

Programmation d'initiation des sports adaptés

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches Hiver 2025

Cette programmation d'initiation des sports adaptés est une collaboration de plusieurs organismes afin de faire une mise en commun des opportunités qui s'offrent sur le territoire de la Capitale-Nationale et de la Chaudière-Appalaches.

Aucune expérience préalable n'est requise pour participer aux initiations proposées. Celles-ci sont encadrées par un personnel qualifié et formé.



Adaptavie a pour mission d'offrir des services adaptés et contribuer à la recherche et à l'innovation, afin de maintenir et d'améliorer le bien-être et l'autonomie des personnes vivant avec des limitations fonctionnelles.

<https://www.adaptavie.org>



L'Association régionale de loisir pour personnes handicapées de la Capitale-Nationale est un organisme à but non lucratif voué à la défense et à la promotion du droit au loisir des personnes présentant une déficience.

<https://arlp03.com>



L'Association régionale de loisir pour personnes handicapées de la Chaudière-Appalaches est vouée à la promotion du loisir, du sport et du plein air pour les personnes handicapées de la région de Chaudière-Appalaches en matière d'accessibilité et d'intégration.

<https://www.arlpca.com>



L'équipe de curling en fauteuil roulant du club de curling Victoria est profondément engagée dans le développement de l'activité physique par la pratique du curling pour les personnes à mobilité réduite. Depuis 2009, des personnes en fauteuil roulant manuel et électrique pratiquent cette discipline.

<http://www.ccv.qc.ca/Fauteuil.html>

Programmation d'initiation des sports adaptés

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches
Hiver 2025

DÉCEMBRE

VOLLEYBALL EN FAUTEUIL ROULANT

**15
DÉC.**

LIEU : Centre Caztel Sainte-Marie
905 Rte Saint-Martin, Sainte-Marie, QC G6E 1E6

HEURE : 14h00 à 16h30

INSCRIPTION ET CONTACT :
<https://forms.office.com/r/iFF4Ut97yX>

Alexis Boulenger
sport@arlpca.com
438-927-2808



JANVIER

CURLING EN FAUTEUIL ROULANT

**5
JANV.**

LIEU : Club de curling Victoria
449 Rue Curie, Québec, QC G1P 3V1

HEURE : 13h00 à 15h00

INSCRIPTION ET CONTACT :
curlingfr.quebec@gmail.com

*Accessible en fauteuil roulant manuel ou
électrique et prévoir des vêtements chauds.*



Programmation d'initiation des sports adaptés

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches
Hiver 2025

JANVIER

SKI DE FOND, RAQUETTE ET RANDONNÉE

18
JANV.

LIEU : Base de plein air de Sainte-Foy
3137 Rue Laberge, Québec, QC G1X 4B5

HEURE : 12h00 à 16h00

INSCRIPTION ET DEMANDE D'ÉQUIPEMENT :

Alexandre Doucet
developpement@arlp03.com

*Lieu adapté, équipement fourni sur place,
prévoir des vêtements chauds et bienvenue
aux accompagnateurs de Tandem Actif.*

Tandem
Actif PLEIN AIR



PARAHOCKEY

18
JANV.

LIEU : Aréna de Beauceville
672 9e Av, Beauceville, QC G5X 3P6

HEURE : 18h00 à 19h30

INSCRIPTION ET CONTACT :

<https://forms.office.com/r/8QaFHBN8ns>

Alexis Boulenger
sport@arlpca.com
438-927-2808



Programmation d'initiation des sports adaptés

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches
Hiver 2025

JANVIER

SKI ALPIN ADAPTÉ, TANDEM SKI ET PARASNOWBOARD

18
JANV.

LIEU : Mont Orignal
158 Rang du Mont-Orignal, Lac-Etchemin, QC G0R 1S0

HEURE : 10h00 à 16h00

INSCRIPTION ET CONTACT :
<https://forms.office.com/r/asQ8n8RcCC>

Alexis Boulenger
sport@arlphca.com
438-927-2808



SKI ALPIN ADAPTÉ

24
JANV.

LIEU : Centre plein air Lévis
65 Rue Monseigneur-Bourget, Lévis, QC G6V 8R7

HEURE : 10h00 à 16h00

INSCRIPTION ET CONTACT :
<https://forms.office.com/r/asQ8n8RcCC>

Alexis Boulenger
sport@arlphca.com
438-927-2808



ENTRAÎNEMENT SUR VÉLO INTÉRIEUR

24
JANV.

LIEU : Powerwatts Québec
1689 Rue du Marais, Québec, QC G1M 0A2

HEURE : 13h00 à 15h30

INSCRIPTION ET CONTACT :
Catherine Renauld Robitaille
evenement@adaptavie.org
(418) 529-9238 poste 232



Programmation d'initiation des sports adaptés

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches
Hiver 2025

JANVIER

SKI ALPIN ADAPTÉ

31
JANV.

LIEU : Mont Adstock
120 Rte du Mont Adstock, Adstock, QC G0N 1S0

HEURE : 10h00 à 16h00

INSCRIPTION ET CONTACT :
<https://forms.office.com/r/asQ8n8RcCC>

Alexis Boulenger
sport@arlpca.com
438-927-2808



FÉVRIER

SKI DE FOND ET RAQUETTE

1
FÉV.

LIEU : Parc de la Pointe-aux-Lièvres
51 rue de la Pointe-aux-Lièvres Québec, G1K 5Y2

HEURE : 11h00 à 15h30

ET

INSCRIPTION ET DEMANDE D'ÉQUIPEMENT :
Alexandre Doucet
developpement@arlp03.com

2
FÉV.

Équipement fourni sur place, prévoir des vêtements chauds et bienvenue aux accompagnateurs de Tandem Actif.

Tandem
Actif PLEIN AIR



Programmation d'initiation des sports adaptés

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches
Hiver 2025

FÉVRIER

CURLING EN FAUTEUIL ROULANT

2
FÉV.

LIEU : Club de curling Victoria
449 Rue Curie, Québec, QC G1P 3V1

HEURE : 13h00 à 15h00

INSCRIPTION ET CONTACT :
curlingfr.quebec@gmail.com

*Accessible en fauteuil roulant manuel ou
électrique et prévoir des vêtements chauds.*



SKI ALPIN ADAPTÉ, TANDEM SKI ET PARASNOWBOARD

8
FÉV.

LIEU : Massif du Sud
1989 Rte du Massif-du-Sud

HEURE : 10h00 à 16h00

INSCRIPTION ET CONTACT :
<https://forms.office.com/r/asQ8n8RcCC>

Alexis Boulenger
sport@arlpca.com
438-927-2808



CURLING EN FAUTEUIL ROULANT

9
FÉV.

LIEU : Club de curling Victoria
449 Rue Curie, Québec, QC G1P 3V1

HEURE : 13h00 à 15h00

INSCRIPTION ET CONTACT :
curlingfr.quebec@gmail.com

*Accessible en fauteuil roulant manuel ou
électrique et prévoir des vêtements chauds.*



Programmation d'initiation des sports adaptés

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches
Hiver 2025

FÉVRIER

ESCRIME

12
FÉV.

LIEU : Centre Edouard Lavergne
390 Rue Arago O, Québec, QC G1K 2J3

HEURE : 12h00 à 16h00

INSCRIPTION ET CONTACT :

Jean-François Dorval
info@escrimesth.com
(418)564-8775

Équipement fourni sur place.



PATINAGE

15
FÉV.

LIEU : Parc de la Rivière de L'Ancienne-Lorette
Accessible par le 1307, rue des Loisirs Est.

HEURE : 13h00 à 15h00

INSCRIPTION ET DEMANDE D'ÉQUIPEMENT :

Alexandre Doucet
developpement@arlp03.com

*Lieu adapté, équipement fourni sur place,
prévoir des vêtements chauds et bienvenue
aux accompagnateurs de Tandem Actif.*



Programmation d'initiation des sports adaptés

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches
Hiver 2025

FÉVRIER

ESCRIME

26
FÉV.

LIEU : Centre Edouard Lavergne
390 Rue Arago O, Québec, QC G1K 2J3

HEURE : 12h00 à 16h00

INSCRIPTION ET CONTACT :

Jean-François Dorval
info@escrimesth.com
(418)564-8775

Équipement fourni sur place.



MARS

PARASKI DE FOND ET RAQUETTES

7
MARS

LIEU : St Henri – Chalet au bord de l'eau
96 Rte du Président-Kennedy, Saint-Henri, QC G0R 3E0

HEURE : 12h00 à 17h00

INSCRIPTION ET CONTACT :

<https://forms.office.com/r/ZqZHAR7ifG>

Alexis Boulenger
sport@arlpca.com
438-927-2808



Programmation d'initiation des sports adaptés

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches
Hiver 2025

MARS

ESCRIME

12

MARS

LIEU : Centre Edouard Lavergne
390 Rue Arago O, Québec, QC G1K 2J3

HEURE : 12h00 à 16h00

INSCRIPTION ET CONTACT :

Jean-François Dorval
info@escrimesth.com
(418)564-8775

Équipement fourni sur place.



CURLING EN FAUTEUIL ROULANT

23

MARS

LIEU : Club de curling Victoria
449 Rue Curie, Québec, QC G1P 3V1

HEURE : 13h00 à 15h00

INSCRIPTION ET CONTACT :

curlingfr.quebec@gmail.com

Accessible en fauteuil roulant manuel ou électrique et prévoir des vêtements chauds.



AVRIL

CURLING EN FAUTEUIL ROULANT

6

AVRIL

LIEU : Club de curling Victoria
449 Rue Curie, Québec, QC G1P 3V1

HEURE : 13h00 à 15h00

INSCRIPTION ET CONTACT :

curlingfr.quebec@gmail.com

Accessible en fauteuil roulant manuel ou électrique et prévoir des vêtements chauds.

