

PROGRAMMATION GROUPE DE MARCHÉ ÉTÉ 2025

Direction du programme jeunesse et des activités de
santé publique

21 mai 2025

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

Québec



PROGRAMMATION GROUPES DE MARCHÉ

ÉTÉ 2025

1.0 Été 2025

Les groupes de marche s'adressent aux personnes de 50 ans et plus. L'accompagnement par des kinésiologues 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) kinésiologue 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 : 28 avril 2025

Départ au 5200 Molson

Parc Saint-Émile

Mercredi : 10h30-11h30

Début : 28 mai 2025

Départ au coin Rachel/Saint-Germain

Parc Étienne-Desmarteau

Mercredi : 9h00-10h00

Début : 9 juillet 2025

Départ à l'entrée Beaubien/18^e

Parc Maisonneuve

Lundi et mercredi : 11h15-12h00

Toute l'année

Départ au coin Viau/
Des Sorbiers

Saint-Michel

Parc Frédérick-Back

Lundi : 10h30-11h30

Début : 7 juillet 2025

Départ à l'entrée du coin
Deville/2^e Avenue

Mercier Est/Ouest

Parc Thomas-Chapais

Mardi : 9h30-10h30

Début : 8 juillet 2025

Départ au coin Des
Ormeaux/Tiffin

Parc du Vaisseau-d'Or

Mardi : 9h30-10h30

Début : 20 mai 2025

Départ du 3101 Paul-David

Parc Bellerive

Mardi : 11h00-12h00

Début : 8 juillet 2025

Départ au chalet d'accueil

Parc Félix-Leclerc

Jeudi : 9h30-10h30

Début : 29 mai 2025

Départ au coin Beaubien/
François-Boivin

Rivière-des-Prairies

Parc Armand-Bombardier

Mardi : 11h15-12h00

Jeudi : 11h00-12h00

Début : 22 mai 2025

Départ au chalet d'accueil

Saint-Léonard

Parc Ladauversière

Lundi : 9h30-10h30

Début : 7 juillet 2025

Départ au 5555 Jean-Talon E

Parc Delorme

Jeudi : 9h30-10h30

Début : 26 juin 2025

Départ au coin Jarry/Malouin

Pointe-aux-Trembles

Parc François-Vaillancourt

Mardi : 11h00-12h00

Début : 8 juillet 2025

Départ à l'entrée 28^e
Avenue/Ubalde-Paquin