sherbrooke loisirs-action
Du plaisir à proximité!

HIVER

PROGRAMMATION JEUNESSE



3 FAÇONS DE S'INSCRIRE

À compter du 11 DÉCEMBRE 2026, dès 8h30.

sherbrookeloisirsaction.com

819-821-5780

1308, boul. de Portland





PRÉ-INSCRIPTION

Les participants à l'une de nos activités de la session d'AUTOMNE 2026 ainsi que les membres de la famille résidant à la même adresse pourront se préinscrire à compter du 9 décembre 2026, 8h30.

Pour participer à une activité, l'enfant doit avoir l'âge minimal requis durant la session.

Des frais de 50% sur le coût d'inscription s'appliqueront pour les non-résidents de la ville de Sherbrooke âgés entre 5 à 15 ans.

En cas de disparité entre cette programmation et le site Internet, l'information sur le site Internet prévaut.

Ville de Sherbrooke

HIVER

PROGRAMMATION JEUNESSE

18 MOIS À 4 ANS



sherbrooke loisirs-action
Du plaisir à proximité!

Un minimum d'inscriptions est requis pour débuter chacun des cours, merci de votre compréhension.

Légende
- Parent - Enfant
- ★ Nouveauté

SPORTS / ACTIF / DYNAMIQUE

Éveil à l'activité physique - 18 mois à 2 ans

samedi	9h30 à 10h15	23 janv. au 3 avril	65 $	École Hélène-Boullé - Gymnase	(Congé: 27 mars)
dimanche	9h30 à 10h15	24 janv. au 4 avril	65 $	École Hélène-Boullé - Gymnase	(Congé: 28 mars)

Éveil à l'activité physique - 2 à 3 ans

samedi	10h30 à 11h30	23 janv. au 3 avril	70 $	École Hélène-Boullé - Gymnase	(Congé: 27 mars)
dimanche	10h30 à 11h30	24 janv. au 4 avril	70 $	École Hélène-Boullé - Gymnase	(Congé: 28 mars)

Mini-acrobate - 3 à 4 ans

samedi	9h40 à 10h25	23 janv. au 3 avril	75 $	Salésien - Palestre	(Congé: 27 mars)
samedi	10h35 à 11h20	23 janv. au 3 avril	75 $	Salésien - Palestre	(Congé: 27 mars)

★ Mini-acrobate - 3 à 4 ans

samedi	8h45 à 9h30	23 janv au 3 avril	75 $	Salésien - Palestre	(Congé: 27 mars)

★ Mini-patin - 3 à 4 ans

dimanche	10h50 à 11h50	24 janv. au 14 fév.	À venir	Complexe sportif Thibault GM	

Mini-soccer - 3 à 4 ans

dimanche	9h40 à 10h25	24 janv. au 4 avril	60 $	Centre comm. F-Dunn - Palestre	(Congé: 28 mars)
dimanche	10h35 à 11h20	24 janv. au 4 avril	60 $	Centre comm. F-Dunn - Palestre	(Congé: 28 mars)

Mini-sportif - 3-4 ans

dimanche	8h45 à 9h30	24 janv. au 4 avril	60 $	Centre comm. F-Dunn - Palestre	(Congé: 28 mars)

Karaté par le jeu - 4 à 6 ans

mardi	18h à 18h45	12 janv. au 16 mars	65 $	Parc André-Viger - Pav. J-Byrns	Marc Fournier
mercredi	18h à 18h45	13 janv. au 17 mars	65 $	École Soleil-Levant - Cafétéria	Marc Fournier

Karaté par le jeu famille (1 adulte/1 enfant de 4 à 6 ans)

mardi	18h45 à 19h30	12 janv. au 16 mars	100 $	Parc André-Viger - Pav. J-Byrns	Marc Fournier

Petits pas de danse - 3 à 4 ans / Spectacle: date à venir

samedi	8h45 à 9h30	23 janv. au 3 avril	60 $	Centre comm. F.-Dunn - salle 122-123	(congé: 27 mars)
samedi	9h45 à 10h30	23 janv. au 3 avril	60 $	Centre comm. F.-Dunn - salle 122-123	(congé: 27 mars)
samedi	10h45 à 11h30	23 janv. au 3 avril	60 $	Centre comm. F.-Dunn - salle 122-123	(congé: 27 mars)

ARTS / DÉCOUVERTE

★ Éveil musical - 18 mois à 2 ans

samedi	8h45 à 9h30	23 janv. au 3 avril	75 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 120-121	(Congé: 27 mars)

★ Éveil musical - 3 à 4 ans

samedi	9h45 à 10h30	23 janv. au 3 avril	75 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 120-121	(Congé: 27 mars)

★ Il était une fois... - 3 à 4 ans

dimanche	10h00 à 11h00	7 mars 2026	Gratuit	Centre comm. F-Dunn - Salle 003	

Mini-cuistot - 3 à 4 ans

dimanche	9h00 à 10h00	24 janv. au 21 fév.	80 $	Centre comm. F.-Dunn - Cuisine	
dimanche	10h15 à 11h15	24 janv. au 21 fév.	80 $	Centre comm. F.-Dunn - Cuisine	

★ Mini-curieux: Les 5 sens - 2 à 3 ans

dimanche	9h à 9h45	14 fév. au 14 mars	65 $	Centre comm. F.-Dunn - salle 122-123	

Yoga ludique - 4 à 9 ans

samedi	9h30 à 10h30	23 janv. au 13 mars	92 $	Parc André-Viger - Pav. J-Byrns	

Inscription : sherbrookeloisirsaction.com • 819-821-5780 • 1308, boul. de Portland

sherbrooke loisirs-action
Du plaisir à proximité!

HIVER

PROGRAMMATION JEUNESSE

5 À 17 ANS



Un minimum d'inscriptions est requis pour débuter chacun des cours, merci de votre compréhension.

Légende
- Parent - Enfant
- Nouveauté

SPORTS - ACTIF - DYNAMIQUE

Acrobate - 8 à 11 ans

samedi	14h30 à 15h30	23 janv. au 3 avril	75 $	Le Salésien - Palestre	(congé: 27 mars)

Basketball - 8 à 11 ans

samedi	14h15 à 15h15	23 janv. au 3 avril	65 $	École Hélène-Boullé - Gymnase	(congé: 27 mars)

Cheerleading - 8 à 11 ans

dimanche	9h55 à 10h55	24 janv. au 4 avril	78 $	Le Salésien - Palestre	(congé: 28 mars)

Cirque aérien - 8 à 15 ans

dimanche	13h00 à 14h00	24 janv. au 21 fév.	115 $	École de cirque de Sherbrooke	

Danse country pop - 10 ans et plus

mercredi	19h45 à 20h45	20 janv. au 31 mars	85 $	Centre comm. F-Dunn - Palestre	(congé: 3 mars)

Danse jazz - 8 à 15 ans / Spectacle: date à venir

samedi	11h45 à 12h45	23 janv. au 3 avril	65 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 122-123	(congé: 27 mars)

Escalade - 5 à 7 ans

samedi	9h00 à 10h00	23 janv. au 11 avril	160 $	Vertige Escalade	(congés: 6 et 27 fév, 6 et 27 mars)

Escalade Niveau 1 - 8 à 11 ans

dimanche	11h25 à 12h25	24 janv. au 4 avril	85 $	Le Salésien - Palestre	(congé: 28 mars)

Escalade Niveau 2 - 8 à 15 ans

dimanche	12h35 à 13h35	24 janv. au 4 avril	85 $	Le Salésien - Palestre	(congé: 28 mars)

Golf - 8 à 15 ans

samedi	14h30 à 15h30	23 janv. au 3 avril	65 $	Centre comm. F-Dunn - Palestre	(congé: 27 mars)

Hip hop débutant - 8 à 11 ans / Spectacle: date à venir

samedi	11h15 à 12h30	23 janv. au 10 avril	68 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 003	(congés: 20-27 mars)

Hip hop intermédiaire/avancé - 8 à 15 ans / Spectacle: date à venir

samedi	13h00 à 14h15	23 janv. au 10 avril	68 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 003	(congés: 20-27 mars)

Karaté par le jeu - 4 à 6 ans

mardi	18h à 18h45	12 janv. au 16 mars	65 $	Parc André-Viger - Pav. J-Byrns	Marc Fournier
mercredi	18h à 18h45	13 janv. au 17 mars	65 $	École Soleil-Levant - Cafétéria	Marc Fournier

Karaté par le jeu famille (1 adulte/1 enfant de 4 à 6 ans)

mardi	18h45 à 19h30	12 janv. au 16 mars	100 $	Parc André-Viger - Pav. J-Byrns	Marc Fournier

Karaté ceintures blanches débutants et intermédiaire - 7 ans et plus

mercredi	18h00 à 19h00	13 janv. au 31 mars	78 $	École Soleil-Levant - Gymnase	Pierre Bruneau
vendredi	18h00 à 19h00	15 janv. au 2 avril	72 $	École Soleil-Levant - Gymnase	(congé: 19 fév.)
samedi	8h30 à 9h30	16 janv. au 3 avril	72 $	École Soleil-Levant - Gymnase	(congé: 20 fév.)

Karaté ceintures jaunes et plus - 7 ans et plus

mercredi	19h00 à 20h00	13 janv. au 31 mars	78 $	École Soleil-Levant - Gymnase	Pierre Bruneau
vendredi	19h00 à 20h30	15 janv. au 2 avril	82 $	École Soleil-Levant - Gymnase	(congé: 19 fév.)
samedi	9h30 à 11h00	16 janv. au 3 avril	82 $	École Soleil-Levant - Gymnase	(congé: 20 fév.)

HIVER

PROGRAMMATION JEUNESSE

5 À 17 ANS



Un minimum d'inscriptions est requis pour débuter chacun des cours, merci de votre compréhension.

Légende
- Parent - Enfant
- ★ Nouveauté

SPORTS - ACTIF - DYNAMIQUE

Hockey cosom - 8 à 11 ans					
samedi	10h00 à 11h00	23 janv. au 3 avril	65 $	Centre comm. F-Dunn - Palestre	(congé: 27 mars)
Hyrox «kids» - 8 à 15 ans					
samedi	11h00 à 11h45	23 janv. au 20 mars	130 $	Maxicub Rock Foest - Édifice UPA	(congé: 6 mars)
Jeux d'épées en mousse - 8 à 11 ans					
dimanche	13h00 à 14h00	24 janv. au 4 avril	110 $	École Hélène-Boullé - Gymnase	(congé: 28 mars)
Parkour - 5 à 7 ans					
dimanche	14h05 à 15h05	24 janv. au 4 avril	100 $	Le Salésien - Palestre	(congé: 28 mars)
Parkour - 8 à 15 ans					
dimanche	15h15 à 16h15	24 janv. au 4 avril	100$	Le Salésien - Palestre	(congé: 28 mars)
★ **Patin - 8 à 11 ans**					
dimanche	14h20 à 15h20	24 janv. au 14 fév.	À venir	Complexe sportif Thibault GM	
Petit acrobate - 5 à 7 ans					
samedi	12h00 à 13h00	23 janv. au 3 avril	75 $	Le Salésien - Palestre	(congé: 27 mars)
samedi	13h15 à 14h15	23 janv. au 3 avril	75 $	Le Salésien - Palestre	(congé: 27 mars)
★ **Petit basketball - 5 à 7 ans**					
samedi	13h00 à 14h00	23 janv. au 3 avril	65 $	École Hélène-Boullé - Gymnase	(congé: 27 mars)
Petit cheerleading - 5 à 7 ans					
dimanche	8h45 à 9h45	24 janv. au 4 avril	78 $	Le Salésien - Palestre	(congé: 28 mars)
★ **Petit hockey cosom - 5 à 7 ans**					
samedi	8h45 à 9h45	23 janv. au 3 avril	65 $	Centre comm. F-Dunn - Palestre	(congé: 27 mars)

FEST'Hiver

- Artiste en musique
- Feu de camp
- Tire sur neige
- Jeux gonflables
- Fripévénement
- Chocolat chaud et guimauves
- D'autres surprises

LE SAMEDI 6 FÉVRIER DE 12H30 À 16H

PARC ST-ALPHONSE-DE-LIGUORI

En cas de mauvais temps, l'activité sera remise au 7 février



Gratuit!

Pour toute la famille

Inscription : sherbrookeloisirsaction.com • 819-821-5780 • 1308, boul. de Portland

HIVER

PROGRAMMATION JEUNESSE

5 À 17 ANS



sherbrooke loisirs-action
Du plaisir à proximité!

Un minimum d'inscriptions est requis pour débuter chacun des cours, merci de votre compréhension.

Légende
- Parent - Enfant
- ★ Nouveauté

SPORTS - ACTIF - DYNAMIQUE

★	**Petit patin - 5 à 7 ans**				
	dimanche	12h00 à 13h00	24 janv. au 14 fév.	À venir	Complexe sportif Thibault GM
	dimanche	13h10 à 14h10	24 janv. au 14 fév.	À venir	Complexe sportif Thibault GM
	Petits sportifs - 5 à 7 ans				
	dimanche	11h30 à 12h30	24 janv. au 4 avril	65 $	Centre comm. F-Dunn - Palestre (congé: 28 mars)
	Petit soccer - 5 à 7 ans				
	dimanche	13h00 à 14h00	24 janv. au 4 avril	65 $	Centre comm. F-Dunn - Palestre (congé: 28 mars)
	Skateboard - Multi-niveaux - 5 à 11 ans				
	samedi	11h30 à 12h30	23 janv. au 13 mars	85 $	Centre comm. F-Dunn - Palestre
	Snow-skate - 5 à 11 ans				
	samedi	10h15 à 11h15	23 janv. au 13 fév.	85 $	Centre comm. F-Dunn - Skateparc
	Soccer - 8 à 11 ans				
	dimanche	14h05 à 15h05	24 janv. au 4 avril	65 $	Centre comm. F-Dunn - Palestre (congé: 28 mars)
★	**Soccer-ado - 12 à 17 ans**				
	dimanche	15h10 à 16h10	24 janv. au 4 avril	65 $	Centre comm. F-Dunn - Palestre (congé: 28 mars)
	Suis le rythme - 5 à 7 ans / Spectacle: date à venir				
	samedi	8h45 à 9h45	23 janv. au 10 avril	65 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 003 (congés: 20-27 mars)
	samedi	10h00 à 11h00	23 janv. au 10 avril	65 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 003 (congés: 20-27 mars)
	Tennis de table - 8 à 15 ans				
	jeudi	17h00 à 18h00	28 janv. au 1er avril	90 $	Carrfour de l'Estrie - Club C.E.T.T.E.
	Ultimate frisbee - 5 à 7 ans				
	samedi	13h00 à 14h00	23 janv. au 3 avril	70 $	Centre comm. F-Dunn - Palestre (congé: 27 mars)
	Yoga ludique - 4 à 9 ans				
	samedi	9h30 à 10h30	23 janv. au 13 mars	92 $	Parc André-Viger - Pav. J-Byrns
	Yoga ludique - 9 à 12 ans				
	samedi	10h45 à 11h45	23 janv. au 13 mars	92 $	Parc André-Viger - Pav. J-Byrns

UN COCO POUR MON COCO

Venez célébrer Pâques en famille dans un cadre magnifique au bord du lac des Nations.

Au programme: Chasse aux cocos dans le parc, décoration d'œufs en chocolat, création d'un panier de Pâques, bricolages, animation et surprises sur le thème.

Lieu : Parc Jacques Cartier - Pavillon Armand Nadeau - salle 103
Tarif : 25$ en pré-vente jusqu'au 01 mars puis 30$ par famille (2 adultes / 2 enfants)
Le prix indiqué s'applique à la famille complète (2 adultes maximum)



Inscription : sherbrookeloisirsaction.com • 819-821-5780 • 1308, boul. de Portland



sherbrooke loisirs-action
Du plaisir à proximité!

HIVER

PROGRAMMATION JEUNESSE

5 À 17 ANS

Un minimum d'inscriptions est requis pour débuter chacun des cours, merci de votre compréhension.

Légende
- Parent - Enfant
- ★ Nouveauté

ARTS / DÉCOUVERTE

★	**Apprenti ingénieur - 12 à 15 ans**					
	samedi	13h00 à 14h30	23 janv. au 27 février	90 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 122-123	
	Aventure-peinture - 8 à 11 ans					
	dimanche	13h30 à 14h30	24 janvier au 4 avril	75 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 122-123	(congé: 28 mars)
★	**Comédie musicale - 10 à 17 ans / Spectacle: date à venir**					
	samedi	14h45 à 16h00	23 janv. au 3 avril	95 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 120-121	(congé: 27 mars)
	Couture - 8 à 15 ans					
	samedi	14h45 à 15h45	23 janv. au 3 avril	75 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 122-123	(congé: 27 mars)
	Création de bandes dessinées - 8 à 11 ans					
	dimanche	10h30 à 11h30	24 janv. au 4 avril	75 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 122-123	(congé: 28 mars)
★	**Crochet - 10 à 17 ans**					
	dimanche	14h45 à 15h45	24 janv. au 4 avril	75 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 120-121	(congé: 28 mars)
★	**Crochet - 10 à 17 ans**					
	dimanche	14h45 à 15h45	24 janv. au 4 avril	100 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 120-121	(congé: 28 mars)
	Cuistot - 8 à 11 ans					
	dimanche	11h30 à 12h30	24 janv. au 21 fév.	80 $	Centre comm. F-Dunn - Cuisine	
★	**Cuistot ado - 13 à 17 ans**					
	dimanche	12h30 à 14h00	7 mars au 4 avril	85 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 120-121/Cuisine	(congé: 28 mars)
	Improvisation - 8 à 15 ans					
	samedi	10h45 à 11h45	23 janv. au 3 avril	65 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 120-121	(congé: 27 mars)
	Petit acteur - 5 à 7 ans					
	samedi	12h00 à 13h00	23 janv. au 3 avril	65 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 120-121	(congé: 27 mars)
	Petit artiste - 5 à 7 ans					
	dimanche	12h00 à 13h00	24 janv. au 4 avril	75 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 122-123	(congé: 28 mars)
	Petit cuistot - 5 à 7 ans					
	dimanche	13h00 à 14h00	24 janv. au 21 fév.	80 $	Centre comm. F-Dunn - Cuisine	
	Petit scientifique - 5 à 7 ans					
	dimanche	9h00 à 10h00	24 janv. au 4 avril	90 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 120-121	(congé: 28 mars)
	Scientifique - 8 à 11 ans					
	dimanche	10h30 à 11h15	24 janv. au 4 avril	90 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 120-121	(congé: 28 mars)
	Théâtre - 8 à 15 ans / Spectacle: date à venir					
	samedi	13h15 à 14h30	23 janv. au 3 avril	95 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 120-121	(congé: 27 mars)

Inscription : sherbrookeloisirsaction.com • 819-821-5780 • 1308, boul. de Portland

HIVER

PROGRAMMATION JEUNESSE

5 À 17 ANS



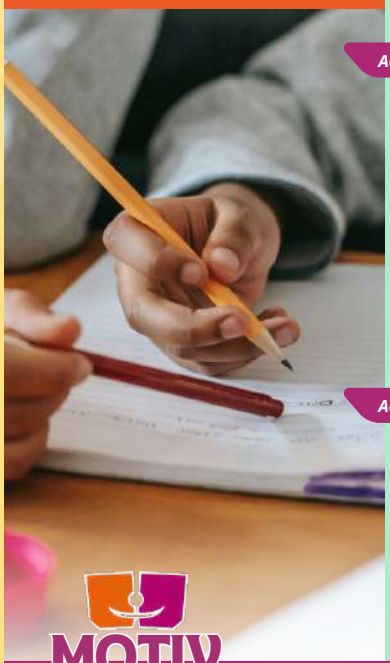
Un minimum d'inscriptions est requis pour débuter chacun des cours, merci de votre compréhension.

Légende
- Parent - Enfant
- Nouveauté

ATELIERS

Autodéfense - 8 à 15 ans					
samedi	13h00 à 14h00	6 mars 2027	25 $	École Soleil-Levant - Gymnase	P. Bruneau
★ **Cuisine de film - 8 ans et plus**					
dimanche	10h00 à 11h30	4 avril 2027	40 $	Centre comm. F-Dunn - Cuisine	
Gardiennage - 11 à 15 ans					
dimanche	9h00 à 16h00	14 février 2027	45 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 003	
dimanche	9h00 à 16h00	21 mars 2027	45 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 003	
Je me garde - 8 à 11 ans					
dimanche	13h00 à 15h00	7 février 2027	25 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 003	
dimanche	13h00 à 15h00	14 mars 2027	25 $	Centre comm. F-Dunn - Salle 003	
virtuel	Lien envoyé tous les vendredi		20 $	À la maison, au moment désiré	
Prévention des morsures - 7 ans et plus					
mercredi	18h00 à 19h30	24 février 2027	36 $	Pav. Armand-Nadeau - Salle 103	
Survie en forêt - Construction d'abri + allumage d'un feu - 7 à 11 ans					
Informations à venir - Voir le site Internet					Carb. Aventure

NOUVEAU PROGRAMME



AIDE AUX DEVOIRS

Primaire / Secondaire

Accompagnement semi-privé

Mardi - 5-15 ans
16h30 à 18h00
Parc J-Cartier - Chalet 12-15

150$ /8 semaines

TUTORAT À DOMICILE

Primaire / Secondaire

Accompagnement individuel

2 formules offertes

190$ /4 séances de 1h

365$ /8 séances de 1h

**** Les prix comprennent le déplacement et la planification du tuteur.*

MOTIV ACTION

Pour tous les détails, consultez notre site Internet
www.sherbrookeloisirsaction.com



Inscription : sherbrookeloisirsaction.com • 819-821-5780 • 1308, boul. de Portland