

ENFANTS - 3 À 5 ANS

CLUB DES ENFANTS JUNIOR

Venez nous rejoindre pour des sports, bricolages, arts et jeux. Ateliers, films et événements spéciaux sont inclus dans le plaisir.

Âge : 3 à 5 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67655	V	18h30-19h30	9 sep	Cours : 15	AB/AI/AP 0 \$	NA 97,50 \$
67658	V	18h30-19h30	13 jan	Cours : 12	AB/AI/AP 0 \$	NA 78 \$

GYM POUR LES ENFANT D'ÂGE PRÉSCOLAIRE

L'accent est mis sur le mouvement et le développement de la coordination par les jeux actifs et les sports.

Âge : 3 à 5 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67647	S	9h15-10h00	10 sep	Cours : 15	AB 75 \$ AI/AP 0 \$	NA 97,50 \$
67648	S	9h15-10h00	14 jan	Cours : 12	AB 60 \$ AI/AP 0 \$	NA 78 \$

GYM ET NAGE - PRÉSCOLAIRE

Amusez-vous en développant le mouvement et la coordination dans notre gym suivie d'une baignade avec votre enfant. Les parents accompagnent les enfants dans la piscine.

Âge : 3 à 5 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67422	J	9h00-10h25	8 sep	Cours : 15	AB 105 \$ AI/AP 0 \$	NA 136,50 \$
67517	J	9h00-10h25	12 jan	Cours : 12	AB 84 \$ AI/AP 0 \$	NA 109,20 \$

ATELIER PRÉSCOLAIRE - YOGA

Un atelier parent-enfant qui initie les enfants d'âge préscolaire aux poses de yoga de base tout en favorisant l'équilibre, la flexibilité et l'amplitude des mouvements. Apprenez à aider votre enfant à se détendre et à demeurer en santé dans un environnement amusant et motivant.

Âge : 3 ans et plus

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67652	V	10h45-11h45	9 sep	Cours : 6	AB/AI/AP 0 \$	NA 39 \$
67653	V	10h45-11h45	21 oct	Cours : 6	AB/AI/AP 0 \$	NA 39 \$
67649	V	10h45-11h45	13 jan	Cours : 6	AB/AI/AP 0 \$	NA 39 \$
67650	V	10h45-11h45	24 fév	Cours : 6	AB/AI/AP 0 \$	NA 39 \$

SOCCER PRÉSCOLAIRE

Ce cours enseigne les rudiments du soccer au moyen d'exercices et de jeu simulé dans un milieu non compétitif.

Âge : 3 à 5 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67639	S	10h15-11h00	10 sep	Cours : 15	AB/AI/AP 0 \$	NA 97,50 \$
-------	---	-------------	--------	------------	---------------	-------------

ÂGE 2 À 7 ANS

Halte-Garderie

MINI PORT À PLACE D'ORLÉANS

Exploité par le YMCA-YWCA, le Mini Port est une aire de jeu sécuritaire où les enfants (de 2 à 7 ans) peuvent se cacher dans des tunnels, grimper sur des points et s'amuser en grand! Nous offrons également un service où vous pouvez nous confier vos enfants pendant que vous magasinez.

Lundi au vendredi9h30 à 12h
Samedi9h30 à 12h
Dimanche12h à 16h

Pour plus d'information, veuillez composer le 613.834.8631.

PORT PIZZAZZ AU CENTRE COMMERCIAL BAYSHORE

Exploité par le YMCA-YWCA, Port Pizzazz est un endroit merveilleux pour vos enfants (de 2 ½ ans à 7 ans) lorsque vous désirez les tenir occupés pendant que vous magasinez. Pour chaque tranche de 75 \$ que vous dépensez au centre commercial Bayshore, vous recevrez un coupon pour UNE HEURE GRATUITE à Port Pizzazz. Veuillez noter que les enfants doivent avoir appris la propreté.

Lundi au samedi9h à 20h
Dimanche10h à 18h

Pour plus d'information, veuillez visiter les services à la clientèle situés au premier niveau, ou composez le 613.721.0319.

ÂGE 4 À 9 ANS

Fêtes pour enfants

Venez célébrer votre fête d'anniversaire avec nous! Vous pouvez choisir parmi nos options en salle ou avec piscine. Nous fournissons :

- 1 heure dans la salle de fêtes
- 1 heure de jeux actifs ou de sports OU 45 minutes dans la piscine
- 1 surveillant pour un maximum de 15 enfants (fête d'anniversaire)
- 1 surveillant + 1 sauveteur(euse) pour un maximum de 15 enfants (fête d'anniversaire + piscine)
- Le personnel organise et nettoie la salle

Réservez votre date à l'un des Y suivants : Y de Carlingwood, Y de Clarence-Rockland, Y de Kanata, Y de Nepean, Y de la famille Ruddy ou Y de la famille Taggart.

FÊTES D'ANNIVERSAIRE : AB/AI/AP 75 \$ NA 100 \$

FÊTES D'ANNIVERSAIRE + PISCINE : AB/AI/AP 125 \$ NA 150 \$

EXPRESSIONS PRÉSCOLAIRE

Venez nous rejoindre pour des sports, bricolages, arts et jeux. Ateliers, films, événements spéciaux sont inclus dans le plaisir.

Âge : 3 à 5 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67644	Ma	9h30-10h15	6 sep	Cours : 15	AB 75 \$	AI/AP 0 \$	NA 97,50 \$
67646	Ma	9h30-10h15	10 jan	Cours : 12	AB 60 \$	AI/AP 0 \$	NA 78 \$

ENFANTS - 6 À 12 ANS

SOCCKER POUR LES ENFANTS – TECHNIQUES ET EXERCICES

Apprenez et pratiquez des techniques de soccer tout en apprenant les règles du jeu.

Âge : 6 à 9 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67672	Ma	18h00-19h00	10 jan	Cours : 12	AB 60 \$	AI/AP 0 \$	NA 78 \$
-------	----	-------------	--------	------------	----------	------------	----------

Âge : 10 à 12 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67673	Ma	19h00-20h00	10 jan	Cours : 12	AB 60 \$	AI/AP 0 \$	NA 78 \$
-------	----	-------------	--------	------------	----------	------------	----------

CLUB DES ENFANTS

Venez nous rejoindre pour des sports, bricolages, arts et jeux. Ateliers, films et événements spéciaux sont inclus dans le plaisir.

Âge : 6 à 12 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67632	V	18h00-20h00	9 sep	Cours : 15	AB AB/AI/AP 0 \$	NA 195 \$
67634	V	18h00-20h00	13 jan	Cours : 12	AB AB/AI/AP 0 \$	NA 156 \$

INITIATION AU BASKET-BALL

Développez et mettez en pratique vos habiletés en basket-ball tout en apprenant les règles du jeu.

Âge : 6 à 9 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67670	Ma	18h00-19h00	6 sep	Cours : 15	AB 75 \$	AI/AP 0 \$	NA 97,50 \$
-------	----	-------------	-------	------------	----------	------------	-------------

Âge : 10 à 12 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67671	Ma	19h00-20h00	6 sep	Cours : 15	AB 75 \$	AI/AP 0 \$	NA 97,50 \$
-------	----	-------------	-------	------------	----------	------------	-------------

EDUCATION PHYSIQUE POUR LES ENFANTS QUI REÇOIVENT LEUR ENSEIGNEMENT À DOMICILE

Ce cours offre la possibilité de faire de l'éducation aux enfants qui reçoivent leur enseignement à domicile par leurs parents. Ce cours d'animation en gymnase du Y comprends des sports et des groupes de jeux actifs.

Âge : 6 à 13 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67656	J	11h00-13h00	8 sep	Cours : 15	AB/AI/AP 0 \$	NA 195 \$
67657	J	11h00-13h00	12 jan	Cours : 12	AB/AI/AP 0 \$	NA 156 \$

ACADÉMIE DES JEUNES DU Y NOUVEAUTÉ

L'Académie des jeunes du Y est un programme de 4 semaines visant à encourager la pratique de l'activité physique, à promouvoir une bonne forme physique et à favoriser des enfants en meilleure santé. Les participants en apprendront davantage sur leur santé au moyen de séances théoriques interactives portant sur des thèmes tels que la mécanique musculaire, le poids santé et une alimentation bien équilibrée, qui seront complétées par des séances actives d'entraînement et de conditionnement.

Âge : 10 à 13 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67809	L, Me	18h00-19h30	26 sep	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
68058	Ma, J	18h00-19h30	27 sep	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
67810	L, Me	18h00-19h30	24 oct	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
68059	Ma, J	18h00-19h30	25 oct	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
67811	L, Me	18h00-19h30	21 nov	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
68060	Ma, J	18h00-19h30	22 nov	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
68061	L, Me	18h00-19h30	9 jan	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
67680	Ma, J	18h00-19h30	10 jan	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
68062	L, Me	18h00-19h30	6 fév	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
67681	Ma, J	18h00-19h30	7 fév	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
68063	L, Me	18h00-19h30	5 mar	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
67814	Ma, J	18h00-19h30	6 mar	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$

COMBO SPORTIF

Un programme sportif qui enseigne plusieurs sports de partout à travers le monde. Le développement des habiletés, les règles des jeux et le principe de l'esprit sportif en fait un programme important tout jeune athlète.

Âge : 6 à 9 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67662	J	18h00-19h00	8 sep	Cours : 15	AB 75 \$	AI/AP 0 \$	NA 97,50 \$
67659	J	18h00-19h00	12 jan	Cours : 12	AB 60 \$	AI/AP 0 \$	NA 78 \$

Âge : 10 à 12 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67663	J	19h00-20h00	8 sep	Cours : 15	AB 75 \$	AI/AP 0 \$	NA 97,50 \$
67660	J	19h00-20h00	12 jan	Cours : 12	AB 60 \$	AI/AP 0 \$	NA 78 \$

AB – Abonnement de base AI – Abonnement inclusif AP – Abonnement plus NA – Non-abonné

EXPRESSION CRÉATIVE POUR ENFANTS

Opportunity for creative expression. Various projects that involve art. Une excellente occasion pour les enfants d'exprimer leur créativité par l'entremise de divers projets comprenant des arts, du théâtre, du mouvement et de la danse.

Âge : 6 à 9 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67640	S	9h00-10h00	10 sep	Cours : 15	AB 75 \$	AI/AP 0 \$	NA 97,50 \$
67642	S	9h00-10h00	14 jan	Cours : 12	AB 60 \$	AI/AP 0 \$	NA 78 \$

Âge : 10 à 12 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67641	S	10h00-11h00	10 sep	Cours : 15	AB 75 \$	AI/AP 0 \$	NA 97,50 \$
67643	S	10h00-11h00	14 jan	Cours : 12	AB 60 \$	AI/AP 0 \$	NA 78 \$

TAE KWON DO FAMILIALE

Explorez votre potentiel avec Tae E. Lee Tae Kwon Do. Ce cours d'introduction est pour les débutants: enfants, adolescent, adultes et familles. Aucune expérience requise. Les bénéficiés du programmes incluront la confiance en soi, la discipline, la concentration, l'amélioration de conditionnement physique, la coordination et le bien-être physique. Tae E. Lee est officiellement reconnu par la Fédération mondiale de Tae Kwon Do.

Âge : 6 ans et plus

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67664	Me	18h00-19h00	7 sep	Cours : 15	AB 75 \$	AI/AP 0 \$	NA 97,50 \$
67665	Me	18h00-19h00	11 jan	Cours : 12	AB 60 \$	AI/AP 0 \$	NA 78 \$

ÂGE 6 À 12 ANS

Camp des Vacances d'hiver

27 au 30 décembre et 2 au 6 janvier | 9h à 16h30

Un endroit magnifique pour vos enfants pendant leurs vacances d'hiver. Joignez vous à nous pour des jeux, du bricolage, des sports, des activités à l'extérieur, de la musique et beaucoup plus encore. **Pré camp et après camp disponible.**

AB/AI/AP 32 \$/JOUR NA 35 \$/JOUR

Disponible au Y de Clarence-Rockland, 613.446.7679

TAE KWON DO FAMILIALE - INTERMÉDIAIRE/AVANCÉ

Explorez votre potentiel avec Tae E. Lee Tae Kwon Do. Ce cours d'introduction est pour les débutants: enfants, adolescent, adultes et familles. Aucune expérience requise. Les bénéficiés du programmes incluront la confiance en soi, la discipline, la concentration, l'amélioration de conditionnement physique, la coordination et le bien-être physique. Tae E. Lee est officiellement reconnu par la Fédération mondiale de Tae Kwon Do. Ceintures jaune, orange et vert – intermédiaire. Ceintures bleu et plus haut – avancé.

Âge : 6 ans et plus

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67667	Me	19h00-20h00	7 sep	Cours : 15	AB 75 \$	AI/AP 0 \$	NA 97,50 \$
67666	Me	19h00-20h00	11 jan	Cours : 12	AB 60 \$	AI/AP 0 \$	NA 78 \$

PROGRAMME SEUL À LA MAISON

Le programme Seul à la maison vise à enseigner aux enfants les habiletés et connaissances nécessaires pour être en sécurité et agir de façon responsable quand ils sont seuls à la maison. Il les aidera à comprendre comment prévenir les problèmes, réagir dans des situations réelles, tout en les gardant occupés et en sécurité. La sécurité, les premiers soins et les techniques de réconfort sont abordés dans ce programme au moyen de jeux interactifs et de mises en situation. Il est recommandé de suivre ce programme avant de prendre part au programme de gardiennage d'enfant.

Âge : 10 à 12 ans

Y DE CLARENCE-ROCKLAND

68052	S	13h00-16h00	12 nov	Cours : 1	AB 15 \$	AI/AP 0 \$	NA 19,50 \$
-------	---	-------------	--------	-----------	----------	------------	-------------

ÂGE 6 À 12 ANS

Camp de vacances de mars

12 au 16 mars 2012 | 9h à 16h30

Venez nous rejoindre à votre Y local pour des jeux, bricolages, sports, activités extérieures, de la cuisine, et une sortie de glissement. La natation est disponible aux centres avec piscines.

AB/AI/AP 144 \$ NA 160 \$

Pré camp, après camp et option journalière disponible. SVP communiquez avec le Coordonnateur(trice), Programmes des enfants, des adolescent(e)s et de la famille de votre centre pour plus d'informations.

AB – Abonnement de base AI – Abonnement inclusif AP – Abonnement plus NA – Non-abonné

HOCKEY DE LA RUE LNH

Offert par la LNH et les Sénateurs d'Ottawa, ce programme communautaire encourage les enfants à apprendre les rudiments du hockey de rue et à acquérir des aptitudes en matière de travail en équipe, de manipulation de la balle, de tirs au but et de passes. Les matches ont lieu à l'intérieur et à l'extérieur.

Âge : 6 à 9 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67637	S	9h00-10h00	10 sep	Cours : 15	AB/AI/AP 0 \$	NA 97,50 \$
67635	S	9h00-10h00	14 jan	Cours : 12	AB/AI/AP 0 \$	NA 78 \$

Âge : 10 à 12 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67638	S	10h00-11h00	10 sep	Cours : 15	AB/AI/AP 0 \$	NA 97,50 \$
67636	S	10h00-11h00	14 jan	Cours : 12	AB/AI/AP 0 \$	NA 78 \$

JEUNES - 13 À 17 ANS

ACADÉMIE DES JEUNES DU Y NOUVEAUTÉ

L'Académie des jeunes du Y est un programme de 4 semaines visant à encourager la pratique de l'activité physique, à promouvoir une bonne forme physique et à favoriser des enfants en meilleure santé. Les participants en apprendront davantage sur leur santé au moyen de séances théoriques interactives portant sur des thèmes tels que la mécanique musculaire, le poids santé et une alimentation bien équilibrée, qui seront complétées par des séances actives d'entraînement et de conditionnement.

Âge : 10 à 13 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67809	L, Me	18h00-19h30	26 sep	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
68058	Ma, J	18h00-19h30	27 sep	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
67810	L, Me	18h00-19h30	24 oct	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
68059	Ma, J	18h00-19h30	25 oct	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
67811	L, Me	18h00-19h30	21 nov	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
68060	Ma, J	18h00-19h30	22 nov	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
68061	L, Me	18h00-19h30	9 jan	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
67680	Ma, J	18h00-19h30	10 jan	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
68062	L, Me	18h00-19h30	6 fév	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
67681	Ma, J	18h00-19h30	7 fév	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
68063	L, Me	18h00-19h30	5 mar	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$
67814	Ma, J	18h00-19h30	6 mar	Cours : 8	AB/AI/AP/NA 0 \$

EDUCATION PHYSIQUE POUR LES ENFANTS QUI REÇOIVENT LEUR ENSEIGNEMENT À DOMICILE

Ce cours offre la possibilité de faire de l'éducation aux enfants qui reçoivent leur enseignement à domicile par leurs parents. Ce cours d'animation en gymnase du Y comprends des sports et des groupes de jeux actifs.

Âge : 6 à 13 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67656	J	11h00-13h00	08 Sep	Cours : 15	AB/AI/AP 0 \$	NA 195 \$
67657	J	11h00-13h00	12 Jan	Cours : 12	AB/AI/AP 0 \$	NA 156 \$

COURS DE GARDIENNAGE

Le cours du Y est sanctionné par un certificat, permettra aux jeunes gens de comprendre et de perfectionner les compétences nécessaires à la surveillance responsable d'enfants. Les sujets suivants seront abordés: la création d'un milieu bienveillant, les divertissements, les caractéristiques appropriés au développement de chaque groupe d'âges, la sécurité, la prévention d'accidents, la gestion des défis face à des comportements difficiles.

Âge : 11 à 14 ans

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67668	S,D	13h00-18h00, V 18h00-20h00	15 oct	Cours : 3	AB 60 \$	AI/AP 0 \$	NA 78 \$
67669	S,D	13h00-18h00, V 18h00-20h00	18 fév	Cours : 3	AB 60 \$	AI/AP 0 \$	NA 78 \$

TAE KWON DO FAMILIALE

Explorez votre potentiel avec Tae E. Lee Tae Kwon Do. Ce cours d'introduction est pour les débutants: enfants, adolescent, adultes et familles. Aucune expérience requise. Les bénéfices du programmes incluront la confiance en soi, la discipline, la concentration, l'amélioration de conditionnement physique, la coordination et le bien-être physique. Tae E. Lee est officiellement reconnu par la Fédération mondiale de Tae Kwon Do.

Âge : 6 ans et plus

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67664	Me	18h00-19h00	7 sep	Cours : 15	AB 75 \$	AI/AP 0 \$	NA 97,50 \$
67665	Me	18h00-19h00	11 jan	Cours : 12	AB 60 \$	AI/AP 0 \$	NA 78 \$

TAE KWON DO FAMILIALE - INTERMÉDIAIRE/AVANCÉ

Explorez votre potentiel avec Tae E. Lee Tae Kwon Do. Ce cours d'introduction est pour les débutants: enfants, adolescent, adultes et familles. Aucune expérience requise. Les bénéfices du programmes incluront la confiance en soi, la discipline, la concentration, l'amélioration de conditionnement physique, la coordination et le bien-être physique. Tae E. Lee est officiellement reconnu par la Fédération mondiale de Tae Kwon Do. Ceintures jaune, orange et vert – intermédiaire. Ceintures bleu et plus haut – avancé.

Âge : 6 ans et plus

Y DE CLARENCE ROCKLAND

67667	Me	19h00-20h00	7 sep	Cours : 15	AB 75 \$	AI/AP 0 \$	NA 97,50 \$
67666	Me	19h00-20h00	11 jan	Cours : 12	AB 60 \$	AI/AP 0 \$	NA 78 \$

AB – Abonnement de base AI – Abonnement inclusif AP – Abonnement plus NA – Non-abonné