



Initiés 1=1.5	
Initiés 2= 2.0	
Intermédiaires 1= 2.5	
Intermédiaires 2= 3.0	
Avancés 1= 3.5	
Avancés 2= 4.0 +	

Initiation / Perfectionnement	
Libre 1.5 @ 3.5	

	Niveau	Jour	Heure	Endroit	#Sem.	Début	Fin	Place	Réservation	Inscription
1	Découverte	Dimanche	13:00-15:30	École Ancrege	1	2025-05-25	2025-05-25	12	APVQ.org	Séance 21.18\$
2	Découverte	Mardi	18:30-21:00	École Étoile-du-Nord	1	2025-01-14	2025-01-14	12	APVQ.org	Séance 21.18\$
3	Consolidation des acquis (1.5 à 2.4)	Lundi	18:30-21:00	École Étoile-du-Nord	8	2025-04-07	2025-05-26	12	APVQ.org	Session 169.43\$
4	Consolidation des acquis (1.5 à 2.4)	Mercredi	9:30-11:30	Loisirs Montcalm	3	2025-02-26	2025-03-12	4	Loisirs Montcalm	Session 75\$
5	Consolidation des acquis (1.5 à 2.4)	Mercredi	9:30-11:30	Loisirs Montcalm	3	2025-03-19	2025-04-02	4	Loisirs Montcalm	Session 75\$
6	Consolidation des acquis (1.5 à 2.4)	Jeudi	18:30-21:00	École Étoile-du-Nord	8	2025-04-10	2025-05-29	12	APVQ.org	Session 169.43\$
7	Cours débutants	Lundi	9:30-11:30	Loisirs Montcalm	4	2025-01-13	2025-02-03	4	Loisirs Montcalm	Session 100\$
8	Cours débutants	Lundi	9:30-11:30	Loisirs Montcalm	4	2025-02-10	2025-03-03	4	Loisirs Montcalm	Session 100\$
9	Cours débutants	Lundi	9:30-11:30	Loisirs Montcalm	4	2025-03-10	2025-03-31	4	Loisirs Montcalm	Session 100\$
10	Cours débutants	Lundi	9:30-11:30	Loisirs Montcalm	4	2025-04-07	2025-05-05	4	Loisirs Montcalm	Session 100\$
11	Cours débutants	Mardi	18:30-21:00	École Étoile-du-Nord	4	2025-01-21	2025-02-11	12	APVQ.org	Session 84.72\$
12	Cours débutants	Mardi	18:30-21:00	École Étoile-du-Nord	4	2025-02-18	2025-03-11	12	APVQ.org	Session 84.72\$
13	Cours débutants	Mardi	18:30-21:00	École Étoile-du-Nord	4	2025-03-18	2025-04-08	12	APVQ.org	Session 84.72\$
14	Cours débutants	Vendredi	9:30-11:30	Loisirs Montcalm	4	2025-01-17	2025-02-07	4	Loisirs Montcalm	Session 100\$
15	Cours débutants	Vendredi	9:30-11:30	Loisirs Montcalm	4	2025-02-14	2025-03-07	4	Loisirs Montcalm	Session 100\$
16	Cours débutants	Vendredi	9:30-11:30	Loisirs Montcalm	4	2025-03-14	2025-04-04	4	Loisirs Montcalm	Session 100\$
17	Cours débutants	Vendredi	9:30-11:30	Loisirs Montcalm	4	2025-04-11	2025-05-09	4	Loisirs Montcalm	Session 100\$
18	cours débutants et jeu supervisé	Mardi	19:30-21:30	Centre Lucien Borne	12	2025-01-21	2025-04-08	16	Loisirs du Faubourg	Session 135 \$
19	cours débutants et jeu supervisé	Mercredi	13:30-15:30	Centre Lebourgneuf	15	2025-01-15	2025-04-23	16	Loisirs Lebourneuf	Session 275\$
20	Cours débutants et jeu supervisé	Vendredi	18:30-21:00	École Ancrege	7	2025-01-17	2025-02-28	12	APVQ.org	Session 148.25\$
21	Cours débutants et jeu supervisé	Vendredi	18:30-21:00	École Ancrege	13	2025-03-07	2025-05-30	12	APVQ.org	Session 203.45\$



Initiés 1=1.5	
Initiés 2= 2.0	
Intermédiaires 1= 2.5	
Intermédiaires 2= 3.0	
Avancés 1= 3.5	
Avancés 2= 4.0 +	

Initiation / Perfectionnement	
Libre 1.5 @ 3.5	

	Niveau	Jour	Heure	Endroit	#Sem.	Début	Fin	Place	Réservation	Inscription
22	Cours débutants et jeu supervisé	Vendredi	09:30-11:30	Patro Roc-Amadour	7	2025-01-17	2025-02-28	12	Patro RA Sport+	Session 95\$
23	Cours débutants et jeu supervisé	Vendredi	09:30-11:30	Patro Roc-Amadour	7	2025-03-07	2025-04-18	12	Patro RA Sport+	Session 95\$
24	Cours débutants et jeu supervisé	Vendredi	09:30-11:30	Patro Roc-Amadour	7	2025-04-25	2025-06-06	12	Patro RA Sport+	Session 95\$
25	Perfectionnement 1 (2.5 à 2.9)	Lundi	18:30-21:00	École Étoile-du-Nord	3	2025-01-13	2025-01-27	12	APVQ.org	Session 63.54\$
26	Perfectionnement 1 (2.5 à 2.9)	Lundi	18:30-21:00	École Étoile-du-Nord	3	2025-02-03	2025-02-17	12	APVQ.org	Session 63.54\$
27	Perfectionnement 1 (2.5 à 2.9)	Lundi	18:30-21:00	École Étoile-du-Nord	3	2025-02-24	2025-03-10	12	APVQ.org	Session 63.54\$
28	Perfectionnement 1 (2.5 à 2.9)	Lundi	18:30-21:00	École Étoile-du-Nord	3	2025-03-17	2025-03-31	12	APVQ.org	Session 63.54\$
29	Perfectionnement 1 (2.5 à 2.9)	Mercredi	9:30-11:30	Loisirs Montcalm	3	2025-01-15	2025-01-29	4	Loisirs Montcalm	Session 75\$
30	Perfectionnement 1 (2.5 à 2.9)	Mercredi	9:30-11:30	Loisirs Montcalm	3	2025-02-05	2025-02-19	4	Loisirs Montcalm	Session 75\$
31	Perfectionnement 1 (2.5 à 2.9)	Jeudi	18:30-21:00	École Étoile-du-Nord	3	2025-01-16	2025-01-30	12	APVQ.org	Session 63.54\$
32	Perfectionnement 1 (2.5 à 2.9)	Jeudi	18:30-21:00	École Étoile-du-Nord	3	2025-02-06	2025-02-20	12	APVQ.org	Session 63.54\$
33	Perfectionnement 1 (2.5 à 2.9)	Jeudi	18:30-21:00	École Étoile-du-Nord	3	2025-02-27	2025-03-13	12	APVQ.org	Session 63.54\$
34	Perfectionnement 1 (2.5 à 2.9)	Jeudi	18:30-21:00	École Étoile-du-Nord	3	2025-03-20	2025-04-03	12	APVQ.org	Session 63.54\$
35	Perfectionnement 2 (3.0 à 3.4)	Dimanche	9:30-12:00	École Ancrege *	3	2025-05-04	2024-05-25	12	APVQ.org	Session 70.73\$
36	Perfectionnement 2 (3.0 à 3.4) L2	Dimanche	13:00-15:30	École Ancrege *	3	2025-04-27	2024-05-18	12	APVQ.org	Session 81.51\$
37	Perfectionnement 2 (3.0 à 3.4)	Jeudi	19:30-21:30	Centre Lucien Borne	3	2025-01-16	2025-01-30	16	APVQ.org	Session 53.48\$
38	Perfectionnement 3 (3.5 à 3.9) L2	Dimanche	9:30-12:00	École Ancrege *	3	2025-04-06	2024-04-27	12	APVQ.org	Session 99.48 \$
39	Plage pour bénévoles	Mercredi	18:30-21:00	École Ancrege	20	2025-01-15	2025-05-28	15	APVQ.org	
40	Niveau 1.5 à 2.0	Dimanche	13:00-15:30	École Ancrege	13	2025-01-19	2025-04-13	12	APVQ.org	Session 119.60\$



Initiés 1=1.5	
Initiés 2= 2.0	
Intermédiaires 1= 2.5	
Intermédiaires 2= 3.0	
Avancés 1= 3.5	
Avancés 2= 4.0 +	

Initiation / Perfectionnement	
Libre 1.5 @ 3.5	

	Niveau	Jour	Heure	Endroit	#Sem.	Début	Fin	Place	Réservation	Inscription
41	Niveau 1.5 à 2.0	Lundi	19:30-21:00	Patro Roc-Amadour *	18	2025-01-13	2025-05-26	7	Patro RA Sport+	Session 144\$
42	Niveau 1.5 à 2.0	Lundi	13:30-15:30	Patro Charlesbourg	15	2025-01-13	2025-04-28	15	Site Patro Char	Séance 8\$
43	Niveau 1.5 à 2.0	Lundi	11:00-13:00	Pivot *	12	2025-01-13	2025-04-14	19	Pivot / Amilia	Session 90\$
44	Niveau 1.5 à 2.0	Lundi	9:00-11:30	Patro Roc-Amadour *	18	2025-01-13	2025-05-26	10	Patro RA Sport+	Session 144\$
45	Niveau 1.5 à 2.0	Mardi	18:30-21:00	École Étoile-du-Nord	7	2025-04-15	2025-05-27	12	APVQ.org	Session 64.40\$
46	Niveau 1.5 à 2.0	Mardi	9:00-11:30	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-14	2025-05-27	10	Patro RA Sport+	Séance 8\$
47	Niveau 1.5 à 2.0	Mardi	18:00-19:25	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-14	2025-05-27	20	Patro RA Sport+	Session 160\$
48	Niveau 1.5 à 2.0	Mercredi	13:30-15:30	Patro Charlesbourg	16	2025-01-15	2025-04-30	15	Site Patro Char	Séance 8\$
49	Niveau 1.5 à 2.0	Jeudi	13:30-15:30	Patro Charlesbourg	13	2025-01-16	2025-04-10	15	Site Patro Char	Séance 8\$
50	Niveau 1.5 à 2.0	Jeudi	9:00-11:30	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-16	2025-05-29	10	Patro RA Sport+	Session 160\$
51	Niveau 1.5 à 2.0	Jeudi	9:00-11:00	Pivot *	12	2025-01-16	2025-04-10	19	Pivot / Amilia	Session 90\$
52	Niveau 1.5 à 2.0	Vendredi	13:00-15:30	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-17	2025-05-30	20	Patro RA Sport+	Session 160\$
53	Niveau 1.5 à 2.0	Vendredi	9:00-11:00	Patro Charlesbourg	15	2025-01-17	2025-05-02	15	Site Patro Char	Séance 8\$
54	Niveau 1.5 à 2.0	Samedi	9:00-11:30	Ecole Escabelle	12	2025-01-18	2025-04-05	10	Loisirs Neufchatel	Session 110,40\$
55	Niveau 1.5 à 2.0	Samedi	9:00-12:00	Ecole Les Sentiers *	19	2025-01-11	2025-05-31	10	APVQ.org	Session 174.80\$
56	Niveau 2.0 à 2.5	Dimanche	8:30-11:00	Cégep Ste-Foy *	9	2025-01-12	2025-04-06	15	Cégep Ste-Foy	Session 82.80\$
57	Niveau 2.0 à 2.5	Lundi	9:00-11:00	Pivot *	12	2025-01-13	2025-04-14	19	Pivot / Amilia	Session 90\$
58	Niveau 2.0 à 2.5	Mardi	9:30-11:30	Centre comm. Pointe Ste-Foy	20	2025-01-14	2025-05-27	15	APVQ.org	Session 147.20\$
59	Niveau 2.0 à 2.5	Mardi	13:30-15:30	Patro Charlesbourg	16	2025-01-14	2025-04-29	15	Site Patro Char	Séance 8\$



Initiés 1=1.5	
Initiés 2= 2.0	
Intermédiaires 1= 2.5	
Intermédiaires 2= 3.0	
Avancés 1= 3.5	
Avancés 2= 4.0 +	

Initiation / Perfectionnement	
Libre 1.5 @ 3.5	

	Niveau	Jour	Heure	Endroit	#Sem.	Début	Fin	Place	Réservation	Inscription
60	Niveau 2.0 à 2.5	Mardi	18:45 - 21:15	Ecole Escabelle	12	2025-01-14	2025-04-01	15	Loisirs Neufchatel	Session 110,40\$
61	Niveau 2.0 à 2.5	Mardi	19:30-21:00	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-14	2025-05-27	20	Patro RA Sport+	Session 160\$
62	Niveau 2.0 à 2.5	Mercredi	9:00-11:30	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-15	2025-05-28	15	Patro RA Sport+	Session 160\$
63	Niveau 2.0 à 2.5	Mercredi	19:30-21:00	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-15	2025-05-28	19	Patro RA Sport+	Session 160\$
64	Niveau 2.0 à 2.5	Jeudi	11:00-13:00	Pivot *	12	2025-01-16	2025-04-10	19	Pivot / Amilia	Session 90\$
65	Niveau 2.0 à 2.5	Jeudi	13:30-16:00	Centre JP Nolin	20	2025-01-16	2025-05-29	18	Loisirs Vanier	Session 184\$
66	Niveau 2.0 à 2.5	Jeudi	18:30-21:00	Centre comm. Pointe Ste-Foy	20	2025-01-16	2025-05-29	15	APVQ.org	Session 184\$
67	Niveau 2.0 à 2.5	Vendredi	9:00-11:00	Pivot *	12	2025-01-17	2025-04-11	19	Pivot / Amilia	Session 90\$
68	Niveau 2.0 à 2.5	Vendredi	11:00-13:00	Pivot *	12	2025-01-17	2025-04-11	19	Pivot / Amilia	Session 90\$
69	Niveau 2.0 à 2.5	Samedi	9:00-12:00	Ecole Les Sentiers *	19	2025-01-11	2025-05-31	15	APVQ.org	Session 174.80\$
70	Niveau 2.0 à 2.5 (gymnase 3)	Samedi	9:00-12:00	Académie St-Louis	1	2025-01-18	2025-01-18	15	APVQ.org	Séance 9.20\$
71	Niveau 2.0 à 2.5 (gymnase 4)	Samedi	9:00-12:00	Académie St-Louis	1	2025-03-15	2025-03-15	15	APVQ.org	Séance 9.20\$
72	Niveau 2.5 à 3.0	Dimanche	11:45-14:30	École l'Odyssee *	18	2025-01-12	2025-06-01	18	APVQ.org	Session 165.60\$
73	Niveau 2.5 à 3.0	Lundi	9:00-11:30	Patro Roc-Amadour *	18	2025-01-13	2025-05-26	20	Patro RA Sport+	Session 144\$
74	Niveau 2.5 à 3.0	Lundi	18:00-19:25	Patro Roc-Amadour *	18	2025-01-13	2025-05-26	19	Patro RA Sport+	Session 144\$
75	Niveau 2.5 à 3.0	Lundi	13:00-16:00	Pivot *	12	2025-01-13	2025-04-14	19	Pivot / Amilia	Session 135\$
76	Niveau 2.5 à 3.0	Mardi	8:15-10:45	Centre JP Nolin	20	2025-01-14	2025-05-27	18	Loisirs Vanier	Session 184\$
77	Niveau 2.5 à 3.0	Mardi	14:15-15:30	Centre Mgr Marcoux	23	2025-01-07	2025-06-10	16	APVQ.org	Session 105.80\$
78	Niveau 2.5 à 3.0	Mardi	18:30-21:00	École 4 Vents	20	2025-01-14	2025-05-27	15	APVQ.org	Session 184\$



Initiés 1=1.5	
Initiés 2= 2.0	
Intermédiaires 1= 2.5	
Intermédiaires 2= 3.0	
Avancés 1= 3.5	
Avancés 2= 4.0 +	

Initiation / Perfectionnement	
Libre 1.5 @ 3.5	

	Niveau	Jour	Heure	Endroit	#Sem.	Début	Fin	Place	Réservation	Inscription
79	Niveau 2.5 à 3.0	Mardi	9:00-11:30	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-14	2025-05-27	20	Patro RA Sport+	Séance 8\$
80	Niveau 2.5 à 3.0 (70 ans et +)	Mardi	14:00-16 :30	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-14	2025-05-27	15	Patro RA Sport+	Session 160 \$
81	Niveau 2.5 à 3.0	Mercredi	13:00-15:30	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-15	2025-05-28	20	Patro RA Sport+	Session 160\$
82	Niveau 2.5 à 3.0	Mercredi	18:00-19:25	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-15	2025-05-28	20	Patro RA Sport+	Session 160\$
83	Niveau 2.5 à 3.0	Mercredi	19:30-21:30	Patro Charlesbourg	16	2025-01-15	2025-04-30	12	Site Patro Char	Séance 8\$
84	Niveau 2.5 à 3.0	Jeudi	9:00-11:30	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-16	2025-05-29	20	Patro RA Sport+	Session 160\$
85	Niveau 2.5 à 3.0 (70 ans et +)	Jeudi	9:00-11:30	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-16	2025-05-29	15	Patro RA Sport+	Session 160\$
86	Niveau 2.5 à 3.0 (ligue masculine dév. invitation)	Jeudi	9:00-11:30	Centre JP Nolin	20	2025-01-16	2025-05-29	16	Loisirs Vanier	Session 184\$
87	Niveau 2.5 à 3.0	Vendredi	13:30-15:30	Patro Charlesbourg	15	2025-01-17	2025-05-02	15	Site Patro Char	Séance 8\$
88	Niveau 2.5 à 3.0 (70 ans et +)	Vendredi	13:30-16:00	Centre JP Nolin	20	2025-01-17	2025-05-30	18	Loisirs Vanier	Session 184\$
89	Niveau 2.5 à 3.0	Samedi	9:00-12:00	Pivot *	12	2025-01-18	2025-04-12	19	Pivot / Amilia	Session 135\$
90	Niveau 3.0 (ligue mixte développement invitation)	Mercredi	13:00-15:30	Centre JP Nolin	21	2025-01-08	2025-05-28	14	APVQ.org	Session 193.20\$
91	Niveau 3.0 à 3.5	Dimanche	8:30-11:00	Cégep Ste-Foy *	9	2025-01-12	2025-04-06	15	Cégep Ste-Foy	Session 82.80\$
92	Niveau 3.0 à 3.5	Lundi	9:00-11:30	Centre JP Nolin	21	2025-01-06	2025-05-26	18	APVQ.org	Session 193.20\$
93	Niveau 3.0 à 3.5 (ligue féminine sélection)	Mardi	10:45 – 13:15	Centre JP Nolin	20	2025-01-14	2025-05-27	6	Loisirs Vanier	Session 184\$
94	Niveau 3.0 à 3.5 (ligue masculine sélection)	Mardi	13:15 – 15:45	Centre JP Nolin	20	2025-01-14	2025-05-27	7	Loisirs Vanier	Session 184\$
95	Niveau 3.0 à 3.5	Mercredi	18:00-19:25	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-15	2025-05-28	30	Patro RA Sport+	Session 160\$
96	Niveau 3.0 à 3.5	Mercredi	9:00-12:00	Pivot *	12	2025-01-15	2025-04-09	19	Pivot / Amilia	Session 135\$
97	Niveau 3.0 à 3.5	Mercredi	16:30-19:00	Centre JP Nolin	21	2025-01-08	2025-05-28	18	Qidigo	Session 193.20\$



Initiés 1=1.5	
Initiés 2= 2.0	
Intermédiaires 1= 2.5	
Intermédiaires 2= 3.0	
Avancés 1= 3.5	
Avancés 2= 4.0 +	

Initiation / Perfectionnement	
Libre 1.5 @ 3.5	

	Niveau	Jour	Heure	Endroit	#Sem.	Début	Fin	Place	Réservation	Inscription
98	Niveau 3.0 à 3.5	Mercredi	15:30-17:30	Centre Mgr Marcoux	12	2025-01-08	2025-03-26	16	APVQ.org	Session 88.32\$
99	Niveau 3.0 à 3.5	Mercredi	18:30-21:00	École Étoile-du-Nord	20	2025-01-15	2025-05-28	14	APVQ.org	Session 184\$
100	Niveau 3.0 à 3.5	Jeudi	13:00-16:00	Pivot *	12	2025-01-16	2025-04-10	19	Pivot / Amilia	Session 135\$
101	Niveau 3.0 à 3.5	Jeudi	19:30-21:30	Centre Lucien Borne	17	2025-02-06	2025-05-29	16	APVQ.org	Session 125.12\$
102	Niveau 3.0 à 3.5	Jeudi	18:30-21:00	École 4 Vents	20	2025-01-16	2025-05-29	15	APVQ.org	Session 184\$
103	Niveau 3.0 à 3.5 (ligue féminine sélection)	Vendredi	9:00-11:30	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-17	2025-05-30	20	Patro RA Sport+	Session 160\$
104	Niveau 3.0 à 3.5 (ligue masculine sélection)	Vendredi	9:00-11:30	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-17	2025-05-30	20	Patro RA Sport+	Session 160\$
105	Niveau 3.0 à 3.5	Samedi	9:00-12:00	Ecole Les Sentiers *	19	2025-01-11	2025-05-31	20	APVQ.org	Session 174.80\$
106	Niveau 3.0 à 3.5 (gymnase 3)	Samedi	9:00-12:00	Académie St-Louis	1	2025-01-18	2025-01-18	15	APVQ.org	Séance 9.20\$
107	Niveau 3.0 à 3.5 (gymnase 4)	Samedi	9:00-12:00	Académie St-Louis	1	2025-03-15	2025-03-15	15	APVQ.org	Séance 9.20\$
108	Niveau 3.5 (ligue mixte invitation)	Lundi	13:30-16:00	Centre JP Nolin	21	2025-01-06	2025-05-26	16	Loisirs Vanier	Session 193.20\$
109	Niveau 3.5 et +	Lundi	9:00-11:30	Patro Roc-Amadour *	18	2025-01-13	2025-05-26	15	Patro RA Sport+	Session 144\$
110	Niveau 3.5 et +	Mardi	9:00-11:30	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-14	2025-05-27	15	Patro RA Sport+	Séance 8\$
111	Niveau 3.5 et +	Jeudi	9:00-11:30	Patro Roc-Amadour	20	2025-01-16	2025-05-29	15	Patro RA Sport+	Session 160\$
	* CEGEP Ste-Foy : non disponible 26 janvier, 9 et 16 février, 30 mars									
	* Ancrage et JP Nolin : non disponible 20 avril et 11 mai									
	* Pivot relâche du 3 au 10 mars inclusivement									
	* Ecole Odyssee : non disponible 23 février, 20 avril, 11 mai									
	* Patro Roc Amadour : non disponible 21 avril, 19 mai									
	* Ecole Les Sentiers : non disponible 18 janvier, 22 février									