

# Horaire pour les enfants, les jeunes et les familles

## 29 juin au 23 août 2026

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

**Jours fériés : 1 juillet - FERMÉ 3 août - FERMÉ**

| LUNDI                                                                                                      | MARDI                                                                                                      | MERCREDI                                                                                                   | JEUDI                                                                                                      | VENDREDI                                                                                                         | SAMEDI                                                                                               | DIMANCHE                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 08:00 – 18:00<br><b>Camp de jour</b> ◻<br>Âges: 4A-12A                                                     | 08:00 – 18:00<br><b>Camp de jour</b> ◻<br>Âges: 4A-12A                                                     | 08:00 – 18:00<br><b>Camp de jour</b> ◻<br>Âges: 4A-12A                                                     | 08:00 – 18:00<br><b>Camp de jour</b> ◻<br>Âges: 4A-12A                                                     | 08:00 – 18:00<br><b>Camp de jour</b> ◻<br>Âges: 4A-12A                                                           | 08:45 – 11:30<br><b>Service de halte-garderie</b> ◻<br><i>Salle de halte-garderie</i><br>Âges: 2A-6A | 10:00 – 12:00<br><b>Fêtes d'anniversaire</b><br><i>Gymnase</i><br>réservation anticipée requise |
|                                                                                                            |                                                                                                            |                                                                                                            |                                                                                                            |                                                                                                                  | 11:15 – 13:15<br><b>Fêtes d'anniversaire</b><br><i>Gymnase</i><br>réservation anticipée requise      | 11:15 – 12:45<br><b>Activités libres au gymnase en famille</b> ♦<br><i>Gymnase</i><br>Âges: 6A+ |
| 12:30 – 17:45<br><b>Activités libres au gymnase pour les jeunes</b> ♦<br><i>Gymnase A</i><br>Âges: 13A-17A | 12:30 – 16:45<br><b>Activités libres au gymnase pour les jeunes</b> ♦<br><i>Gymnase A</i><br>Âges: 13A-17A | 12:30 – 17:45<br><b>Activités libres au gymnase pour les jeunes</b> ♦<br><i>Gymnase A</i><br>Âges: 13A-17A | 12:30 – 16:45<br><b>Activités libres au gymnase pour les jeunes</b> ♦<br><i>Gymnase A</i><br>Âges: 13A-17A | 12:30 – 17:45<br><b>Activités libres au gymnase pour les jeunes</b> ♦<br><i>Gymnase</i><br>Âges: 13A-17A         | 11:15 – 12:45<br><b>Activités libres au gymnase en famille</b> ♦<br><i>Gymnase</i><br>Âges: 6A+      | 12:00 – 14:00<br><b>Fêtes d'anniversaire</b><br><i>Gymnase</i><br>réservation anticipée requise |
| 18:00 – 18:45<br><b>Soccer intérieur pour enfants</b> ■<br><i>Gymnase A</i><br>Âges: 6A-8A                 | 17:00 – 18:45<br><b>Jay's Care Baseball</b> ■<br><i>Gymnase</i><br>Âges: 6A-12A                            |                                                                                                            | 17:00-18:30<br><b>Volley-ball pour les adolescents</b> ■<br><i>Gymnase B</i><br>Âges: 13A-17A              |                                                                                                                  | 11:15 – 13:15<br><b>Fêtes d'anniversaire</b><br><i>Piscine</i><br>réservation anticipée requise      | 13:30-15:45<br><b>Baignade familial</b> ♦<br><i>Piscine</i>                                     |
| 18:00 – 18:45<br><b>Soccer intérieur pour les préadolescents</b> ■<br><i>Gymnase B</i><br>Âges: 9A-12A     |                                                                                                            | 18:00 – 18:45<br><b>Basket-ball pour enfants</b><br><i>Gymnase A</i><br>Âges: 6A-8A ■                      | 17:15-19:15<br><b>Gym et natation</b> ■<br><i>Piscine&amp;Gymnase A</i><br>Âges: 6A-12A                    | 17:00-19:45<br><b>Baignade familial</b> ♦<br><i>Piscine</i>                                                      | 14:00 – 16:00<br><b>Fêtes d'anniversaire</b><br><i>DANSE</i><br>réservation anticipée requise        | 13:00 – 15:00<br><b>Fêtes d'anniversaire</b><br><i>Piscine</i><br>réservation anticipée requise |
| 18:00-18:30<br><b>Jeunes Apprendre à Nager</b> ■<br><i>Piscine</i><br>Âges: 13A-17A                        |                                                                                                            | 18:00 – 18:45<br><b>Basket-ball pour les préadolescents</b> ■<br><i>Gymnase B</i><br>Âges: 9A-12A          |                                                                                                            | 18:00 – 18:45<br><b>Soccer intérieur pour enfants / les préadolescents</b> ■<br><i>Gymnase A</i><br>Âges: 6A-12A |                                                                                                      |                                                                                                 |
| 18:00 – 20:00<br><b>Service de halte-garderie</b> ◻<br><i>Salle de halte-garderie</i><br>Âges: 3A-6A       | 18:00 – 20:00<br><b>Service de halte-garderie</b> ◻<br><i>Salle de halte-garderie</i><br>Âges: 3A-6A       | 18:00 – 20:00<br><b>Service de halte-garderie</b> ◻<br><i>Salle de halte-garderie</i><br>Âges: 3A-6A       | 18:00 – 20:00<br><b>Service de halte-garderie</b> ◻<br><i>Salle de halte-garderie</i><br>Âges: 3A-6A       |                                                                                                                  |                                                                                                      |                                                                                                 |

Les fêtes d'anniversaire peuvent être réservées en ligne, par téléphone ou en personne à la réception. Visitez [ymcaottawa.ca/fr/fetes-anniversaire](http://ymcaottawa.ca/fr/fetes-anniversaire)

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

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

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

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

## Politiques d'accès pour les enfants et les jeunes

**Les enfants de moins de 10 ans** doivent être accompagnés par un parent/tuteur âgé de 16 ans ou plus, et demeurer en tout temps dans la même aire de programme que leur parent/tuteur (à moins qu'ils participent à un programme dirigé par un membre du personnel du Y).

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

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

## Descriptions des programmes

### Service de halte-garderie | Âges : 3A - 6A

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

### Basketball pour enfants et les préadolescent | Âge: 6A - 8A / 9A - 12A

Il s'agit d'un programme d'apprentissage des rudiments du basket-ball. L'accent sera mis sur le plaisir, la participation, le travail en équipe et l'esprit sportif. Une inscription est requise.

### Gym et Natation | Âge: 6A - 12A

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

### Jay's Care Baseball | Âge: 6A - 12A

Relevez le défi pour une semaine de baseball amusante avec le YMCA et la Jays Care Foundation! Ce programme initie les enfants aux fondamentaux du baseball à travers des jeux passionnants, des activités de développement des compétences et un jeu d'équipe dans un environnement sûr, inclusif et solidaire. Les participants développeront la coordination, la confiance, le travail d'équipe et l'esprit sportif tout en restant actifs et en se faisant de nouveaux amis. Aucune expérience ou équipement de baseball préalable n'est requis — venez simplement prêt à vous amuser ! Tout le monde est le bienvenu, et tous les niveaux de compétence sont encouragés à participer. **L'inscription est obligatoire.**

### Jeunes Apprendre à Nager | Âge: 13 - 17A

Ce programme enseigne les habiletés de base pour être à l'aise dans l'eau. Les participants apprendront à flotter avec et sans assistance, à se sentir à l'aise en entrant dans l'eau et en sortant de l'eau, et ils apprendront les techniques requises pour savoir nager, comme les techniques de respiration et de flottaison.

### Teen Volleyball | Âge : 13A - 17A

Participez à des exercices de volley-ball et entraînez-vous, ainsi qu'au jeu. Une excellente introduction au sport ou un excellent moyen de s'entraîner davantage. Tous les niveaux sont les bienvenus, aucune expérience préalable n'est nécessaire.

### Activités libres au gymnase en famille | Âges : 6A +

Pourquoi les enfants devraient-ils s'amuser autant ? Les familles se réunissent dans la salle de sport pour un moment de jeux, de sports et de différentes activités physiques créées pour favoriser un environnement amusant où tout le monde peut être un enfant.

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

Plages horaires de gymnase libre pour jouer et s'amuser ensemble tout en établissant les bases d'une vie saine et active. Les membres du personnel du Y surveilleront les activités et donneront accès à divers équipements de sport.

### Soccer intérieur pour enfants / les préadolescents | Âge: 6A - 8A / 9A-12A

Venez améliorer vos aptitudes en soccer! L'accent est mis sur le plaisir, la participation, la coopération et l'esprit d'équipe. Le personnel guidera les enfants lors d'échauffements et de séries d'exercices qui les aideront à développer des techniques essentielles en soccer. Des activités orientées sur le jeu feront partie du programme. Aucune expérience préalable requise. Une inscription est requise.

### Fêtes d'anniversaire | Danse | Salle de sport | Piscine

Créer une journée spéciale pour votre enfant ne pouvait pas être plus facile! Les fêtes d'anniversaire au Y permettent aux enfants de jouer, de s'amuser et de célébrer comme ils le souhaitent ! Une inscription préalable est requise.