

Programmation d'initiation des sports adaptés

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches Hiver 2026

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://arlph03.com>



Le **Club de curling Victoria** offre un programme de curling en fauteuil roulant pour les personnes désirant pratiquer le sport de façon récréative ou compétitive.

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



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.arlphca.com>

Programmation d'initiation des sports adaptés

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches
Hiver 2026

Janvier

INITIATION AU SKI DE FOND

25
JAN.

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

HEURE : 10h à 13h

INSCRIPTION ET CONTACT :

Marie Malouin
projet@arlp03.com
418 476-4795, poste 105

Tandem
Actif PLEIN AIR



ARLPH
Capitale-Nationale

LIGUE DE VOLLEBALL EN FAUTEUIL ROULANT

25
JAN.

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

HEURE : 14h à 16h

INSCRIPTION ET CONTACT :

<https://forms.office.com/r/J5T2NSaGYT>

sport@arlpca.com



Programmation d'initiation des sports adaptés

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches
Hiver 2026

Février

INITIATION AU SKI ALPIN ADAPTÉ - MASSIF DU SUD

1

LIEU : Station touristique Massif du Sud
1989 Rte du Massif-du-Sud, Saint-Philémon, QC G0R 4A0

FEV. HEURE : Selon le créneau réservé

INSCRIPTION ET CONTACT :

<https://forms.office.com/r/scb57nMM3Q>

sport@arlpca.com



INITIATION AU SKI ALPIN ADAPTÉ - MONT ADSTOCK

8

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

FEV. HEURE : Selon le créneau réservé

INSCRIPTION ET CONTACT :

<https://forms.office.com/r/scb57nMM3Q>

sport@arlpca.com



INITIATION AU RUGBY EN FAUTEIL ROULANT

10

LIEU : Gymnase de l'IRDPO
525 Bd Wilfrid-Hamel, Québec, QC G1M 2S8

FEV. HEURE : 16h à 18h

INSCRIPTION ET CONTACT :

Mélanie Beaudoin
melanie.beaudoin@adaptavie.org
418 529-9238 poste 225



Programmation d'initiation des sports adaptés

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches
Hiver 2026

Février

INITIATION AU SKI ALPIN ADAPTÉ - SAINT-GEORGES

13 **LIEU :** Centre de ski Saint-Georges
2800 107e Rue, Saint-Georges, QC G5Y 8C3

FEV. HEURE : Selon le créneau réservé

INSCRIPTION ET CONTACT :
<https://forms.office.com/r/scb57nMM3Q>

sport@arlpca.com



INITIATION AU PATINAGE- FESTIVAL DES NEIGES DE L'ANCIENNE- LORETTE

14 **LIEU :** Parc de la rivière
1311 Rue des loisirs E #323, L'Ancienne Lorette, Qc, G2E 0A5

FEV. HEURE : de 9H à 15h

INSCRIPTION ET CONTACT :
Marie Malouin
projet@arlp03.com
418 476-4795 poste 105



INITIATION AU CURLING EN FAUTEUIL ROULANT

15 **Lieu :** Club de curling Victoria
449 rue Curie, QUEBEC

FEV. Heure: 13h-15h

INSCRIPTION ET CONTACT:
Mario Trudel
curlingfr.quebec@gmail.com



Programmation d'initiation des sports adaptés

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches
Hiver 2026

Février

LIGUE DE VOLLEBALL EN FAUTEUIL ROULANT

15
FEV.

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

HEURE : 14h à 16h

INSCRIPTION ET CONTACT :
<https://forms.office.com/r/J5T2NSaGYT>

sport@arlpca.com



INITIATION AU SKI ALPIN ADAPTÉ - LÉVIS

20
FEV.

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

HEURE : Selon le créneau réservé

INSCRIPTION ET CONTACT :
<https://forms.office.com/r/scb57nMM3Q>

sport@arlpca.com



INITIATION AU SKI ALPIN ADAPTÉ - MONT ORIGINAL

21
FEV.

LIEU : Station de ski Mont-Original
158 Rang du Mont-Original, Lac-Etchemin, QC G0R 1S0

HEURE : Selon le créneau réservé

INSCRIPTION ET CONTACT :
<https://forms.office.com/r/scb57nMM3Q>

sport@arlpca.com



Programmation d'initiation des sports adaptés

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches
Hiver 2026

Février

INITIATION AU SKI ALPIN À LA VIRÉE NORDIQUE

22
FEV.

LIEU : Mont Grand Fonds,
1000 chemin des loisirs, la Malbaie, Qc G5A 1Y8

HEURE : de 10h00 à 16h

INSCRIPTION ET CONTACT :

Marie Malouin
projet@arlp03.com
418 476-4795 poste 105

La *Virée*
Nordique
de Charlevoix



ARLPH
Capitale-Nationale

Programmation d'initiation des sports adaptés

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches
Hiver 2026

Mars

INITIATION AU SKI DE FOND ET À LA RAQUETTE

06

MARS

Lieu : Club de ski Bord de l'eau
96 Rte du Président-Kennedy, Saint-Henri, QC G0R 3E0

Heure: Selon le créneau réservé

INSCRIPTION ET CONTACT:

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

sport@arlpca.com



INITIATION AU CURLING EN FAUTEUIL ROULANT

08

MARS

Lieu : Club de curling Victoria
449 rue Curie, QUEBEC

Heure: 13h-15h

INSCRIPTION ET CONTACT:

Mario Trudel
curlingfr.quebec@gmail.com



LIGUE DE VOLLEBALL EN FAUTEUIL ROULANT

15

MARS

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

HEURE : 14h à 16h

INSCRIPTION ET CONTACT :

<https://forms.office.com/r/J5T2NSaGYT>

sport@arlpca.com



Programmation d'initiation des sports adaptés

Capitale-Nationale et Chaudière-Appalaches
Hiver 2026

Mars

INITIATION AU GOALBALL

16

MARS

LIEU : Gymnase de l'IRDPQ
525, boul. Wilfrid-Hamel Est, Québec, QC G1M 2S8

HEURE : de 18h30 à 20h30

INSCRIPTION ET CONTACT :

Mélanie Beaudoin
melanie.beaudoin@adaptavie.org
418 529-9238 poste 225



INITIATION AU RUGBY EN FAUTEIL ROULANT

19

MARS

LIEU : Gymnase de l'IRDPQ
525 Bd Wilfrid-Hamel, Québec, QC G1M 2S8

HEURE : 16h à 18h

INSCRIPTION ET CONTACT :

Mélanie Beaudoin
melanie.beaudoin@adaptavie.org
418 529-9238 poste 225

