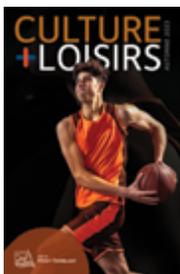


# CULTURE + LOISIRS

AUTOMNE 2023



Ville de  
**MONT-TREMBLANT**



# 18

Des installations sportives pour combler les athlètes en tout genre !

## RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX ...3

### CULTURE

Journées de la culture ...4

Boîte à surprises ...6

Exposition ...7

Halloween ...7

Marché des fêtes ...8

Noël magique ...8

Circuit d'art public ...9

Place de la Gare ...9

### BIBLIOTHÈQUES ...10

### ACTIVITÉS + ATELIERS ...11

### COURS ...12

### PROGRAMME SKI/ PLANCHE À NEIGE ...14

### VOYAGE DE SKI À CHÂTEL ...14

### COMPLEXE AQUATIQUE ...15

### INSTALLATIONS SPORTIVES

Intérieures ...18

Extérieures ...19

### SENTIERS ...20

### PLEIN AIR ...22

### VIE COMMUNAUTAIRE ...23

### PREMIÈRE SCÈNE ...24

## Restez bien informé·e·s !



Inscrivez-vous à notre  
**infolettre hebdomadaire**



### Service de la culture, des loisirs et de la vie communautaire

 635, rue Cadieux

 819 425-8614 (24/7)

 [cultureetloisirs@villemont-tremblant.qc.ca](mailto:cultureetloisirs@villemont-tremblant.qc.ca)

 [villemont-tremblant.qc.ca  
/cultureetloisirs](http://villemont-tremblant.qc.ca/cultureetloisirs)

### Légende des symboles utilisés dans ce guide

- |   |  |
|---|--|
|  Téléphone   |  Activité gratuite          |
|  Adresse courriel                                  |  Âge des participant·e·s    |
|  Site Internet                                     |  Date d'inscription         |
|  Réservation requise                               |  Aucune réservation requise |
|  Balayez le code optique (QR) avec votre téléphone |  |

### Cartes privilèges

Pour savoir à qui s'adressent les cartes Accès et Expérience Mont-Tremblant, comment vous les procurer, ainsi que les rabais et avantages qu'elles confèrent, visitez [villemont-tremblant.qc.ca/acces](http://villemont-tremblant.qc.ca/acces).



### Légende – tarification\*

- R** Tarif résident (applicable aux personnes détenant une carte Accès ou Expérience Mont-Tremblant)
- NR** Tarif non résident

\* Tous les prix indiqués dans ce guide excluent les taxes (avant taxes).



## Périodes d'inscription

### Cours et ateliers

**28 août au 14 septembre, 8 h 30**  
pour les résident-e-s de Mont-Tremblant



**31 août au 14 septembre, 8 h 30**  
pour les résident-e-s d'Amherst, Brébeuf,  
La Conception, Lac-Supérieur,  
Mont-Blanc et Montcalm



**5 au 14 septembre, 8 h 30**  
pour tous et toutes

## Modalités d'inscription

### Paiement

À moins d'indication contraire, tout tarif est payable à l'avance.

Lorsqu'un chèque ou un autre ordre de paiement est remis à la Ville et que le paiement en est refusé par le tiré, des frais d'administration de 15 \$ deviendront exigibles et seront réclamés au tireur ou à la tireuse du chèque ou de l'ordre.

### Reçu d'inscription

Imprimez votre reçu d'inscription en ligne comme preuve de paiement. Aucun reçu ne sera envoyé par la poste.

### Tenue des activités

La Ville se réserve le droit d'annuler une activité si le nombre de participant-e-s est jugé insuffisant ou de modifier l'horaire et le lieu de l'activité. Le cas échéant, les personnes inscrites en seront informées. Conservez votre reçu d'inscription afin de connaître la date de début de votre activité. Lorsque le nombre maximum de participant-e-s est atteint pour une activité, la Ville pourra créer une liste d'attente et offrir un cours similaire si la demande est justifiée. Par ailleurs, elle peut,

modifier sa programmation en tout temps et sans préavis.

### Vignette d'accompagnement PAFLPH

La vignette donne un accès gratuit aux installations sportives aux accompagnateurs et accompagnatrices de personnes handicapées.

### Frais de retard

Le coût de toute inscription à une activité faite en dehors de la période fixée pour cette inscription sera majoré de 20 \$, lorsqu'applicable.

### Remboursement

Toute annulation avant le début d'une activité entraînera des frais de 25 \$ par inscription annulée qui seront déduits du montant remboursé.

Toute annulation d'une activité après une ou deux séances entraînera des frais de 25 \$ par inscription annulée en plus des coûts pour chaque séance ayant eu lieu, lesquels seront déduits du montant remboursé.

Toute annulation d'une activité après trois séances ne sera pas remboursée, sauf si cette annulation est due à des raisons médicales. Dans ce cas, le Service de la culture, des loisirs et de la vie communautaire devra en être informé dans les plus brefs délais et une attestation médicale devra être fournie. Sur présentation de cette preuve, des frais de 25 \$ par inscription annulée, en plus des coûts pour chaque séance ayant eu lieu, seront déduits du montant remboursé.

### Utilisation d'images

En s'inscrivant à une activité, le participant ou la participante ou le répondant ou la répondante (dans le cas d'un enfant) autorise l'utilisation par la Ville, à toutes fins municipales, de toute photographie ou vidéo sur laquelle pourrait apparaître le participant ou la participante et il ou elle dégage la Ville ainsi que ses représentant-e-s de toute responsabilité à cet égard. Cette autorisation ne peut être révoquée que par un avis écrit transmis à la Ville. Tout le matériel demeurera la propriété de la Ville.



# Les journées de la culture

à Mont-Tremblant

**ACTIVITÉS CULTURELLES GRATUITES !**

**30 SEPTEMBRE  
20 H**

Salle de l'église du Village  
1829, chemin du Village

## Concert de **FLORE LAURENTIENNE**

Après un très convaincant *Volume 1*, l'album *Volume II* de Flore Laurentienne continue de nous plonger dans la beauté de la nature en s'inspirant, cette fois, du mouvement de l'eau et du majestueux fleuve Saint-Laurent. Interprétées sur scène par sept musicien-ne-s, ces mélodies vous feront vivre un périple captivant.

Porté par le compositeur et multi-instrumentiste Mathieu David Gagnon, le projet Flore Laurentienne est un fin mariage entre l'orchestre à cordes et les synthétiseurs des années 70. Mettant à l'avant-plan l'harmonie et la mélodie, sa musique est une invitation à la contemplation et au voyage intérieur.

Les artistes seront disponibles pour échanger avec le public après la représentation.

**Réservez votre place dès maintenant ! Places limitées. GRATUIT !**



[villedemont-tremblant.qc.ca/journées-culture](http://villedemont-tremblant.qc.ca/journées-culture)

819 425-8614 | [cultureetloisirs@villedemont-tremblant.qc.ca](mailto:cultureetloisirs@villedemont-tremblant.qc.ca)

**18 AOÛT AU  
22 OCTOBRE**

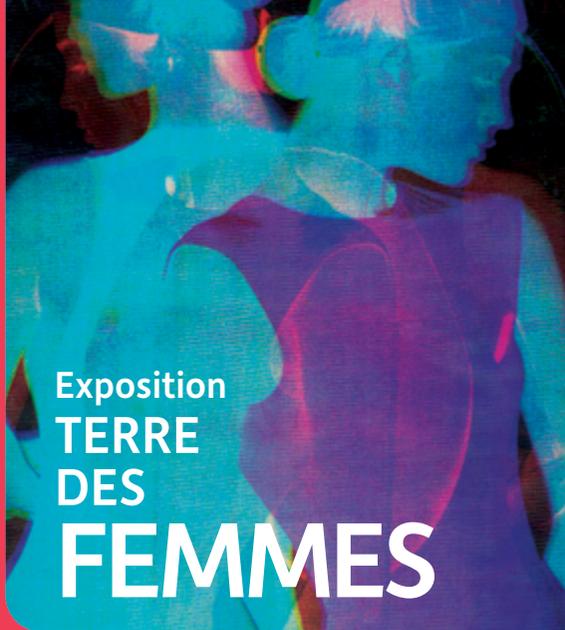


## Une ode aux femmes présentée par l'artiste Jacques Charbonneau

L'exposition *Terre des femmes* met de l'avant des portraits de femmes, selon les différentes facettes de leur personnalité, interprétées par les textes (prose et poésie) d'autrices québécoises et françaises, soit : Joëlle Thienard, Anne Peyrouse, Nora Atalla, Jordane Pronovost-Charbonneau, Hélène Lépine, Maria Torrelli-Lionné, Virginie Francoeur, Mélanie Noël, Dominique Zalitis, Francine Vernac, Sylvie Nicolas, Catherine Fortin et Claudine Bertrand.

Jacques Charbonneau a exposé son art à travers les Amériques et l'Europe. Il a également fondé plusieurs organismes artistiques et poursuit actuellement ses recherches en arts analogiques et numériques.

*Cette exposition est rendue possible grâce à l'entente de développement culturel conclue entre la Ville de Mont-Tremblant et le ministère de la Culture et des Communications du Québec.*



## Exposition **TERRE DES FEMMES**

### Espace public

(885, rue de Saint-Jovite) – en tout temps

### Salle Alphonse-Desjardins\*

114-5, rue de Saint-Jovite

**Lundi et mardi** 12 h à 18 h

**Mercredi au vendredi** 10 h à 19 h

**Samedi et dimanche** 9 h à 16 h

\* Horaire modifiable sans préavis.

Fermée les jours fériés.

## Atelier techniques thermographiques

Dans le hall d'entrée de l'hôtel de ville

Réservation en ligne. Places limitées.



Dans la foulée de son exposition *Terre des femmes* présentée à Mont-Tremblant, l'artiste Jacques Charbonneau offre une initiation à la thermographie, un procédé

de reproduction réalisé par le transfert d'images et des couleurs d'acétates encrées sur différents supports. Ces diverses techniques (d'impression, de collage et mixtes) se réaliseront sans l'utilisation d'une presse... mais par le moyen de la chaleur d'un fer à repasser !

On invite les participant·e·s à apporter différents types de papiers aux dimensions désirées, des ciseaux et un fer à repasser afin de réaliser leurs œuvres.

# LA BOÎTE À SURPRISES

Espace public 20H

♪  
**spectacles**  
**GRATUITS!**



# BOMBORUBA

**26**  
**AOÛT**



**6**  
**SEPT.**

# Les Tireux d'Reches



EXPOSITION DE LA SOCIÉTÉ DU PATRIMOINE SOPABIC

# À LA MODE DE CHEZ NOUS

La Ville de Mont-Tremblant est heureuse de présenter l'exposition annuelle de la Société du patrimoine SOPABIC intitulée *À la Mode de chez nous*.

Cette exposition offrira au public l'occasion de se plonger dans les différentes tendances mode de l'époque ayant marqué le territoire laurentien. Des habits du dimanche aux accoutrements paysans, l'exposition témoignera des habitudes de vies des citoyen·ne·s d'ici et du climat social d'antan.

*Cette exposition est rendue possible grâce à l'entente de développement culturel conclue entre la Ville de Mont-Tremblant et le ministère de la Culture et des Communications du Québec.*



**Du 26 octobre au 5 novembre**

**Salle Alphonse-Desjardins**

1145, rue de Saint-Jovite\*

**Lundi et mardi** 12 h à 18 h

**Mercredi au vendredi** 10 h à 19 h

**Samedi et dimanche** 9 h à 16 h

\* Horaire modifiable sans préavis.

Fermée les jours fériés.



[villede-mont-tremblant.qc.ca/exposition](http://villede-mont-tremblant.qc.ca/exposition)



**Entrée libre**

# HALLOWEEN

**31 OCTOBRE**  
**À PARTIR DE 15 H**

Activité spéciale d'Halloween  
à l'hôtel de ville!

**AU PROGRAMME**

Animation, distribution de bonbons, personnages hauts en couleur, ambiance festive et plusieurs surprises attendent les enfants!

**Surveillez nos plateformes d'information pour tous les détails.**



**MARCHÉ**  
*des fêtes*  
**MONT-TREMBLANT**

**24 au 26 novembre**

**Hall d'entrée de l'hôtel de ville**  
1145, rue de Saint-Jovite | Info : 819 425-8614

**[villedemont-tremblant.qc.ca/fetes](http://villedemont-tremblant.qc.ca/fetes)**



**NOËL MAGIQUE**  
**26 NOVEMBRE | 11 H À 14 H**

Dans le stationnement de l'hôtel de ville (1145, rue de Saint-Jovite)

Le père Noël, la fée des Étoiles et les lutins descendront tout droit du pôle Nord pour rencontrer les enfants de Mont-Tremblant et leur remettre un cadeau. C'est à ne pas manquer!

Restez à l'affût de nos plateformes pour connaître tous les détails.



# CIRCUIT D'ART PUBLIC MONT -TREMBLANT

Mont-Tremblant vous en mettra plein la vue avec sa collection d'œuvres d'art public exposées dans certains parcs et édifices municipaux.

L'art public, c'est l'ensemble des créations artistiques qui occupent l'espace public. Saurez-vous repérer la douzaine d'œuvres qui agrémentent notre ville ? Pour vous aider, et en apprendre davantage sur leur histoire et leurs artistes, consultez le dépliant Circuit d'art public Mont-Tremblant !

## Bureaux d'accueil touristique

5080, montée Ryan | 819 425-2434

205, rue Lacasse | 819 425-3300



## Place de la Gare

Venez admirer les œuvres d'artistes de la région et rencontrer nos artistes en résidence.

**1886, chemin du Village**

**Jeu**di au **lundi** 10 h à 17 h

**Fermée en novembre**



**Entrée libre**

Lisa Archambault – peintre

Leslie Bank-Satz – peintre

Myriam Cyr-Chénier – peintre

Martin Grondines – peintre

Jacqueline Lévesque – peintre

Luis Paniagua – sculpteur

Jean-Marc Pisapia – peintre



## BIBLIOTHÈQUES

Nos bibliothèques sont des lieux d'apprentissage, de divertissement et de créativité. Venez nous visiter !

### Samuel-Ouimet

1145, rue de Saint-Jovite

Lundi et mardi 12 h à 18 h

Mercredi au vendredi 10 h à 19 h

Samedi et dimanche 9 h à 16 h

### Du Couvent

1875, chemin du Village

Mardi et mercredi 9 h à 16 h

Fermées les jours fériés.



819 425-8614



[villedeumont-tremblant.qc.ca/biblio](http://villedeumont-tremblant.qc.ca/biblio)



## ACTIVITÉS (adultes)



Activité gratuite



Aucune réservation requise

### Mercredi Scrabble

Les mercredis | entre 13 h et 17 h

### Jedi Tricot-thé

Les jeudis | entre 13 h et 17 h



## Heure du conte

Les enfants et leurs parents sont invités à la bibliothèque **Samuel-Ouimet** pour se faire raconter des histoires qui stimulent l'imagination. L'heure du conte est suivie d'une petite activité.

Les dates et heures seront diffusées sur le site Internet et les réseaux sociaux de la Ville.



Activité gratuite



Aucune réservation requise



4 à 8 ans

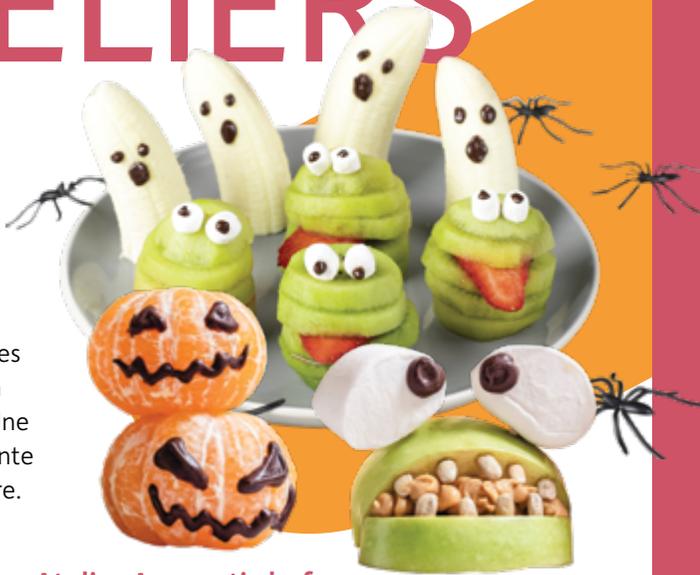


# ACTIVITÉS ATELIERS

## Ateliers culinaires d'Halloween

28 octobre | Complexe aquatique

Les jeunes découvriront des recettes amusantes et surprenantes tout en apprenant les bases de la cuisine. Une expérience délicieusement effrayante qui stimulera leur créativité culinaire.



### Atelier Mini-chef

3 à 6 ans | 10 h à 11 h

### Atelier Apprenti chef

7 à 10 ans | 11 h 30 à 12 h 30

## Ateliers LEGO

4 novembre | Centre sportif

Amusez-vous en famille tout en développant votre créativité grâce aux bâtiments emblématiques de l'univers LEGO.

### Le monde de Disney sur glace

Créez votre propre village du monde de Disney sur glace!

9 h à 10 h 15

### Les villes et châteaux de glace

Construisez des icebergs majestueux, des châteaux de glace ou votre propre village du Pôle Nord.

10 h 30 à 11 h 45



### Tarification et inscription



5 \$ / atelier



6,25 \$ / atelier Non-résident



819 425-8614 (24/7)



[villede-mont-tremblant.qc.ca/sportplus](http://villede-mont-tremblant.qc.ca/sportplus)

# COURS

## Mise en forme en salle

## Horaires et lieux

### Entraînement complet

Développez votre force, votre résistance et votre agilité avec des exercices de raffermissement ciblés pour l'ensemble du corps.

**Mardi** 10 h 30

Centre sportif

### Mobilité et étirements

Exercices de respiration et de flexibilité pour améliorer la souplesse et la mobilité. (60 min)

**Jeudi** 10 h 30

Centre sportif

### Pilates

Ce cours travaille l'alignement postural, la respiration ainsi que le renforcement des muscles. (55 min)

**Lundi** 17 h 15

Complexe aquatique

### Spin Zone

Activité de groupe sur vélos stationnaires. Profitez d'un entraînement avec un instructeur pour améliorer votre tonus musculaire et votre circulation sanguine. (55 min)

**Lundi** 17 h 45

Complexe aquatique

### Spin-Yoga **NOUVEAU**

Spinning et yoga, une combinaison yin-yang étonnante. (55 min)

**Mardi** 16 h 45

Complexe aquatique

### Spin-Muscu

Activité sur vélo stationnaire qui combine un entraînement cardiovasculaire et des étirements. (55 min)

**Mercredi** 17 h 45

Complexe aquatique

### Vitalité 50+

Programme de mise en forme idéal pour favoriser l'endurance cardiovasculaire et le maintien de la masse musculaire tout en améliorant l'équilibre, la coordination et la souplesse. (55 min)

**Lundi** 10 h 15

**Mercredi** 9 h

**Vendredi** 9 h

Complexe aquatique

### Yoga détente

Apprenez à bouger intentionnellement et à respirer pour mieux canaliser votre énergie et ainsi développer un regard clair sur le monde. (55 min)

**Lundi** 12 h

**Jeudi** 17 h

Complexe aquatique

### Yoga hatha

Un ensemble d'exercices visant la pleine conscience par la maîtrise du corps, en effectuant différentes postures et en apprenant à contrôler sa respiration. (55 min)

**Lundi** 18 h 30

Complexe aquatique

### Zumba

Programme d'entraînement physique complet sur des chorégraphies s'inspirant des danses latines (salsa, tango, flamenco, etc.). (55 min)

**Lundi** 10 h 30

**Mardi** 18 h

**Mercredi** 10 h 30

Complexe aquatique

## Session débutant le 18 septembre

### Mise en forme en piscine

### Horaires et lieux

#### Aquadynamix

Ce cours propose une foule d'activités stimulantes sous forme de jeux ou de défis. Le plaisir et l'énergie contagieuse du groupe vous feront progresser dans une ambiance conviviale et motivante. (55 min)

**Lundi** 19 h  
**Mardi** 9 h et 10 h 15  
**Jedi** 10 h  
**Vendredi** 9 h  
Complexe aquatique

#### Aquaforme

Entraînement en eau peu profonde qui favorise l'amélioration de la mobilité, de l'équilibre et du cardio, tout en minimisant l'impact sur les articulations. (55 min)

**Lundi** 9 h  
**Mercredi** 9 h  
Complexe aquatique

#### Aquajogging **NOUVEAU**

Entraînement cardiovasculaire sans impact sur les articulations. L'eau amortit les mouvements et sa résistance augmente la tonification musculaire. (55 min)

**Mercredi** 19 h  
Complexe aquatique

#### Aquapoussette **NOUVEAU**

Cours de remise en forme après l'accouchement et d'initiation à l'eau pour le bébé, alors que celui-ci est dans les bras de sa mère ou dans une poussette flottante. Bébés de 3 mois ou plus. (55 min)

**Lundi** 10 h  
Complexe aquatique

#### Aquaspinning

Entraînement sur vélo aquatique visant l'amélioration de la capacité cardiovasculaire et du tonus musculaire grâce à la résistance produite par l'eau. (55 min)

**Mercredi** 10 h  
**Jedi** 9 h  
**Vendredi** 10 h 15  
Complexe aquatique



### Inscription et tarification des **cours de mise en forme\***

#### En salle

	<b>R</b>	<b>NR</b>
15 à 54 ans	156 \$	195 \$
55 ans et +	126 \$	157,50 \$

#### En piscine

	<b>R</b>	<b>NR</b>
15 à 54 ans	126 \$	157,50 \$
55 ans et +	102 \$	127,50 \$



villedemont-tremblant.qc.ca/sportplus



819 425-8614 (24/7)

\* La programmation pourrait être modifiée sans préavis d'ici le début des inscriptions.

# Programme hiver ski/planche à neige

Le programme municipal de ski alpin et de planche à neige est offert aux enfants de 4 à 12 ans résidant à Mont-Tremblant et détenant la carte Accès Mont-Tremblant.

Ce programme s'échelonne sur 11 semaines (de janvier à mars) et les coûts sont répartis en parts égales entre le ou la participant-e, l'École sur neige de Station Mont Tremblant et la Ville de Mont-Tremblant.

## Conditions d'admissibilités

[villedemont-tremblant.qc.ca/  
programme-ski-et-planche](http://villedemont-tremblant.qc.ca/programme-ski-et-planche)



**Période d'inscription**  
2 au 13 octobre 2023



[villedemont-tremblant.qc.ca/  
/sportplus](http://villedemont-tremblant.qc.ca/sportplus)

## VOYAGE DE SKI À CHÂTEL

# SKIEZ LES ALPES GRATUITEMENT!

En mars 2024, la Ville de Mont-Tremblant en collaboration avec Châtel, sa ville jumelle en France, organise un voyage de ski de 7 à 10 jours dans les Alpes.

Réservé aux résident-e-s de Mont-Tremblant. Tarif préférentiel qui inclut une passe de ski gratuite à la station de ski Les Portes du Soleil!

Restez à l'affût de nos plateformes cet automne pour tous les détails.



[villedemont-tremblant.qc.ca/  
/chatel](http://villedemont-tremblant.qc.ca/chatel)

# PROGRAMMATION AUTOMNE 2023

Session du **18 septembre au 10 décembre** (12 cours)

# COMPLEXE AQUATIQUE

[complexeaquaticumont-tremblant.ca](http://complexeaquaticumont-tremblant.ca)



Inscriptions



En ligne  
[villedeumont-tremblant.qc.ca](http://villedeumont-tremblant.qc.ca/sportplus)  
[/sportplus](http://villedeumont-tremblant.qc.ca/sportplus)



819 425-8614



En personne au  
Complexe aquatique  
635, rue Cadieux

## Périodes d'inscription

**28 août au 14 septembre** pour les  
résident-e-s de Mont-Tremblant



**31 août au 14 septembre** pour les  
résident-e-s d'Amherst, Brébeuf, La Conception,  
Lac-Supérieur, Mont-Blanc et Montcalm



**5 au 14 septembre** pour tous et toutes

\* La programmation pourrait être modifiée sans préavis d'ici le début des inscriptions.

GRATUIT

## Natation parent-enfant et préscolaire de la Société de sauvetage

4 mois à 5 ans

### COURS PARENT-ENFANT

L'enfant apprivoise l'eau et apprend graduellement la flottaison, la nage sur le ventre et l'immersion.



Activité gratuite avec la carte Accès Mont-Tremblant  
Autres : 60 \$



### Parent-enfant 1

4 à 12 mois avec parent (30 min)

Mercredi, vendredi 9 h

### Parent-enfant 2

12 à 24 mois avec parent (30 min)

Mercredi, vendredi 9 h

Samedi 8 h 45

### Parent-enfant 3

24 à 36 mois avec parent (30 min)

Mercredi, vendredi 10 h 30

Samedi 9 h 15

GRATUIT

## Cours préscolaires

L'enfant apprend graduellement à nager sans parent, en commençant par la nage sur le ventre et sur le dos, puis sous l'eau. Il apprend le crawl et le dos crawlé.



Activité gratuite avec la carte Accès Mont-Tremblant  
Autres : 60 \$



### Préscolaire 1

3 à 5 ans avec parent (40 min)

Mercredi 11 h 15

Jedi 9 h

### Préscolaire 2

3 à 5 ans avec parent (40 min)

Jedi 10 h 30

Samedi 10 h

### Préscolaire 3

3 à 5 ans sans parent (40 min)

Vendredi 11 h 15

Samedi 10 h 55

### Préscolaire 4

3 à 5 ans sans parent (40 min)

Samedi 11 h 50

### Préscolaire 5

3 à 5 ans sans parent (40 min)

Samedi 11 h 50

## Natation junior de la Société de sauvetage

5 ans et plus (sans parent)

Les cours Nageurs 1 à 6 enseignent aux jeunes plusieurs styles de nage, des plongeurs et des sauts d'arrêt, en plus de leur faire pratiquer des entraînements de plus en plus longs.



Tarif

Nageur 1 à 4  
Nageur 5 et 6

R

66 \$  
96 \$

NR

82,50 \$  
120 \$

### Nageur 1 (40 min)

Dimanche 8 h 45

Lundi, mercredi 16 h 30

### Nageur 2 (40 min)

Dimanche 9 h 30

Lundi, mercredi 17 h 25

### Nageur 3 (40 min)

Dimanche 10 h 15

Jedi 16 h 30

### Nageur 4 (40 min)

Dimanche 11 h 10

Jedi 17 h 40

### Nageur 5 (55 min)

Jedi 18 h 20

### Nageur 6 (55 min)

Jedi 18 h 20

## Jeune sauveteur

Les cours Jeune sauveteur permettent aux jeunes de développer leurs habiletés de sauvetage et l'évaluation de victimes ainsi que d'apprendre les soins à prodiguer en cas d'urgence.



Tarif

Nageur 7 à 10

R

96 \$

NR

120 \$

### Nageur 7 – Jeune Sauveteur Initié (60 min)

Vendredi 18 h

### Nageur 8 – Jeune Sauveteur Averti (60 min)

Vendredi 18 h

### Nageur 9 – Jeune Sauveteur Expert (60 min)

Vendredi 18 h

### Nageur 10 – Étoile de bronze (60 min)

Vendredi 16 h 30

### Médaille de bronze (60 min)

Vendredi 18 h

GRATUIT



## Fermeture annuelle

Le Complexe aquatique est fermé du 21 août au 10 septembre 2023 pour permettre son entretien annuel. Durant cette période, le comptoir d'accueil demeure toutefois ouvert pour les inscriptions.

# INSTALLATIONS SPORTIVES

## Intérieures

### Gymnases

#### Centre sportif Mont-Tremblant

637, boul. du Docteur-Gervais

Lundi au vendredi 8 h à 22 h

Samedi et dimanche 8 h à 19 h

#### École secondaire Curé-Mercure

700, boul. du Docteur-Gervais

Lundi au vendredi 19 h à 21 h 30

---

#### Pratique libre, sans réservation

---

#### Réservation de plateaux (organisation autonome)

- Badminton
- Basketball
- Hockey-balle
- Pickleball
- Volleyball

Horaire (sous réserve de modification) :  
consultez Sport-Plus

*\* D'autres sports peuvent être pratiqués sur  
réservation, sous réserve de l'approbation du Service  
de la culture, des loisirs et de la vie communautaire.  
Vérifiez l'éligibilité par courriel ou par téléphone.*



### Aréna Gilles Cadieux

625, rue Cadieux

Horaire des activités : consultez  
Sport-Plus

- Plages horaires de patinage libre  
et de hockey libre offertes

### Réservation



[villedemont-tremblant.qc.ca  
/sports-interieurs](http://villedemont-tremblant.qc.ca/sports-interieurs)



[cultureetloisirs@villedemont-tremblant.qc.ca](mailto:cultureetloisirs@villedemont-tremblant.qc.ca)

# Extérieures

	Îlot sportif Erik Guay	Parc Daniel-Lauzon	Parc de la Digue	Parc du Mont-Plaisant	Parc de Nos-Étoiles	Parc des Optimistes	Parc du Centenaire	Parc de la Quenouille-Qui-Grouille	Parc du Sautte-Mouton	Parc récréatif de vélo (Village)
<b>Athlétisme</b>										
<b>Basketball</b>										
<b>Fers (jeu de)</b>										
<b>Football</b>										
<b>Frisbee</b>										
<b>Pétanque et palet américain</b>										
<b>Pickleball</b>										
<b>Planche à roulettes</b>										
<b>Rugby</b>										
<b>Soccer</b>										
<b>Tennis</b>										
<b>Vélo et BMX</b>										

Sauf indication contraire, toutes les installations sont ouvertes de 6 h à 23 h jusqu'à la mi-octobre, en fonction de la température, à l'exception de l'îlot sportif Erik Guay (7 h à 22 h).

## Canot, kayak et pêche



Consultez la carte du parcours canotable et des accès de pêche à [villede-mont-tremblant.qc.ca/eaux-vives](http://villede-mont-tremblant.qc.ca/eaux-vives)

Consultez le site Internet pour tous les détails, les heures d'ouverture, les réservations et les adresses des installations.



[villede-mont-tremblant.qc.ca/sports-exterieurs](http://villede-mont-tremblant.qc.ca/sports-exterieurs)



819 425-8614



**SENTIERS**  
Mont-Tremblant

## Profitez des couleurs !

À pied, en canot ou à vélo, cet automne, laissez-vous charmer par les couleurs vibrantes de nos forêts.



[villedeumont-tremblant.qc.ca/sentiers](http://villedeumont-tremblant.qc.ca/sentiers)

### Consultez les cartes et conditions de sentiers sur TrailHUB avant de vous déplacer !



819 425-8614



[sentiers@villedeumont-tremblant.qc.ca](mailto:sentiers@villedeumont-tremblant.qc.ca)



[villedeumont-tremblant.qc.ca/trailhub](http://villedeumont-tremblant.qc.ca/trailhub)



## Un mot sur nos incroyables bénévoles !

Le Service des sentiers de Mont-Tremblant tient à remercier les groupes de bénévoles dirigés par Bryan Nacus et le Club de Vélo Mont-Tremblant, qui ont fourni plus de 750 heures de travail acharné.

L'impressionnante contribution de ces bénévoles aux améliorations constantes des sentiers a très certainement contribué à la popularité croissante du réseau.

## Nouvelles cartes

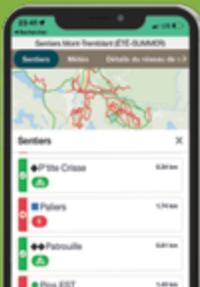


**ONDAGO**

Pour une visite des plus agréables dans nos sentiers, plusieurs cartes seront à votre disposition sur la plateforme ONDAGO, à compter du mois de septembre.

- Carte ski de fond (ski de fond classique et pas de patin)
- Carte de vélo de montagne
- Carte Hiver : sentiers de raquette, vélo sur neige et marche hivernale
- Carte Été : randonnée pédestre, piste cyclable, parcours canotable et accès pour la pêche

**Note :** Les personnes qui détiennent un compte ONDAGO et qui avaient déjà téléchargé les anciennes cartes, pourront toujours accéder à ces dernières. Pour votre sécurité, il est toutefois recommandé de supprimer les anciennes versions de l'application et de les remplacer par les nouvelles cartes.



### Tirez le meilleur de TrailHUB avec l'appli Web !

Recevez les notifications importantes concernant les sentiers ou accédez à l'ensemble des fonctionnalités, dont la géolocalisation sur carte.



**Installez TrailHUB**  
(non disponible sur  
AppStore ou Google Play)

# NOUVELLES PISTES

Ces deux pistes, qui ont vu le jour au cours de l'été 2023, sauront plaire aux cyclistes les plus habiles. Mais attention : rappelez-vous qu'il faut toujours marcher les modules et les étudier avant de vous lancer !

## RÉVO

Une piste doubles diamants noirs de type enduro dans le secteur Deer Mountain construite entièrement par l'équipe de bénévoles. Cette piste est de niveau très avancé et comporte des modules extrêmement difficiles.

## ROCK N'ROLL

Une piste de niveau double diamant noir de type enduro avec une succession de sauts à fosse située dans le secteur du golf le Diable. Son entrée se fait par le sentier Geai Bleu.

## Sentiers revus et améliorés

### PIN OUEST

Ce sentier a été doublé pour être à sens unique en montée et en descente. Il peut maintenant se rouler en descente depuis le sommet de Deer Mountain en prenant le sentier King Créole, une piste progressive bleue pour les cyclistes de niveau intermédiaire ou avancé.

### GORGE

Ce sentier très populaire a été redessiné pour améliorer son expérience et offrir de nouveaux défis. Des modules et virages surélevés ont été ajoutés et la ligne de sauts de type double diamant noir (en option sur la gauche du sentier) a été améliorée.

### CHOUETTE NORD

Ce sentier, qui traverse maintenant le complexe Verbier, est rouvert. La descente vers la rivière Diable est désormais à sens unique et se connecte au sentier Belvédère, ce qui permet une descente facile et fluide.



# PLEIN AIR

## Parc national du Mont-Tremblant

3824, ch. du Lac-Supérieur, Lac-Supérieur

Présentez votre **carte Accès Mont-Tremblant** au poste d'accueil de la Diable ou au Centre de découverte pour recevoir gratuitement une carte d'accès annuelle à votre nom. Pour connaître les heures d'ouverture, veuillez consulter le site Internet de la SÉPAQ.



Accès gratuit



819 688-2281



[sepaq.com/pq/mot](http://sepaq.com/pq/mot)



**RABAIS DE 15 % À 20 %**

### Avantages de la carte Accès Mont-Tremblant

Obtenez de **15 % à 20 % de réduction** sur les billets quotidiens, la location d'équipement récréatif, les achats en boutique, les activités nautiques, la location de sites de camping et plusieurs autres activités.



## Domaine Saint-Bernard

539, ch. Saint-Bernard, Mont-Tremblant

Plus de 55 km de sentiers attendent les adeptes de plein air de tout âge.



Accès gratuit



819 425-3588



[domainsaintbernard.org](http://domainsaintbernard.org)



**NOUVEAU**

Location d'équipement et de vélos hybrides. Choix de trois parcours récréatifs.

# Organismes communautaires

## CLUBS SPORTIFS

- Association de hockey mineur Mont-Tremblant  
ahmmt.com
- Club de natation Mont-Tremblant  
natationmont-tremblant.com
- Club de Rugby Football Mont-Tremblant  
mtrfcwebsite.wixsite.com/mtrfc\_1
- Club de ski de fond Tremblant Nordique  
tremblant-nordique.com | 819 687-8356
- Club de vélo Mont-Tremblant  
velomonttremblant.com
- Club Tri-Action de Mont-Tremblant  
triationtremblant.com
- Corporation du parc linéaire Le P'tit Train du Nord  
ptittrainduord.com | 450 745-0185
- Les Archers de Mont-Tremblant  
les-archers-de-mont-tremblant.com
- Les Moucheurs EnDiablés  
moucheursendiabls.com
- Ligue de frisbee Ultimate Tremblant  
ultimatetremblant@gmail.com
- Ligue de pétanque du Nord  
819 688-2835
- Patinage Mont-Tremblant  
cpamont-tremblant.com | 819 429-9318
- Soutana FC – Club de soccer Mont-Tremblant  
soccermonttremblant.ca | 819 430-7022

## SPECTACLES, ART ET PATRIMOINE

- Le Chœur Tremblant  
choeurtremblant.com | 873 279-2848
- Société du patrimoine SOPABIC  
sopabic-patrimoine.org | 819 717-4224

Pour consulter l'ensemble des organismes, visitez [villedemont-tremblant.qc.ca/organismes-communautaires](http://villedemont-tremblant.qc.ca/organismes-communautaires)



Bonne nouvelle ! La Ville de Mont-Tremblant est fière d'accueillir sur son territoire le Club Basketball Mont-Tremblant qui débutera ses activités dès cet automne.

Cet organisme proposera des activités pour les adeptes de basketball, telles que des séances de mini-basket pour les 9 à 12 ans et une ligue compétitive pour les 16 ans et plus.

Restez à l'affût de la page Facebook « Basketball Mont-Tremblant » pour plus d'information sur les inscriptions et les horaires.

Ce guide est publié par la Ville de Mont-Tremblant.

Tirage : 4000 copies

Rédaction et coordination : Service des communications et des relations citoyennes

Conception et réalisation graphique : LACOM inc.

Révision : Marie-Élaine Gervais

Dépôt légal : Bibliothèque nationale du Québec

Première  
**SCÈNE**  
MONT-TREMBLANT

La Ville de Mont-Tremblant dévoilera la  
**PROGRAMMATION 2024** de Première Scène,  
lors du concert de Flore Laurentienne  
(voir page 4).

**MILK &  
BONE**  
PREMIÈRE PARTIE :  
LAURENCE-ANNE



**HÂTEZ-  
VOUS!**  
IL RESTE  
ENCORE  
QUELQUES  
BILLETS.

**9 DÉC.  
2023**  
**35 \$\***

SALLE DE SPECTACLE DE  
**L'ÉGLISE  
DU VILLAGE**  
1829, ch. du Village

## BILLETTERIE



[villedemont-tremblant.qc.ca/premierescene](http://villedemont-tremblant.qc.ca/premierescene)



En personne, à l'accueil du Service de la culture, des loisirs et de la vie communautaire  
635, rue Cadieux



Au téléphone, avec une carte de crédit  
**819 425-8614 (24/7)**

Bénéficiez d'un rabais de 10 % avec  
la carte Accès Mont-Tremblant !



\* Frais de billetterie inclus, taxes en sus.