

CSSS d'Argenteuil

*Répertoire  
des ressources en  
activité physique  
dans la MRC d'Argenteuil*

*Octobre 2010*

Centre de santé et de services sociaux  
d'Argenteuil





## **Répertoire des ressources en activité physique** **dans la MRC d'Argenteuil**

Ce répertoire a été monté avec les informations recueillies dans les journaux, l'annuaire téléphonique et suite à des contacts téléphoniques avec les différentes municipalités de la MRC d'Argenteuil.

Il se veut un outil de référence pour aider la population à choisir une activité physique appropriée et trouver l'endroit où pratiquer cette activité. Cet outil n'est donc pas un outil de marketing faisant la promotion et la vente de services.

Ce répertoire peut être modifié en tout temps. Si toutefois vous connaissez une activité ou un endroit où pratiquer de l'activité physique qui n'est pas inscrit dans ce répertoire, veuillez svp contacter :

Pascale Bellemare, M.Sc. Kinésiologue  
CSSS d'Argenteuil  
(450)562-3761 #8339  
pascale\_bellemare@ssss.gouv.qc.ca

# Activités par ville et municipalité

## **Brownsburg-Chatham** [www.brownsburgchatham.ca](http://www.brownsburgchatham.ca)

- 
- **Aréna Gilles-Lupien**  
200, MacVicar  
(450)562-5249
  - **Camping municipal de Brownsburg-Chatham**  
457, rte des Outaouais  
(450)562-1456  
[www.campingquebec.com](http://www.campingquebec.com)
  - **Centre équestre La Clé des Champs**  
564, route du Canton  
(819)242-4536  
<http://www.clefdeschamps.ca>
  - **Centre équestre le Ranch Robert**  
74, chemin Fuller  
(450)562-9869  
<http://www.ranchrobert.com/>
  - **Club de curling de Brownsburg**  
241 des Érables  
(450)533-6723,  
<http://www.curling-quebec.qc.ca>
  - **Club de golf l'Oasis**  
424, route du Nord  
(450)562-1094  
<http://www.golfoasis.ca>
  - **Centre de ski de fond et raquettes La Randonnée**  
424 route du Nord  
(450)533-6687 #237  
<http://www.brownsburgchatham.ca/accueil/affichage.asp?langue=1&B=998>
  - **La Route Verte**  
1-866-562-1457  
[www.routeverte.com](http://www.routeverte.com)
  - **Patinoires extérieures**  
Parc Rolland-Cadieux et Parc de la Nature
  - **Piste cyclable Mélanie Parent**  
Rue des Érables
  - **Ranch Monalea**  
44 ch. Fuller  
(450)562-8649
  - **Terrain de balle-molle**  
Parc Rolland-Cadieux  
Parc de la Nature
  - **Terrain de basketball**  
Stationnement de l'Aréna Gilles-Lupien  
200, MacVicar
  - **Terrain de mini-soccer**  
Parc Rolland-Cadieux
  - **Terrain de tennis**  
À côté de l'Aréna Gilles-Lupien  
200, MacVicar  
(450) 533-6687 #237

**Gore** [www.cantondegore.qc.ca](http://www.cantondegore.qc.ca)

- **Patinoire extérieure**  
Parc municipal  
Chemin Cambria
- **Terrain de basketball**  
Parc municipal  
Chemin Cambria
- **Terrain de baseball**  
Grace Park  
Chemin Breamar
- **Terrain de soccer**  
Parc municipal  
Chemin Cambria

**Grenville** [www.municipalitegrenville.qc.ca](http://www.municipalitegrenville.qc.ca)

- 
- **Club de marche de Grenville**  
Madeleine Desforges  
(819)242-3706
  - **Terrain de basketball**  
Sur la patinoire  
Parc des Loisirs  
Rue Tri-Jean
  - **Danse en ligne**  
Marie-Reine Brault  
(819)242-4618
  - **Terrains de pétanque**  
parc près du canal
  - **Patinoire extérieure**  
Parc des Loisirs  
Rue Tri-Jean
  - **Terrain de soccer**  
Parc des Loisirs  
Rue Tri-Jean
  - **Programme P.I.E.D**  
Point de service du CSSS  
Argenteuil à Grenville  
93, rue des Érables  
(450)562-3761 #2268
  - **Viactive**  
Centre communautaire  
21, rue Tri-Jean  
Céline Lauzière  
(819)242-2982
  - **Sentier pédestre**  
Départ en face du 240,  
Principale
  - **Zumba**  
Centre communautaire  
21, rue Tri-Jean  
Amy Cooper
  - **Terrain de balle-molle**  
Parc des Loisirs  
Rue Tri-Jean

## **Grenville-sur-la-Rouge** [www.grenvillesurlarouge.ca](http://www.grenvillesurlarouge.ca)

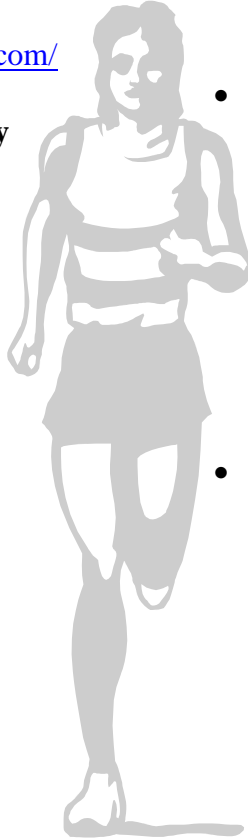
- **Aventures en Eau Vive**  
1199 chemin de la Rivière-Rouge  
(819)242-6084  
<http://www.eauviverafting.ca>
- **Club de golf Carling Lake**  
2235 route 327  
(450)533-5333  
<http://www.golfcarlinglake.com/>
- **Club de golf Hidden Valley**  
7 McRae  
(819)242-6734
- **Nouveau Monde**  
100 ch. de la Rivière-Rouge  
(819) 242-7238/1-800-361-5033  
<http://www.newworld.ca/fr/>
- **Patinoire extérieure**  
Centre Paul-Bougie  
435, Principale
- **Propulsion Excursions en rivière**  
14 ch. de la Rivière-Rouge  
(819)242-6160  
<http://www.propulsion.ca/>

## **Harrington** [www.harrington.ca](http://www.harrington.ca)

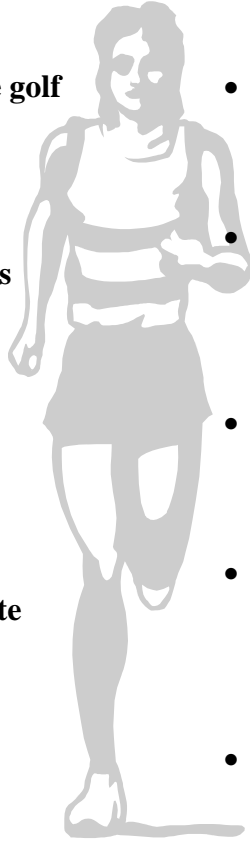
- **1-888-RAFTING**  
11, ch, de la Rivière-  
Maskinongé  
1-888-723-8464
- **Sentier de marche**  
Parc Madeline Maquis  
route 327

## **Lachute** [www.ville.lachute.qc.ca](http://www.ville.lachute.qc.ca)

- **Aréna Kevin-Lowe-Pierre-Pagé**  
80 rue Hamford  
(450)562-5249
- **Association du hockey mineur**  
(450)562-9482
- **Badminton libre**  
Gymnase du Laurentien High  
School  
Luc Poulin  
(450)562-3457
- **Association de baseball d'Argenteuil**  
Patrick Hamelin  
(450)562-0534
- **Canot route d'Argenteuil**  
Départ sur le boul. de l'Aéroparc  
à Lachute et arrivée à la halte  
municipale de St-André-  
d'Argenteuil  
[http://tourismeargenteuil.com/database/Image\\_usager/2/documents/listes/1476\\_001.pdf](http://tourismeargenteuil.com/database/Image_usager/2/documents/listes/1476_001.pdf)



- **Centre de karaté Lachute**  
Gymnase de l'école St-Alexandre  
451, Grace  
(450)562-3481
- **Centre de motivation O'Brien-Martineau**  
27, avenue Argenteuil  
(450)562-6262
- **Centre d'entraînement de golf L'Albatros**  
541, boul. Cristini  
(450)562-0992
- **Centre de Tai Chi le Lotus**  
397, Principale  
(450)562-4151
- **Club de boxe olympique**  
27, avenue Argenteuil  
Jean-Pierre Richer  
(450)562-6262
- **Club de curling de Lachute**  
60, Harriet  
(450)562-7413
- **Club de danse carrée**  
Linda  
(450)562-3916
- **Club de golf Lachute**  
355 Bethany  
(450)562-5228  
<http://www.golflachute.com/>
- **Club de gymnastique Barany**  
505 Bethany  
Steve Desjardins  
(450)562-5624
- **Club de marche Les Milles Pas d'Argenteuil**  
Cindy Lacireno  
(450)562-5205
- **Club de patinage artistique de Lachute**  
80, Hamford  
Sonia Caron  
(819)242-5799
- **Club de soccer juvénile**  
Juanita Munoz  
(450)562-3903
- **Club d'Haltérophilie du Nord Inc.**  
Guy Marineau  
(450)537-3930
- **Club Santé Argenteuil**  
232, Bethany  
(450)566-0384
- **Danse en ligne**  
634, Lafleur  
Micheline Gauthier  
(450)562-4881
- **Dimension danse**  
385 B, Principale  
Jessica Généreux Carrière  
(450)613-3000
- **École de danse et d'arts**  
523, Berry  
Christiane Raymond  
(450)562-3600
- **Ensemble folklorique Les bons Voisins**  
Gabriel Laurin  
(450)562-8632



- **Genyoga**  
56, rue Charles  
(450)562-8202
- **Groupe 50+ Bouger +**  
Martine Ayotte  
(450)562-3761 #2332
- **Gymnase de la Polyvalente Lavigne** (réservations)  
452, Argenteuil  
(450)562-8841
- **Karaté O.N.K.I.**  
(450)533-6621
- **Ligue de tennis**  
Parc Ayers  
Sylvie Meunier  
(450)562-1144
- **Patinoires extérieures :**  
Parc Ayers, École St-Julien,  
École St-Alexandre, Polyvalente  
Lavigne, Aréna Kevin-Lowe-  
Pierre-Pagé (anneau de glace  
extérieur)
- **Piscine extérieure et jeux d'eau**  
Parc Ayers  
(450)562-0025
- **Piscine intérieure**  
Polyvalente Lavigne  
Cours de natation, d'aquaforme  
et bains libres  
452 avenue Argenteuil  
(450)562-8842
- **Piste d'athlétisme**  
Polyvalente Lavigne  
452, Argenteuil  
(450)562-8841
- **Programme P.I.E.D.**  
Villa Mont-Joie  
241 Élizabeth  
(450)562-3761 #2268
- **Quilles Pierre Bélanger**  
438 Principale  
(450)562-6759
- **Quillorama Lachute**  
450 Bethany  
(450)562-9566
- **Réseau de pistes cyclables**
- **Skatepark**  
Maison des Jeunes  
70, Hamford  
(450)562-3078
- **Terrain de football**  
Polyvalente Lavigne  
452, Argenteuil  
(450)562-8841
- **Terrains de pétanque**  
Parc Richelieu
- **Terrain de soccer**  
Polyvalente Lavigne  
452, Argenteuil  
(450)562-8841
- **Terrains de tennis**  
Parc Ayers  
(450)562-0332
- **Terrains de volleyball**  
Polyvalente Lavigne  
452, Argenteuil
- **Viactive**  
Villa Mont-Joie  
241, Élizabeth  
Martine Ayotte  
(450) 562-3761 #2332



## **Milles-Isles** [www.mille-isles.ca](http://www.mille-isles.ca)

- **Patinoire extérieure**  
Parc de l'Hôtel-de-ville  
Chemin de Milles-Isles
- **Sentier de raquette**  
Départ près de la caserne de pompier  
Chemin de Milles-Isles  
[http://www.mille-isles.ca/database/Image\\_usager/2/Loisir/Sentier%20de%20raquette/sentier%20de%20raquette.pdf](http://www.mille-isles.ca/database/Image_usager/2/Loisir/Sentier%20de%20raquette/sentier%20de%20raquette.pdf)
- **Terrain de basketball**  
Patinoire du Parc de l'Hôtel-de-ville  
Chemin de Milles-Isles



## **St-André-d'Argenteuil** [www.saintandredargenteuil.ca](http://www.saintandredargenteuil.ca)

- **Boisé multi-ressources Von Allmen**  
Route 344  
(450)537-3527
- **Canot : Circuit canotable de la Route Bleue**  
[www.sentiermaritime.ca](http://www.sentiermaritime.ca)
- **Canot route d'Argenteuil**  
Départ dans l'Aéroparc de Lachute et arrivée à la halte municipale de St-André-d'Argenteuil  
[http://tourismeargenteuil.com/database/Image\\_usager/2/documents/listes/1476\\_001.pdf](http://tourismeargenteuil.com/database/Image_usager/2/documents/listes/1476_001.pdf)
- **Club de golf St-André Est**  
137, rue de la Seigneurie  
(450)537-3533  
<http://www.groupebeaudet.com>
- **Club de marche ActiForme**  
Jovette Labelle  
(450)537-8306
- **Cours de Pilates**  
Nicole Moussin  
(450)537-1488
- **L. Ranch**  
2780 ch. l'Ile-aux-Chats  
(450)562-4341
- **Patinoire extérieure**  
École primaire St-André  
1, rue Legault
- **Parc de Carillon**  
Route 344  
(450)537-7272  
<http://www.parccarillon.ca/>



- **Pistes cyclables**  
La Route Verte et réseau municipal  
[http://www.saintandredargenteuil.ca/database/Image\\_usager/2/reglements/PU-5A.pdf](http://www.saintandredargenteuil.ca/database/Image_usager/2/reglements/PU-5A.pdf)  
[http://www.saintandredargenteuil.ca/database/Image\\_usager/2/reglements/PU-5B.pdf](http://www.saintandredargenteuil.ca/database/Image_usager/2/reglements/PU-5B.pdf)
- **Rigolfeur Carillon**  
Parc de Carillon, route 344  
(450)537-7272  
<http://www.parccarillon.ca/rigolfeur.php>



- **Samedivélo**  
Départ de l'école primaire St-André  
1, rue Legault  
(450)537-3527 #48  
[www.samedivelo.com](http://www.samedivelo.com)
- **Terrain de baseball**  
École primaire St-André  
1, rue Legault
- **Terrain de basketball**  
École primaire St-André  
1, rue Legault
- **Terrain de tennis**  
À côté de l'Hôtel-de-ville  
10, rue de la Mairie

**Wentworth** [www.wentworth.ca](http://www.wentworth.ca)

- **Patinoire extérieure**  
Centre récréatif de Wentworth  
84, ch. Louisa
- **Ranch JLP**  
7014 route Principale  
(450)533-4586

# Activités par catégorie

## Aérobic

- **Club Santé Argenteuil**  
232 Bethany  
Lachute  
Danielle Lamoureux  
(450)566-0384
- **Zumba**  
Centre communautaire  
21, rue Tri-Jean  
Grenville  
Amy Cooper

## Aquaforme

- **Piscine intérieure**  
Polyvalente Lavigne  
452 avenue Argenteuil  
Lachute  
(450)562-8842

## Badminton

- **Badminton libre**  
Gymnase du Laurentien High School  
Luc Poulin  
(450)562-3457

## Baseball et balle-molle

- **Association de baseball d'Argenteuil**  
Lachute  
Patrick Hamelin  
(450)562-0534
- **Terrain de balle-molle**  
Parc des Loisirs  
rue Tri-Jean  
Grenville



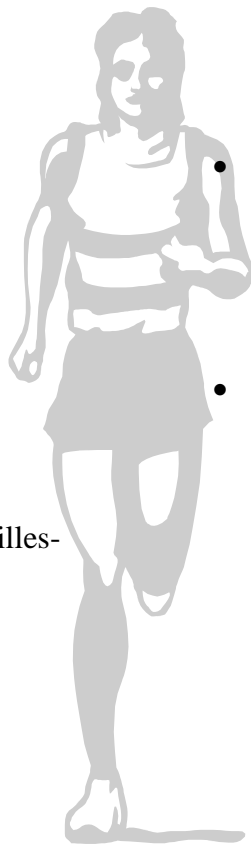
- **Terrain de baseball**  
École primaire St-André  
1, rue Legault  
St-André-d'Argenteuil

- **Terrain de baseball**  
Grace Park  
chemin Breamar  
Gore

- **Terrain de balle-molle**  
Parc Rolland-Cadieux et au Parc de la Nature  
Brownsburg-Chatham

## **Basketball**

- **Terrain de basketball**  
École primaire St-André  
1, rue Legault  
St-André-d'Argenteuil
- **Terrain de basketball**  
Parc municipal  
Chemin Cambria  
Gore
- **Terrain de basketball**  
Stationnement de l'Aréna Gilles-Lupien  
200, MacVicar  
Brownsburg-Chatham



- **Terrain de basketball**  
Patinoire du Parc de l'Hôtel-de-ville  
Chemin de Milles-Isles  
Milles-Isles
- **Terrain de basketball**  
Patinoire au Parc des Loisirs  
Rue Tri-Jean  
Grenville

## **Boxe**

- **Club de boxe olympique**  
27 avenue Argenteuil  
Lachute  
Jean-Pierre Richer  
(450)562-6262

## Canot

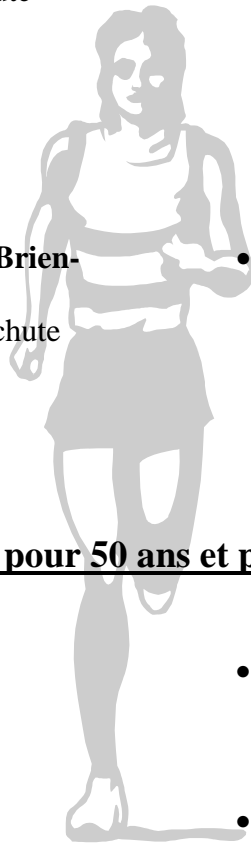
- **Camping municipal de Brownsburg-Chatham**  
457, rte des Outaouais  
Brownsburg-Chatham  
(450)562-1456  
[www.campingquebec.com](http://www.campingquebec.com)
- **Canot à St-André-d'Argenteuil :**  
Circuit canotable de la Route Bleue  
[www.sentiermaritime.ca](http://www.sentiermaritime.ca)
- **Canot route d'Argenteuil,**  
Départ sur le boul. de l'Aéroparc à Lachute et arrivée à la halte municipale de St-André-d'Argenteuil  
[http://tourismeargenteuil.com/dabase/Image\\_usager/2/documents/listes/1476\\_001.pdf](http://tourismeargenteuil.com/dabase/Image_usager/2/documents/listes/1476_001.pdf)

## Conditionnement physique

- **Centre de motivation O'Brien-Martineau**  
27 avenue Argenteuil, Lachute  
(450)562-6262
- **Club Santé Argenteuil**  
232 Bethany  
Lachute  
(450)566-0384

## Conditionnement physique pour 50 ans et plus

- **Club de danse carrée**  
Lachute  
Linda  
(450)562-3916
- **Danse en ligne**  
Grenville  
Marie-Reine Brault  
(819)242-4618
- **Danse en ligne**  
634, Lafleur  
Lachute  
Micheline Gauthier  
(450)562-4881
- **Groupe 50+ Bouger +**  
Martine Ayotte  
(450)562-3761 #2332
- **Programme P.I.E.D.**  
(65 ans et plus)  
Point de service du CSSS Argenteuil à Grenville  
93, rue des Érables  
Grenville  
(450)562-3761 #2268



- **Programme P.I.E.D.**  
(65 ans et plus)  
Villa Mont-Joie  
241 Élizabeth  
Lachute  
(450)562-3761 #2268

- **Viactive**  
Centre communautaire de  
Grenville  
21, rue Tri-Jean  
Céline Lauzière  
(819)242-2982

- **Viactive**  
Villa Mont-Joie  
241, Élizabeth  
Lachute  
Martine Ayotte  
(450) 562-3761 #2332

## Curling

- **Club de curling de Brownsburg**  
241 des Érable  
Brownsburg-Chatham  
(450)533-6723  
<http://www.curling-quebec.qc.ca>

- **Club de curling de Lachute**  
60 Harriet  
Lachute  
(450)562-7413

## Danse

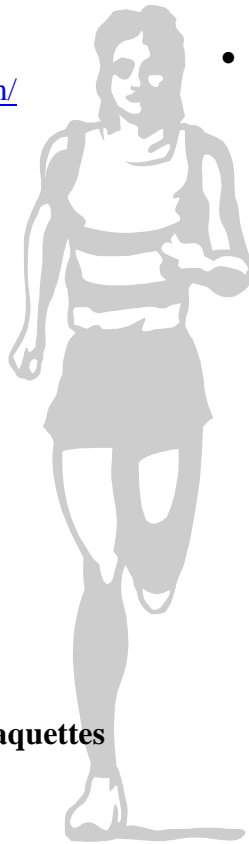
- **Club de danse carrée**  
Lachute  
Linda  
(450)562-3916
- **Danse en ligne**  
Grenville  
Marie-Reine Brault  
(819)242-4618
- **Danse en ligne**  
634, Lafleur  
Lachute  
Micheline Gauthier  
(450)562-4881

- **Dimension danse**  
385 B, Principale  
Lachute  
Jessica Généreux Carrière  
(450)613-3000
- **École de danse et d'arts**  
523 Berry  
Lachute  
Christiane Raymond  
(450)562-3600
- **Ensemble folklorique Les bons Voisins**  
Lachute  
Gabriel Laurin  
(450)562-8632



## Équitation

- **Centre équestre La Clé des Champs**  
54, route du Canton  
Brownsburg-Chatham  
(819)242-4536  
<http://www.clefdeschamps.ca>
- **Centre équestre le Ranch Robert**  
74, chemin Fuller  
Brownsburg-Chatham  
(450)562-9869  
<http://www.ranchrobert.com/>
- **L. Ranch**  
2780 ch. l'Île-aux-Chats  
St-André-d'Argenteuil  
(450)562-4341
- **Ranch JLP**  
7014 route Principale  
Wentworth  
(450)533-4586
- **Ranch Monalea**  
44 ch. Fuller  
Brownsburg-Chatham  
(450)562-8649



## Football

- **Terrain de football**  
Polyvalente Lavigne  
452, Argenteuil  
Lachute  
(450)562-8841

## Glissades

- **Centre de ski de fond et raquettes**  
**La Randonnée**  
424 route du Nord  
Brownsburg-Chatham  
(450)533-6687 #237
- **Glissade**  
Parc Hammond Rodgers  
Chemin de Milles-Isles  
Mille-Isles

## Golf

- **Centre d'entraînement de golf L'Albatros**  
541 boul. Cristini  
Lachute  
(450)562-0992
- **Club de golf Carling Lake**  
2235 route 327  
Grenville-sur-la-Rouge  
(450)533-5333  
<http://www.golfcarlinglake.com/>
- **Club de golf Lachute**  
355 Bethany  
Lachute  
(450)562-5228  
<http://www.golfachute.com/>
- **Club de golf Hidden Valley**  
7 McRae  
Grenville-sur-la-Rouge  
(819)242-6734
- **Club de golf l'Oasis**  
424, route du Nord  
Brownsburg-Chatham  
(450)562-1094  
<http://www.golfoasis.ca>
- **Club de golf St-André Est**  
137, rue de la Seigneurie  
St-André-d'Argenteuil  
(450)537-3533  
<http://www.groupebeaudet.com>
- **Rigolfeur Carillon**  
Parc de Carillon  
route 344  
St-André-d'Argenteuil  
(450)537-7272  
<http://www.parccarillon.ca/rigolfeur.php>



## Gymnastique

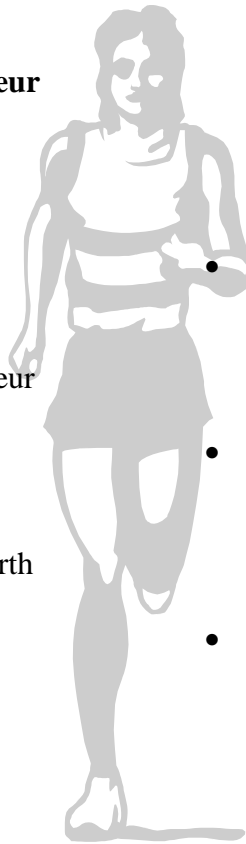
- **Club de gymnastique Barany**  
505 Bethany  
Lachute  
Steve Desjardins  
(450)562-5624

## Haltérophilie

- **Club d'haltérophilie du nord Inc.**  
Lachute  
Guy Marineau  
(450)537-3930

## Hockey

- **Aréna Gilles-Lupien**  
200, MacVicar  
Brownsburg-Chatham  
(450)562-5249
- **Aréna Kevin-Lowe-Pierre-Pagé**  
80, rue Hamford  
Lachute  
(450)562-5249
- **Association du hockey mineur**  
Lachute  
Guylaine Létourneau  
(450)562-9482
- **Patinoire extérieure**  
Centre Paul-Bougie  
435, Principale  
Grenville-sur-la-Rouge (secteur Calumet)
- **Patinoire extérieure**  
Centre récréatif de Wentworth  
84, ch. Louisa  
Wentworth
- **Patinoire extérieure**  
École primaire St-André  
1, rue Legaul  
St-André-d'Argenteuil
- **Patinoires extérieures**  
Parc Ayers, École St-Julien,  
École St-Alexandre, Polyvalente  
Lavigne, Aréna Kevin-Lowe-  
Pierre-Pagé (anneau de glace  
extérieur)  
Lachute
- **Patinoire extérieure**  
Parc de l'Hôtel-de-ville  
Chemin de Milles-Isles  
Milles-Isles
- **Patinoire extérieure**  
Parc des Loisirs  
Rue Tri-Jean  
Grenville
- **Patinoire extérieure**  
Parc municipal  
Cemin Cambria  
Gore
- **Patinoires extérieures**  
Parc Rolland-Cadieux  
Parc de la Nature  
Brownsburg-Chatham



## Jogging

- **Piste d'athlétisme**  
Polyvalente Lavigne  
452, Argenteuil  
Lachute  
(450)562-8841

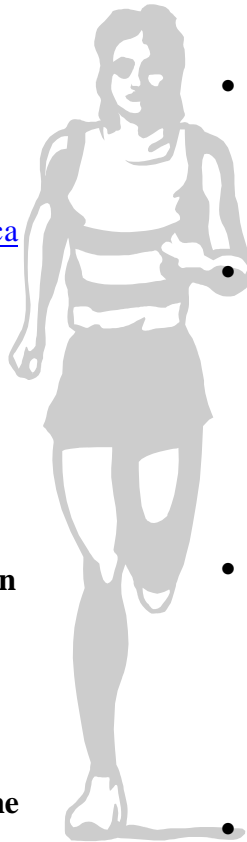


## Karaté

- **Centre de karaté Lachute**  
Gymnase de l'école St-Alexandre  
451 Grace  
Lachute  
(450)562-3481
- **Karaté O.N.K.I.**  
Lachute  
(450)533-6621

## Kayak

- **Aventures en Eau Vive**  
1199 chemin de la Rivière-Rouge  
Grenville-sur-la-Rouge  
(819)242-6084  
<http://www.eauviverafting.ca>
- **Camping municipal de Brownsburg-Chatham**  
457, rte des Outaouais  
Brownsburg-Chatham  
(450)562-1456
- **Nouveau Monde**  
100 ch. de la Rivière-Rouge  
Grenville-sur-la-Rouge  
(819) 242-7238/ 1-800-361-5033  
<http://www.newworld.ca/fr/>
- **Propulsion**  
14 ch. de la Rivière-Rouge  
Grenville-sur-la-Rouge  
(819)242-6160  
<http://www.propulsion.ca/>



## Marche

- **Boisé multi-ressources Von Allmen**  
Route 344  
St-André-d'Argenteuil  
(450)537-3527
- **Club de marche ActiForme**  
St-André-d'Argenteuil  
Jovette Labelle  
(450)537-8306
- **Club de marche de Grenville**  
Grenville  
Madeleine Desforges  
(819)242-3706
- **Club de marche Les Milles Pas d'Argenteuil**  
Lachute  
Cindy Lacireno  
(450)562-5205
- **Sentier pédestre**  
Départ en face du 240, Principale  
Grenville
- **Sentier pédestre**  
Parc du chemin Cambria  
Gore
- **Sentier pédestre**  
Parc Madeline Maquis  
Route 327  
Harrington

## Natation et baignade

- **Jeux d'eau**  
Parc de Carillon  
Route 344  
St-André-d'Argenteuil,  
(450)537-7272  
<http://www.parccarillon.ca/>
- **Piscine extérieure et jeux d'eau**  
Parc Ayers  
Lachute  
(450)562-0025
- **Piscine intérieure**  
Polyvalente Lavigne  
452 avenue Argenteuil  
Lachute  
(450)562-8842
- **Plage**  
Camping municipal de  
Brownsburg-Chatham  
457, rte des Outaouais  
Brownsburg-Chatham  
(450)562-1456

## Patinage artistique

- **Club de patinage artistique de Lachute**  
80 Hamford  
Lachute  
Sonia Caron  
(819)242-5799

## Patins libre

- **Aréna Gilles-Lupien**  
200, MacVicar  
Brownsburg-Chatham  
(450)562-5249
- **Aréna Kevin-Lowe-Pierre-Pagé**  
80 rue Hamford Lachute  
(450)562-5249
- **Patinoire extérieure**  
Centre Paul-Bougie  
435, Principale  
Grenville-sur-la-Rouge (secteur  
Calumet)
- **Patinoire extérieure**  
Centre récréatif de Wentworth  
84, ch. Louisa  
Wentworth
- **Patinoire extérieure**  
École primaire St-André  
1, rue Legault  
St-André-d'Argenteuil

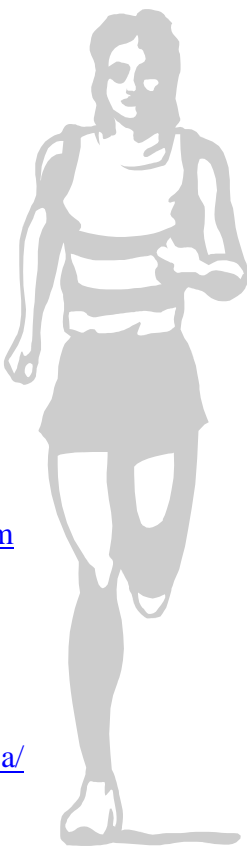


- **Patinoires extérieures**  
Parc Ayers, École St-Julien,  
École St-Alexandre, Polyvalente  
Lavigne, Aréna Kevin-Lowe-  
Pierre-Pagé (anneau de glace  
extérieur)  
Lachute
- **Patinoire extérieure**  
Parc de l'Hôtel-de-ville  
Chemin de Milles-Isles  
Milles-Isles

- **Patinoire extérieure**  
Parc des Loisirs  
Rue Tri-Jean  
Grenville
- **Patinoire extérieure**  
Parc municipal  
Chemin Cambria  
Gore
- **Patinoires extérieures**  
Parc Rolland-Cadieux  
Parc de la Nature  
Brownsburg-Chatham

## Pétanque

- **Camping municipal de Brownsburg-Chatham**  
457, rte des Outaouais  
Brownsburg-Chatham  
(450)562-1456  
[www.campingquebec.com](http://www.campingquebec.com)
- **Parc de Carillon**  
Route 344  
St-André-d'Argenteuil  
(450)537-7272  
<http://www.parccarillon.ca/>



- **Terrains de pétanque**  
Parc près du canal  
Grenville
- **Terrains de pétanque**  
Parc Richelieu  
Lachute

## Quilles

- **Quilles Pierre Bélanger**  
438, Principale  
Lachute  
(450)562-6759
- **Quillorama Lachute**  
450, Bethany  
Lachute  
(450)562-9566

## Rafting

- **1-888-RAFTING**  
11, ch. de la Rivière-Maskinongé  
Harrington  
1-888-723-8464
- **Aventures en Eau Vive**  
1199 chemin de la Rivière-Rouge  
Grenville-sur-la-Rouge  
(819)242-6084  
<http://www.eauviverafting.ca/fr/>
- **Nouveau Monde**  
100 ch. de la Rivière-Rouge  
Grenville-sur-la-Rouge  
(819) 242-7238/ 1-800-361-5033  
<http://www.newworld.ca/fr/>
- **Propulsion**  
14 ch. de la Rivière-Rouge  
Grenville-sur-la-Rouge  
(819)242-6160  
<http://www.propulsion.ca/>



## Raquette

- **Boisé multi-ressources Von Allmen**  
Route 344  
St-André-d'Argenteuil  
(450)537-3527
- **Centre de ski de fond et raquettes La Randonnée**  
424 route du Nord  
Brownsburg-Chatham  
(450)533-6687 #237  
<http://www.brownsburgchatham.ca/>
- **Sentier de raquette**  
Parc Hammond Rodgers  
Chemin de Milles-Isles  
Mille-Isles  
[http://www.mille-isles.ca/database/Image\\_usager/2/Loisir/Sentier%20de%20raquette/sentier%20de%20raquette.pdf](http://www.mille-isles.ca/database/Image_usager/2/Loisir/Sentier%20de%20raquette/sentier%20de%20raquette.pdf)
- **VéloRoute d'Argenteuil**  
1-866-562-1457

## Skateboard

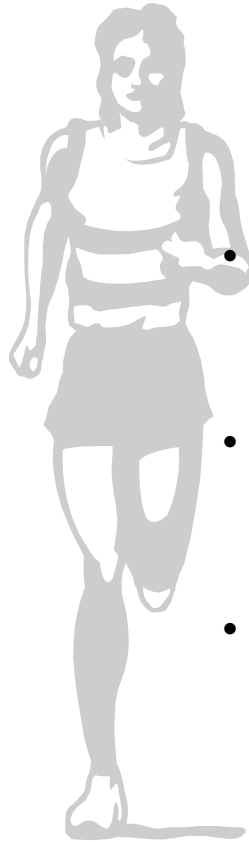
- **Skatepark**  
Maison des Jeunes  
70, Hamford  
Lachute  
(450)562-3078

## Ski de fond

- **Centre de ski de fond et raquettes La Randonnée**  
424 route du Nord  
Brownsburg-Chatham  
(450)533-6687 #237  
<http://www.brownsburgchatham.ca/accueil/affichage.asp?langue=1&B=998>
- **Marathon canadien de ski de fond**  
<http://www.csm-mcs.com/fr/index.html>
- **La Route Verte**  
1-866-562-1457

## Soccer

- **Club de soccer juvénile**  
Lachute  
Juanita Munoz  
(450)562-3903
- **Terrain de mini-soccer**  
Parc Rolland-Cadieux  
Brownsburg-Chatham
- **Terrain de soccer**  
Parc de Carillon  
Route 344  
St-André-d'Argenteuil  
(450)537-7272  
<http://www.parccarillon.ca/>
- **Terrain de soccer**  
Parc des Loisirs  
Rue Tri-Jean  
Grenville
- **Terrain de soccer**  
Parc municipal  
Chemin Cambria  
Gore
- **Terrain de soccer**  
Polyvalente Lavigne  
452, Argenteuil  
Lachute  
(450)562-8841



## Tai Chi

- **Centre de Tai Chi le Lotus**  
397, Principale  
Lachute  
(450)562-4151

## Tennis

- **Ligue de tennis**  
Parc Ayers  
Lachute  
Sylvie Meunier  
(450)562-1144
- **Terrains de tennis**  
Parc Ayers  
Lachute  
(450)562-0332
- **Terrain de tennis**  
À côté de l'Aréna Gilles-Lupien  
200, Mac Vicar  
Brownsburg-Chatham  
(450) 533-6687 #237
- **Terrain de tennis**  
À côté de l'Hôtel-de-ville  
10, rue de la Mairie  
St-André-d'Argenteuil

## Traîneaux à chiens

- **Centre équestre le Ranch Robert**  
74, chemin Fuller  
Brownsburg-Chatham  
(450)562-9869  
<http://www.ranchrobert.com/>



## Vélo

- **La Route Verte**  
1-866-562-1457  
[http://tourismeargenteuil.com/database/Image\\_usager/2/documents/listes/Dépliant\\_Route\\_Verte.pdf](http://tourismeargenteuil.com/database/Image_usager/2/documents/listes/Dépliant_Route_Verte.pdf)
- **Réseau municipal de St-André-d'Argenteuil**  
[http://www.saintandredargenteuil.ca/database/Image\\_usager/2/reglements/PU-5A.pdf](http://www.saintandredargenteuil.ca/database/Image_usager/2/reglements/PU-5A.pdf)  
[http://www.saintandredargenteuil.ca/database/Image\\_usager/2/reglements/PU-5B.pdf](http://www.saintandredargenteuil.ca/database/Image_usager/2/reglements/PU-5B.pdf)
- **Piste cyclable Mélanie Parent**  
rue des Érables  
Brownsburg-Chatham
- **Réseau de pistes cyclables**  
Lachute
- **Samedivélo**  
Départ de l'école primaire St-André  
1, rue Legault  
St-André-d'Argenteuil  
(450)537-3527 #48  
[www.samedivelo.com](http://www.samedivelo.com)

## Volleyball

- **Camping municipal de Brownsburg-Chatham**  
457, rte des Outaouais,  
Brownsburg-Chatham  
(450)562-1456  
[www.campingquebec.com](http://www.campingquebec.com)
- **Parc de Carillon**  
Route 344  
St-André-d'Argenteuil  
(450)537-7272  
<http://www.parccarillon.ca/>
- **Terrains de volleyball**  
Polyvalente Lavigne  
452, Argenteuil  
Lachute

## Yoga

- **École de danse et d'arts**  
523 Berry  
Lachute  
Christiane Raymond  
(450)562-3600
- **Genyoga**  
56, rue Charles  
Lachute  
(450)562-8202



# Sites Internet sur l'activité physique

- **Défi Santé 5/30**  
[www.defisante530.com](http://www.defisante530.com)
- **Fédération des Clubs de marche du Québec**  
[www.fqmarche.qc.ca](http://www.fqmarche.qc.ca)
- **Fédération des Kinésiologues du Québec**  
[www.kinesiologue.com](http://www.kinesiologue.com)
- **Kino-Québec**  
[www.kino-quebec.qc.ca](http://www.kino-quebec.qc.ca)
- **Ma santé en valeur**  
[www.argenteuil.qc.ca](http://www.argenteuil.qc.ca)
- **Programme 0-5-30**  
[www.0-5-30.com](http://www.0-5-30.com)
- **Québec en forme**  
<http://www.quebecenforme.org/1avallaurentideslanaudiere/>
- **Santé Canada : Guides d'activité physique canadien**  
[www.santecanada.ca/guideap](http://www.santecanada.ca/guideap)
- **Vélo-Québec**  
[www.velo.qc.ca](http://www.velo.qc.ca)

