


PROGRAMMATION GROUPE DE MARCHÉ ÉTÉ 2026

Direction du programme jeunesse et des activités de
santé publique

30 avril 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

Mercier Est/Ouest

Parc Thomas-Chapais

Mardi : 9h30-10h30

Début : 23 juin 2026

Départ au coin Des Ormeaux/Tiffin

Saint-Léonard

Parc Delorme

Jeudi : 9h30-10h30

Début : 25 juin 2026

Départ au chalet d'accueil

Parc Lafond (André-Lavallée)

Mercredi : 9h15-10h15

Début : 13 mai 2026

Départ au coin Laurier/Lafond

Parc du Vaisseau-d'Or

Mardi : 9h30-10h30

Début : 26 mai 2026

Départ du 3101 Paul-David

Hochelaga-Maisonneuve

Parc Maisonneuve

Lundi et mercredi : 11h15-12h00

Toute l'année

Départ au coin Viau/
Des Sorbiers

Parc Bellerive

Mercredi : 09h30-10h30

Début : 27 mai 2026

Départ au chalet d'accueil

Parc Ovila-Pelletier

Mardi : 11h00-12h00

Début : 23 juin 2026

Départ : Grosse Fontaine
d'eau du Marché
Maisonneuve

Parc Félix-Leclerc

Jeudi : 9h30-10h30

Début : 09 juillet 2026

Départ au coin Beaubien/
François-Boivin

Parc Morgan

Vendredi : 9h30-10h30

Début : 25 juin 2026

Départ au chalet du parc

Saint-Michel

Parc François-Perrault

Lundi : 10h30-11h30

Début : 11 mai 2026

Départ au 7501 rue François-
Perrault

Rivière-des-Prairies

Parc Armand-Bombardier

Mardi : 11h00-12h00

Jeudi : 11h15-12h00 déjà débuté

Début : 7 juillet 2026

Départ au chalet d'accueil

Pointe-aux-Trembles

Parc Clémentine-de-la-Rousselière

Mercredi : 11h00-12h00

Début : 27 mai 2026

Départ au chalet d'accueil