montant du stage.
- Si l'école **annule à moins de 24h de préavis** sans raison spécifique, l'école se verra facturer à 100 % du montant du stage.
- Si l'école **annule pour des raisons hors de son contrôle** (ex : pandémie, feux de forêt, température, etc.), l'école ne sera pas facturée pour le stage.

OPPORTUNITÉ POUR LES SERVICES DE GARDE

Sports Laval est de retour avec cette belle opportunité pour les services de garde pour 2026-2027 ! Voici l'occasion parfaite pour organiser une activité spéciale lors d'une journée pédagogique ou même lors du dîner ou du service de garde ! Grâce à une aide financière, nous sommes en mesure d'offrir des stages d'initiation GRATUITEMENT.

Pour réserver un stage, vous n'avez qu'à compléter le formulaire de réservation.
Premier arrivé, premier servi !

Sports adaptés PROGRAMME DÉFI

Dans la même lignée que les stages d'initiation, les activités de sports adaptés sont offertes, en collaboration avec le *Programme défi*, aux classes d'adaptation scolaire qui ne peuvent être intégrées aux élèves du régulier. Ces activités d'initiation sont proposées aux élèves atteints du trouble envahissant du développement, du trouble du spectre de l'autisme ou de déficience intellectuelle afin de les faire bouger et les initier à différents sports.

Les sports offerts sont les suivants :

- Athlétisme
- Basketball
- Boccia
- Curling
- Soccer
- Yoga
- Zumba
- Journée multisports

À RETENIR!

COÛT PAR STAGE (1 animateur) :
1 heure : 80 \$ | 3 heures : 195 \$

NOTES IMPORTANTES :

1. Le coût est pour le ratio de 1 spécialiste pour environ 8-9 élèves.

DISPONIBILITÉ : seulement les jeudis et vendredis

INSCRIPTION : Remplir le formulaire d'inscription via notre site web (<http://sportslaval.qc.ca/sports-adaptes/>)

Centre
de services scolaire
de Laval

Québec

Les mini-ligues participatives

Les mini-ligues participatives sont de retour cette année grâce au partenariat avec le Centre de services scolaire de Laval ! Les mini-ligues participatives consistent en plusieurs rencontres sportives entre les écoles d'un même quartier. Pour chaque saison, vous jouerez un minimum de huit parties. Vous recevrez deux écoles une fois au cours de la saison et vous vous déplacerez deux fois vers une autre école primaire. Puis, nous terminons la saison par la finale de la ligue dans l'école secondaire du secteur ou du Centre de services.

À RETENIR!

coût : GRATUIT !

(pour les écoles de la CSSL seulement. Tarif à déterminer pour les autres écoles)

Saison - Automne 2026		Saison - Hiver 2027	
Sports disponibles	Mini-basket Mini-volley	Sports disponibles	Mini-basket Mini-volley Mini-hockey cosom Mini-badminton
Date de début	19 octobre 2026	Date de début	1 février 2027
Date de fin	11 décembre 2026	Date de fin	9 avril 2027
Durée de la saison	8 semaines	Durée de la saison	9 semaines
Date limite d'inscription	21 septembre 2026	Date limite d'inscription	15 décembre 2026

CATÉGORIE : 5e et 6e année

HORAIRE : Les journées de mini-ligues se déroulent de 10h00 à 11h30 (excluant le transport). La finale a lieu de 10h00 à 12h00 (excluant le transport).

INSCRIPTION :

1. En ligne sur la plateforme S1 (<http://s1.rseq.ca/>)
2. Compléter le document de planification envoyé par courriel pour la confection du calendrier.

Les tournois amicaux

Les tournois amicaux sont une opportunité pour les élèves de représenter leur école avec fierté. Sports Laval vous offre l'organisation clé en main de ces activités. Des certificats de participation ainsi que des bannières sont distribués aux écoles lors de ces événements.

Ces activités permettent aux élèves d'être initiés aux différents sports compétitifs dans une formule amicale, sans gagnant. Les élèves pourront exploiter leurs talents sportifs tout en s'amusant. Notez que le transport vers les sites d'activités est aux frais des écoles.

À RETENIR!

INSCRIPTION :

1. En ligne sur le site S1 RSEQ (<http://s1.rseq.ca/>)
2. Remplir le formulaire complémentaire qui vous sera envoyé par courriel afin d'obtenir plus d'informations pour faciliter la logistique du tournoi.
3. Vous pouvez inscrire maximum 2 équipes par tournoi. Si vous désirez en inscrire une 3e, vous devez écrire un courriel à la coordonnatrice pour lui mentionner.

DATE LIMITE D'INSCRIPTION :

Voir le calendrier de tournois

COÛT : <u>1 équipe inscrite sur S1 = 1 équipe masculine ET 1 équipe féminine</u>		
	Coût par inscription (fait par l'école)	Coût par inscription (fait par Sports Laval)
Tournois réguliers	128 \$	153 \$
Tournois spéciaux (sans arbitrage et/ou frais de location de plateaux) <u>Tournoi applicable</u> : mini-tchoukball, mini-tennis, kickball et mini-ultimate frisbee	81,92 \$	101,92 \$
Inscription S1 (de l'école ET des élèves)	<u>OBLIGATOIRE</u> Responsabilité de l'école	<u>OBLIGATOIRE</u> Envoyer à Sports Laval la liste des élèves participants avec leur code permanent
Date limite pour l'inscription des élèves sur S1	Le jour même du tournoi	X

NOTES IMPORTANTES :

1. Vous avez de la difficulté avec S1 ? : veuillez visiter les différents guides et vidéos disponibles sur notre site web (<http://sportslaval.qc.ca/guide-pour-la-plateforme-s1/>)
2. Inscription de l'entraîneur : nous vous demandons d'inscrire votre nom et votre courriel sur S1 RSEQ dans l'onglet Entraîneur afin que ce soit plus facile vous contacter par la suite.
3. Inscription des élèves : il est **OBLIGATOIRE** d'inscrire tous les élèves participants au tournoi sur le site S1 RSEQ. Il est essentiel pour le RSEQ-Laval d'obtenir ces statistiques pour la reconduction des événements.

Date	Tournoi	Niveau scolaire	Lieu	Date limite d'inscription
9 et 10 novembre 2026	Mini-volley	6e année	Collège Montmorency	19 octobre 2026
7 et 8 janvier 2027	Mini-handball	5e année	Collège Montmorency	3 décembre 2026
12 au 15 janvier 2027	Mini-basketball	6e année	Collège Montmorency	8 décembre 2026
5 février 2027 (à confirmer)	Mini-futsal	6e année	Collège Laval	15 janvier 2027
19 février 2027 (à confirmer)	Mini-hockey cosom	4e année	Collège Laval	29 janvier 2027
31 mars, 1 et 2 avril 2027 (à confirmer)	Mini-badminton	5e année <u>ET</u> 6e année (séparé) 3e année	Collège Laval	24 février 2027
28 avril 2027	Kickball	<u>ET/OU</u> 4e année (séparé)	Parc Municipal - Centre de la nature	7 avril 2027
6 mai 2027	Mini-tchoukball	5e année	Parc Raymond-Millar	15 avril 2027
11 mai 2027	Mini-ultimate frisbee	5e <u>ET</u> 6e année (ensemble)	Parc de Lausanne	20 avril 2027
19 mai 2027	Mini-tennis	5e année 6e année (séparé) 3e année	Parc St-Victor	27 avril 2027
10-11-14-16 juin 2027	Mini-soccer	<u>ET/OU</u> 4e année (séparé)	Parc Horizon-Jeunesse	20 mai 2027

* Les dates des tournois peuvent être modifiées selon divers facteurs (examens du ministère, etc.)

** Horaire de tournoi : Tous les tournois se déroulent entre 9h00 et 15h00.

*** Heure d'arrivée : Les écoles ne peuvent arriver plus de 1h00 à l'avance au tournoi.

La caravane multisports - Volet scolaire

Le temps d'une journée, les élèves seront initiés à différentes disciplines sportives directement dans la cour extérieure de votre école primaire. Grâce à la collaboration des animateurs issus des clubs et associations sportives lavalloises, formés en complémentarité par Sports Laval, la Caravane Multisports créera sans aucun doute des souvenirs mémorables aux participants.

Cette activité clé en main se déploiera au courant de l'année scolaire 2026-2027. Les disciplines sportives participantes à la caravane seront dévoilées en temps et lieu, selon leurs disponibilités.



À RETENIR!

DATES DISPONIBLES : Du 3 mai au 18 juin 2027
COÛT : 400 \$ pour une journée type (24 plages horaires) - Valeur de 1000 \$

Possibilité d'ajouter des plages horaires au coût de 35 \$ / plage horaire. Les demi-journées sont aussi une option.

INSCRIPTION :

Remplir le formulaire via notre site web

OUVERTURE DES INSCRIPTIONS :

14 octobre 2026

Pour plus de détails sur l'offre du volet scolaire de la caravane multisports, veuillez consulter notre site web : <http://sportslaval.qc.ca/caravane-multisports/>.

Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec la coordonnatrice régionale, Michelle Lortie (mlortie@sportslaval.qc.ca).

La caravane - Sports de glace

Lors de la caravane, les élèves seront initiés à différents sports de glace. Ils seront invités à se déplacer dans l'un des arénas de Laval. Grâce à la collaboration de spécialistes issus des clubs et associations sportives lavalloises, formés en complémentarité par Sports Laval, les élèves pourront goûter aux plaisirs des sports hivernaux. Cette activité clé en main se déploiera au courant de l'année scolaire 2026-2027. Les disciplines sportives participantes à la caravane seront dévoilées en temps et lieu.



À RETENIR!

NIVEAUX ADMISSIBLES : 5e et 6e année

COÛT : GRATUIT !

TRANSPORT : Les frais de transport sont assumés par l'école. Cependant, Sports Laval peut vous aider à réserver votre transport.

INSCRIPTIONS : Remplir le formulaire via notre site web (À venir)

OUVERTURE DES INSCRIPTIONS :

au début du mois d'octobre

Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec le coordonnateur régional, Mikaël Lapointe (mlapointe@sportslaval.qc.ca).

La caravane - Sports aquatiques

Lors de la caravane, les élèves seront initiés à différents sports aquatiques. Ils seront invités à se déplacer au Complexe Aquatique de Laval (2205 avenue Terry-Fox, Laval, Québec H7T 0S4). Grâce à la collaboration de spécialistes issus des clubs et associations sportives lavalloises, formés en complémentarité par Sports Laval, les élèves pourront goûter aux plaisirs des sports aquatiques dans les installations lavalloises. Cette activité clé en main se déploiera au courant de l'année scolaire 2026-2027. Les disciplines sportives participantes à la caravane seront dévoilées en temps et lieu.



À RETENIR!

NIVEAUX ADMISSIBLES : 5e et 6e année

COÛT : GRATUIT !

TRANSPORT : Les frais de transport sont assumés par l'école. Cependant, Sports Laval peut vous aider à réserver votre transport.

INSCRIPTIONS : Remplir le formulaire via notre site web (À venir)

OUVERTURE DES INSCRIPTIONS :
au début du mois d'octobre

Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec le coordonnateur régional, Mikaël Lapointe (mlapointe@sportslaval.qc.ca).

Nager pour survivre

Plusieurs jeunes se disent capables de nager; mais le sont-ils vraiment ? Savoir se baigner est une chose, savoir nager en est une tout autre !

Pour une 2e année, Sports Laval vous offre l'opportunité de participer au programme Nager pour survivre créé par la Société de sauvetage. Ce programme a pour objectif d'évaluer les habiletés aquatiques de chaque enfant et de leur enseigner les habiletés de base nécessaires pour survivre à une chute inattendue en eau profonde.



À RETENIR!

NIVEAUX ADMISSIBLES : 3e et 4e année

COÛT : GRATUIT ! (incluant le transport)

OUVERTURE DES INSCRIPTIONS :
au début du mois d'octobre



Circonflexe - prêt-pour-bouger (Unité mobile)

circonflexe

Depuis 2021, Circonflexe Prêt-pour-bouger est un programme provincial qui favorise l'accès à de l'équipement sportif, récréatif et adapté dans toutes les régions du Québec. Entre autres, ce programme vise à accroître l'accessibilité à l'équipement et à permettre aux écoles d'expérimenter de nouvelles activités et approches avec leurs élèves.

Les équipements sportifs et de plein air – ex3 sont offerts à tous. Les équipements hivernaux sont disponibles seulement pour les écoles du Centre de services scolaire de Laval puisque le transport est coordonné par leur équipe de transport.

La réservation de certains équipements donne encore cette année accès à un **stage d'initiation gratuit**, animé par un spécialiste.

Voici la liste d'équipements que vous pourrez retrouver dans l'Unité mobile :

Équipements sportifs			
Athlétisme	DBL	Pickleball	Tennis
Ballon-balai	Discgolf	Revol	Yoga
Baseball5	Dodgebee	Rugby	Handball
Boxe et kickboxing	Curling en gymnase	Roundnet (spikeball)	Kin-ball

Nouveau !

À RETENIR!

MODALITÉS DE PRÊT :

- **Durée:** 2 semaines
- **Livraison :** incluse

DATES DISPONIBLES :

- **Sportif et plein air - ex3 :** 10 septembre 2026 au 17 juin 2027
- **Hivernal :** 5 janvier au 1 avril 2027

COÛT : GRATUIT !

INSCRIPTION: Les demandes de prêt se font à l'aide du [formulaire de réservation](#) disponible sur notre site web.

1. Consultez la liste des équipements et les modalités de réservation.
2. Remplissez le formulaire de réservation au plus tard 7 jours avant le début de la période de prêt.
3. Retournez le contrat de responsabilité signé à la coordonnatrice.

OUVERTURE DES INSCRIPTIONS :

26 août 2026

Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec la coordonnatrice régionale, Claudelle Desbiens (circonflexe@sportslaval.qc.ca).

Équipements plein air - ex3	Niveau scolaire
10 vélos 16" (draisienne) et casques	Maternelle
20 vélos 20", 10 vélos 24" et casques	1e à 6e année
Ensembles de camping (tente, gamelle, tapis de sol, sac à randonnée)	Tous
Boussoles	Tous
Ensembles de création en plein air (Landart)	Tous
Bâches et cordes	Tous
Bancs en mousse (pour enseigner dehors)	Tous
Planches à roulette, 20 protèges poignets, 10 ensembles de protection complets et casques	5e et 6e année
Trottinettes sur roue et casques	2e à 6e année
Roues et rubans à mesurer	Tous

Nouveau !

Circonflexe - prêt-pour-bouger (Unité mobile) - Suite

circonflexe

Équipements hivernaux	Niveau scolaire
Skis alpins, bottes et casques	1e et 2e année
Skis de fond, bâtons et bottes	3e et 4e année
Planches à neige, bottes et casques	5e et 6e année
Raquettes à neige	Tous
Patins à glace et casques	Tous
Trottinettes des neiges	2e à 6e année

Nouveau !



Bon à savoir

L'Unité mobile Circonflexe représente seulement une partie de l'offre du programme. La plateforme provinciale Prêt-pour-bouger permet également de découvrir d'autres points de prêt et une vaste sélection d'équipements sportifs, récréatifs et adaptés disponibles gratuitement partout à Laval.

Consultez l'offre complète : <https://pret-pour-bouger.ca/>

Pour connaître tous les détails sur les équipements offerts par Sports Laval, consultez : <https://sportslaval.qc.ca/pret-dequipement/>

EX3



En cohérence avec la politique gouvernementale *Au Québec, on bouge!* ainsi que *l'Avis sur le plein air*, le programme ex3 vise à soutenir les écoles et les intervenants scolaires qui souhaitent intégrer le plein air à leurs activités parascolaires ou à leur pratique pédagogique.

Afin d'être admissibles aux services du programme ex3, les enseignants doivent désormais s'inscrire à la plateforme provinciale ex3 : ex3pleinair.com/inscription.

À RETENIR!

OFFRE DE SERVICES COMPLÈTE :

consulter notre site web <https://sportslaval.qc.ca/ex3/>

INSCRIPTION À LA PLATEFORME PROVINCIALE EX3 : <https://ex3pleinair.com/inscription/>

COÛT : GRATUIT !

Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec la coordonnatrice régionale, Claudelle Desbiens (cdesbiens@sportslaval.qc.ca).



EX3 (suite)

Le programme ex3 à Laval comprend :

1. **Soutien logistique** : Sports Laval accompagne les milieux scolaires afin de faciliter l'accès :
 - À de l'équipement de plein air (camping, vélos, matériel d'hiver, matériel de pédagogie en plein air, etc.)
 - Aux sites de pratiques

Réservation d'équipements : <https://sportslaval.qc.ca/prest-dequipement/>

2. **Accompagnement en pédagogie en plein air** : Deux (2) écoles seront sélectionnées pour bénéficier d'un accompagnement personnalisé dans le cadre d'un projet de pédagogie par le plein air, réalisé en collaboration avec le Centre de services scolaire de Laval et la Direction de santé publique. Chaque école retenue recevra **une bourse de 2 000 \$** afin de permettre la libération des enseignants participant au projet.
3. **Mentorat** : En collaboration avec le Centre de services scolaire de Laval, Sports Laval met à la disposition des enseignants un réseau de mentors expérimentés provenant de différents niveaux d'enseignement et possédant des expertises variées en plein air. Grâce au programme ex3, les frais de libération des participants sont couverts, jusqu'à épuisement des fonds disponibles. Le mentorat se décline en trois volets : Observation, Codéveloppement et Rétroaction.
 - **Pour vous inscrire comme mentoré** : <https://forms.gle/yFsJkzqAT8CMzswTA>
 - **Pour vous inscrire comme mentor** : Amélie Poitras-Larivière, conseillère pédagogique en plein air du CSSL (aplariviere@csslaval.gouv.qc.ca)

LES PROGRAMMES DE SAINES HABITUDES DE VIE

Le programme Iso-Actif

Le programme Iso-Actif est un outil de promotion, d'intervention et de valorisation des saines habitudes de vie et la réussite scolaire chez les jeunes. Ceci permet de certifier votre école en activité physique et en saines habitudes de vie.

Pour ce faire, vous devez remplir le formulaire d'évaluation Iso-Actif qui vous aidera à identifier des pistes d'amélioration, à découvrir des outils et de nouvelles idées pour accroître le bien-être des élèves de votre milieu, en plus de nous fournir de l'information afin de mieux vous soutenir et vous accompagner.

À RETENIR!

COMMENT OBTENIR SA CERTIFICATION ? Pour plus d'informations, veuillez consulter le site <https://rseq.ca/viesaine/projets/a-propos/> Compléter le formulaire d'évaluation avant le **1er juin** de chaque année.

LES PROGRAMMES DE SAINES HABITUDES DE VIE (SUITE)

La Rentrée sportive

Dans le cadre du programme Iso-Actif, la rentrée sportive est de retour pour donner le coup d'envoi à une année scolaire remplie d'activités physiques et sportives. Les enseignants en éducation physique et de la santé, ou tout intervenant sportif d'un établissement d'enseignement scolaire sont invités à organiser une activité afin de présenter les différentes disciplines du RSEQ à leurs élèves et à les initier au plaisir de bouger tout au long de l'année.

En vous inscrivant, vous vous engagez à réaliser au moins 1 activité de promotion de la pratique sportive dans votre milieu (preuve photo ou vidéo à l'appui). Votre inscription vous permet :

- Avoir accès à 20 canevas d'initiation sportive pour faciliter l'animation d'activités.
- Courir la chance de gagner 1 certificats-cadeaux d'une valeur de 500 \$ chez Sports Experts pour l'achat de matériel sportif.

À RETENIR!

PÉRIODE D'INSCRIPTION :

8 au 30 septembre 2026

LIEN D'INSCRIPTION :

<http://hub.rseq.ca/la-rentree-sportive>

ANNONCE DES GAGNANTS :

Octobre 2026

Pour plus d'informations, visitez le

<http://rseq.ca/la-rentree-sportive/présentation/>

Le Défi moi j'croque

Le Défi moi j'croque invite les élèves du primaire à manger cinq portions de fruits et de légumes par jour grâce à des thématiques annuelles à la hauteur de leur imaginaire. D'une durée de cinq jours, le défi suscite de l'engagement de toute la famille à l'aide d'outils pratiques et originaux. Les élèves du primaire, leurs parents ainsi que leurs enseignants peuvent participer au défi. Le défi a toujours lieu au mois de mars pendant le mois de la nutrition.

À RETENIR!

PÉRIODE D'INSCRIPTION :

à venir

LIEN D'INSCRIPTION :

<https://hub.rseq.ca/dmjc/>

RÉCEPTION DU MATÉRIEL : à venir

Pour plus d'informations, visitez le <http://rseq.ca/viesaine/defi-moi-jcroque/présentation/>

LES FORMATIONS

Pr1mo

PR1MO vise à développer les compétences en éducation physique et à la santé ainsi que les habiletés motrices des élèves par le biais de guides pédagogiques et de formations proposant une variété d'activités sportives. Ce projet comprend 2 volets :

1. **Guides pédagogiques** : Des guides pédagogiques ont été conçus pour les enseignants en éducation physique visant à faire vivre aux élèves des situations d'apprentissage et d'évaluation (SAE) qui leur permettront de développer leurs compétences, de parfaire leurs habiletés et de s'amuser à partir de plusieurs sports.

30 guides pédagogiques Pr1mo de différents sports disponibles suite à la formation.
2. **Formations pour les enseignants en éducation physique** : Les formations Pr1mo permettent d'échanger avec les enseignants en éducation physique sur les points clés des moyens d'actions choisis et la manière de les mettre en pratique dans leur milieu respectif. C'est donc l'occasion de regrouper les enseignants en éducation physique à un seul endroit afin d'en apprendre davantage sur les sports ciblés.

Pour plus d'informations, veuillez consulter le site web suivant : <http://rseq.ca/pr1mo/guides/>

À RETENIR!

INSCRIPTION :

1. **Formation regroupant plusieurs écoles** : contacter Véronique Rainville, coordonnatrice à Sports Laval (vrainville@sportslaval.qc.ca)

DATE LIMITE D'INSCRIPTION :

à venir

Pour plus d'informations, veuillez consulter le site web suivant : <http://rseq.ca/pr1mo/formations>.

La formation 3 R

CALENDRIER DE FORMATION

Dates :

- 25 novembre 2026
- 10 décembre 2026
- 10 février 2027

* Les dates peuvent être sujettes à changement. Veuillez-vous référer à notre site web pour connaître les dates.

Heures : 18h30 à 20h30

Lieu : Collège Letendre

Pour plus d'informations, veuillez consulter notre site web : <http://sportslaval.qc.ca/3r/>.

Dans le but d'encourager l'esprit sportif dans les ligues compétitives, le RSEQ Laval offre aux entraîneurs une formation qui les sensibilisera à l'importance de l'éthique sportive. **Cette formation est composée de 3 principes** : Respect envers soi-même, Respect envers les autres, Responsabilités de ses actions.

À RETENIR!

INSCRIPTION : Contacter par courriel le coordonnateur régional, Alexandre Martel (amartel@sportslaval.qc.ca).

COÛT : GRATUIT !

NOMBRE DE PARTICIPANTS : maximum 30 participants

KINO-QUÉBEC



On bouge à Laval

Le programme d'aide financière *On bouge à Laval* a pour objectif de soutenir la réalisation de nouveaux projets ou la bonification des projets existants, locaux et régionaux, favorisant directement la pratique d'activités physiques et de plein air.

À RETENIR!

2 APPELS DE PROJETS PAR ANNÉE :

Septembre/octobre et mai/juin

PROCHAIN APPEL DE PROJETS :

1 octobre au 1 novembre 2026

Pour plus de détails, veuillez consulter le site web : <http://sportslaval.qc.ca/on-bouge/>.

Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec le coordonnateur régional, Mikaël Lapointe (mlapointe@sportslaval.qc.ca).

Journée nationale du sport et de l'activité physique

À RETENIR!

DATE DE LA JNSAP :

2 mai 2027

Pour plus d'informations, visitez le : <http://sportslaval.qc.ca/jnsap/>

La Journée nationale du sport et de l'activité physique (**JNSAP**) a été mise en place par le gouvernement du Québec pour rappeler à la population à quel point il est important de se maintenir actif tout au long de l'année.

Pour souligner cette activité qui prend place le 2 mai, nous vous invitons à pratiquer des activités physiques et sportives au cours de cette journée.

PROGRAMME DE BOURSES SPORTS LAVAL

À RETENIR!

FORMULAIRE D'INSCRIPTION :

Disponible sur notre site web

Pour plus d'informations sur les bourses offertes et sur le Gala, visitez le :

<http://sportslaval.qc.ca/programme-de-bourses/>.

Sports Laval désire soutenir financièrement les divers intervenants sportifs (athlètes, entraîneurs, officiels, organismes sportifs et établissements scolaires) dans le cadre du développement de la relève. Le Gala Sports Laval est un événement unique en son genre et qui a pour but de souligner le travail exemplaire d'athlètes.

Des bourses individuelles sont remises aux athlètes les plus méritants qui se sont distingués par leurs résultats sportifs (RSEQ) et scolaires ainsi que par leur engagement dans leur milieu scolaire. Pour les écoles primaires, 2 bourses sont remises pour la catégorie Athlète de la 6^e année du primaire ayant le mieux concilié le sport et les études (masculin et féminin).

NOS — PARTENAIRES

*Centre
de services scolaire
de Laval*

Québec 



COMMISSION SCOLAIRE SIR-WILFRID-LAURIER
SIR WILFRID LAURIER SCHOOL BOARD

 Collège
Montmorency

*Ministère
de l'Éducation,
du Loisir et du Sport*

Québec 

SPORT. ÉDUCATION. FIERTÉ.

RSEQ



RÉSEAU DES
URLS

Kino
Québec 

PROMeSANTÉ
LAVAL

PROGRAMME
DÉFI 