


# PROGRAMMATION GROUPES DE MARCHE ÉTÉ 2026

Direction du programme jeunesse et des activités de  
santé publique

30 mars 2026

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de l'Est-de-  
l'Île-de-Montréal

Québec 



# PROGRAMMATION GROUPES DE MARCHÉ

## ÉTÉ 2026

### 1.0 Été 2026

Les groupes de marche s'adressent aux personnes de 50 ans et plus. L'accompagnement par des kinésologues offre une variété de façons de pratiquer la marche : parcours variés (parcs ou environnements urbains), intégration d'exercices en utilisant le mobilier urbain, et initiation à la marche avec des bâtons.

\*Veuillez noter que la présence d'un(e) kinésologue ne peut être garantie en tout temps surtout lors des congés fériés et des vacances estivales.

\*\*Les marches ont lieu beau temps, mauvais temps à moins d'une température extrême (orage, chaleur accablante, etc.)

Liste des parcs ayant des groupes de marche par secteur :

#### Rosemont

##### **Parc Pélican**

Lundi : 9h00-10h00  
Début : 25 mai 2026  
Départ au 5200 Molson

##### **Parc Lafond ( André-Lavallée)**

Mercredi : 9h15-10h15  
Début : 13 mai 2026  
Départ au coin Laurier/Lafond

##### **Parc Maisonneuve**

Lundi et mercredi : 11h15-12h00  
Toute l'année  
Départ au coin Viau/  
Des Sorbiers

#### Saint-Michel

##### **Parc François-Perrault**

Lundi : 10h30-11h30  
Début : 6 juillet 2026  
Départ à l'entrée du coin de  
Puccini/François-Perrault

#### Mercier Est/Ouest

##### **Parc Thomas-Chapais**

Mardi : 9h30-10h30  
Début : 8 juillet 2026  
Départ au coin Des  
Ormeaux/Tiffin

##### **Parc du Vaisseau-d'Or**

Mardi : 9h30-10h30  
Début : 26 mai 2026  
Départ du 3101 Paul-David

##### **Parc Bellerive**

Mercredi : 09h30-10h30  
Début : 8 juillet 2026  
Départ au chalet d'accueil

##### **Parc Félix-Leclerc**

Jeudi : 9h30-10h30  
Début : 09 juillet 2026  
Départ au coin Beaubien/  
François-Boivin

#### Rivière-des-Prairies

##### **Parc Armand-Bombardier**

Mardi : 11h00-12h00  
Jeudi : 11h15-12h00 déjà débuté  
Début : 7 juillet 2026  
Départ au chalet d'accueil

#### Saint-Léonard

##### **Parc Delorme**

Jeudi : 9h30-10h30  
Début : 09 juillet 2026  
Départ au chalet d'accueil

#### Hochelaga- Maisonneuve

##### **Parc Ovila-Pelletier**

Mardi : 11h00-12h00  
Début : 7 juillet 2026  
Départ : Grosse Fontaine  
d'eau du marché  
maisonneuve

##### **Parc Morgan**

Vendredi : 9h30-10h30  
Début : 5 juin 2026  
Départ au chalet du parc

#### Pointe-aux-Trembles

##### **Parc Clémentine-de-la- Rousselière**

Mercredi : 11h00-12h00  
Début : 8 juillet 2026  
Départ au chalet d'accueil