



PROGRAMMATION HIVER-PRINTEMPS 2024

Sports et activités physiques

Loisirs culturels

Activités récréatives et communautaires

Événements

Informations au 18 décembre 2023 - La programmation peut être sujette à des changements de dernière minute. Informez-vous auprès des organisateurs des activités pour confirmer la tenue de l'activité et son horaire. Pour toute question, veuillez communiquer avec le service des loisirs, de la vie communautaire et de la culture :

agculture.lvc@sutton.ca ou 450 538-2290.



SPORTS ET ACTIVITÉS PHYSIQUES



FADOQ LES DEUX-MONTS

EXERCICES EPO (prévention de l'ostéoporose)

10 \$ / session
Réservé aux membres du club FADOQ les Deux-Monts



15 janvier au 22 avril
(14 semaines)

CLUB DE CURLING SUTTON

CURLING

Nouveau membre
235 \$
Demi-saison
195 \$



8 janvier
au 20 avril

PARC D'ENVIRONNEMENT NATUEL DE SUTTON (PENS)

SENTIERS DU PENS AUX RÉSIDENTS DE SUTTON ET D'ABERCORN

Gratuit

Ouvert à tous

5 au 10 février

RANDOS DU CLUB DES GODASSES

Gratuit **membre du PENS**
ou 8 \$ / accès quotidien



10 janvier
au 20 mars

SORTIE FAMILIALE ET IDENTIFICATION DES ARBRES EN HIVER

Gratuit

Ouvert à tous

10 février

RANDO CLAIR DE LUNE

Membres 10\$
Non-membres 15 \$
Moins de 18 ans Gratuit



27 janvier
24 février
23 mars

Aînés Adultes 13 à 17 ans 6 à 12 ans 0 à 5 ans

INSCRIVEZ-VOUS!

FADOQ les Deux-Monts

Salle du Conseil de l'hôtel de ville de Sutton
11, rue Principale Sud, Sutton
Inscription par courriel avant le 1 janvier.
francebrien2@gmail.com

Club de Curling de Sutton

26, rue Pleasant, Sutton
Inscription en ligne ou sur place.
www.curlingsuttonquebec.ca
Préférable de s'inscrire avant le 8 janvier afin
d'être placé dans une équipe.
info@curlingsuttonquebec.ca
579 534-8484

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9 h - 10 h 15	9 h - 10 h 15 10 h 20 - 11 h 05	9 h - 10 h 15	9 h - 10 h 15 10 h 20 - 11 h 05		
Ligues matin (9 h) et après-midi (13 h), la plupart des jours de la semaine. Ligues de soir (à partir de 19 h), cinq jours par semaine. Tournois occasionnels le week-end.					
		9 h - 16 h			9 h - 16 h
8 h 30 - 12 h (aux deux semaines)		16 h - 18 h (toutes les semaines)			
					10 h - 12 h
Samedi					
17 h 30 pour samedi 27 janvier / 18 h pour samedi 24 février / 19 h 30 pour samedi 23 mars					

Parc d'environnement natuel de Sutton (PENS)

800, chemin Réal, (altitude 520), Sutton
www.parsutton.com
michelle@parsutton.com

450 538-2121

Preuve de résidence de Sutton ou d'Abercorn
demandée au poste d'accueil du parc.

SORTIE FAMILIALE ET IDENTIFICATION DES ARBRES EN HIVER

Inscription sur place au départ du sentier
Village-Montagne sur la rue Highland.

RANDO CLAIR DE LUNE

Inscription en ligne <https://form.jotform.com/220954170574255>

RANDOS DU CLUB DES GODASSES

Lieu du départ est communiqué dans
un courriel envoyé avant l'activité.



SPORTS ET ACTIVITÉS PHYSIQUES



COOP GYM SANTÉ SUTTON

CIRCUIT TONUS	<p>Membre 18 \$ / 1 cours 145 \$ / 10 cours 210 \$ / 15 cours 270 \$ / 20 cours</p> <p>Non-membre 21 \$ / 1 cours 175 \$ / 10 cours 225 \$ / 15 cours 330 \$ / 20 cours</p> <p>* taxes en sus</p>		8 janvier au 29 mars
YOGA DOUX			
AUTO-MASSAGES ET MOBILITÉ			10 janvier au 27 mars
POSTURE TONUS			9 janvier au 26 mars
CIRCUIT BOUGE DE LÀ!			8 janvier au 25 mars
PILATES TOUS NIVEAUX			9 janvier au 29 mars
GYM DOUCE 50 ANS +		50 et +	
SPINNING EXPRESS			10 janvier au 27 mars
SPINNING AVEC JOSÉE			9 janvier au 28 mars
ENTRAÎNEMENT À LA BOXE		<p> Membre 84 \$ - Non-membre 102 \$ Étudiant 66 \$</p> <p>Prévoir un coût pour gants (55 \$) et bandages (15 \$)</p>	
COURS DE PRÉ-GOLF	<p>Membre 145 \$ Non-membre 165 \$ payable au premier cours</p>		26 février au 17 avril
COURS DE PRÉ-GOLF			

Aînés Adultes 13 à 17 ans 6 à 12 ans 0 à 5 ans

INSCRIVEZ-VOUS!

Coop Gym Santé Sutton
50, rue Principale Nord, Sutton
<https://coopgymsantesutton.com/>
Les prix indiqués sont avant tx.

En ligne, téléphone,
courriel ou en personne s'il reste de la place.
allo@coopgymsantesutton.com
450 538-0313

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
8 h - 9 h		8 h - 9 h		
9 h 15 - 10 h 15				9 h 15 - 10 h 15
		9 h 15 - 10 h 15		
	10 h - 11 h		10 h - 11 h	
10 h 30 - 11 h 30				
		10 h 30 - 11 h 30		10 h 30 - 11 h 30
	11 h 15 - 12 h 15		11 h 15 - 12 h 15	
		12 h - 12 h 45		
	17 h 30 - 18 h 30		17 h 30 - 18 h 30	
17 h 30 - 18 h 30				
17 h 30 - 18 h 30				
14 h - 15 h 15				
		14 h - 15 h 15		



SPORTS ET ACTIVITÉS PHYSIQUES



PLEIN AIR SUTTON Abonnements de saison aussi disponibles

SKI DE FOND	Adultes 17,39 \$ 14 à 17 ans 14,35 \$ 0 à 13 ans Gratuit	Ouvert à tous	À partir du 1 ^{er} décembre 2023
FATBIKE (VÉLO À NEIGE)	Adultes 13,05 \$ 14 à 17 ans 10,44 \$ 0 à 13 ans Gratuit		* en fonction des précipitations de neige
RANDONNÉE HIVERNALE	Adultes 6,09 \$ 14 à 17 ans 4,36 \$ 0 à 13 ans Gratuit		1 ^{er} décembre 2023

GYMNASSE DE L'ÉCOLE DE SUTTON

VOLLEY-BALL	25 \$ / session		1 ^{er} février au 4 avril
BADMINTON	8 \$ /soir ou 40 \$ pour la saison. Gratuit : 16 ans et -	Ouvert à tous	30 janvier au 2 avril
BASKETBALL	5 \$ / partie	Ouvert à tous	4 janvier au 7 avril
HOCKEY COSOM	40 \$ / session		31 janvier au 3 avril
BABY GYM	Gratuit		3 février au 6 avril
GYMNASTIQUE AU SOL (Académie Isabelle Giasson)	230 \$ / 10 cours de 1 h 30		17 mars au 10 mai

Aînés Adultes 13 à 17 ans 6 à 12 ans 0 à 5 ans

INSCRIVEZ-VOUS !

Plein air Sutton

429, rue Maple, Sutton
Inscription en ligne ou sur place

www.pleinairsutton.ca
billetterie@pleinairsutton.ca

450 538-6464

Location d'équipement disponible

Gymnase de l'École de Sutton

19, rue Highland, Sutton

HOCKEY COSOM

Inscription par téléphone ou courriel.

sam.gagne11@gmail.com

450 531-6020

VOLLEY-BALL

Inscription sur place ou courriel.

claud.charest53@bell.net

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
			9 h - 16 h 30			
			19 h - 21 h			
	 18 h - 19 h 19 h - 21 h					
						10 h - 12 h
		7 h 45 - 21 h 30				
					9 h 30 - 12 h	
						15 h 30 - 17 h

BABY GYM

gestion.jardin.sutton@gmail.com
438 936-1677

BADMINTON

Inscription sur place ou courriel.
blainmarcandre@gmail.com
- de 16 ans accompagné d'un adulte.

BASKETBALL

Inscription sur place ou courriel.
ahoulefruitlegume@gmail.com

GYMNASTIQUE

Inscription par téléphone ou courriel.
academieisabellegiasson@hotmail.com
450 919-1095



LOISIRS CULTURELS



BALLET-THÉÂTRE SUTTON

BALLET-THÉÂTRE SUTTON			
DANSE CRÉATIVE	130 \$ / 10 semaines	👤	4 février au 21 avril
FONDEMENTS DE LA DANSE	165 \$ / 10 semaines		
BALLET I - samedi	120 \$ / 6 semaines	👤👤	16 janvier au 24 février
BALLET I - mardi			
BALLET II			
BALLET II/III			
BALLET III	150 \$ / 6 semaines	👤	
BALLET IV - mardi			
BALLET IV - samedi			
BALLET V - jeudi	175 \$ / 6 semaines	👤	
BALLET V - samedi			
TROUPE DE THÉÂTRE	195 \$ / 14 semaines	👤	6 février au 3 juin

👤 Aînés 👤 Adultes 👤 13 à 17 ans 👤 6 à 12 ans 👤 0 à 5 ans

📝 INSCRIVEZ-VOUS !

Inscription
en ligne
à partir du
7 janvier

balletsutton.com

Ballet-Théâtre Sutton

50, rue Principale Nord, Sutton
438 738-2558 ou
info.balletsutton@gmail.com
BALLET I MARDI

École de Sutton

19, rue Highland, Sutton
TROUPE DE THÉÂTRE

Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
					9 h 30 - 10 h 15
					10 h 30 - 11 h 30
				10 h - 11 h	
15 h 45 - 16 h 45					
				11 h 15 - 12 h 15	
		15 h 30 - 16 h 30			
				12 h 30 - 13 h 45	
16 h 45 - 18 h					
				14 h - 15 h 15	
		16 h 30 - 18 h			
				15 h 30 - 17 h	
11 h 30 - 12 h 30		11 h 30 - 12 h 30			

Hôtel de ville

Salle communautaire de l'hôtel de ville
11, rue Principale Sud, Sutton
DANSE CRÉATIVE
FONDEMENTS DE LA DANSE
BALLET I
BALLET II
BALLET II/III
BALLET III
BALLET IV
BALLET V



LOISIRS CULTURELS



BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE ET SCOLAIRE DE SUTTON

COURS DE UKULÉLÉ SOPRANO NIVEAU 1 (DÉBUTANT)	50 \$ / 8 semaines		15 janvier au 11 mars
ATELIER DE CALLIGRAPHIE ONCIALE	Gratuit		13 avril
COURS DE UKULÉLÉ BARYTON NIVEAU 2	50 \$ / 8 semaines		17 janvier au 13 mars

BIBLIOTHÈQUE SUTTON LIBRARY

LES MOTS DITS DIMANCHES	200 \$ / session		28 janvier au 29 septembre
--------------------------------	------------------	--	----------------------------

SALLE COMMUNAUTAIRE DE SUTTON JONCTION

BOÎTE À CHANSONS ACOUSTIQUE	Contribution volontaire	Ouvert à tous	Jusqu'au mois de juin
------------------------------------	-------------------------	---------------	-----------------------

SUTTON ENCORE

LAURENCE JALBERT	48,16 \$	Ouvert à tous	2 février
LA SÉCURITÉ + TOTALEMENT SUBLIME	20 \$ + taxes et service		23 février
VANILLE + VELOURS VELOURS		Ouvert à tous	8 mars
LE COULEUR + SUPER PLAGE			22 mars

Aînés Adultes 13 à 17 ans 6 à 12 ans 0 à 5 ans

INSCRIVEZ-VOUS !

Bibliothèque municipale et scolaire de Sutton

19, rue Highland, Sutton

UKULÉLÉ SOPRANO, NIVEAU 1

Se procurer un ukulélé soprano avant le premier cours. Inscription par courriel ou téléphone.

agnes.boisvert@gmail.com

579 488-7839

UKULÉLÉ BARYTON, NIVEAU 2

Avoir son propre ukulélé. Pas de cours le mercredi 6 mars en raison de la relâche scolaire.

Informations : agnes.boisvert@gmail.com

ou 579 488-7839

ATELIER DE CALLIGRAPHIE

Inscription par courriel à bibliotheque@sutton.ca



Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
18 h 30 - 20 h					
					13 h - 16 h
		18 h 30 - 20 h			
Tous les derniers dimanches du mois				15 h - 16 h 30	
Une fois par mois: le dernier vendredi (sauf décembre). Prépare ta meilleure chanson. Possibilité d'en faire 2 selon le nombre de participants.					
				20 h - 22 h	
				20 h 30 - 23 h	

Bibliothèque Sutton Library

7, rue Academy, Sutton

jolo.hawley@gmail.com

450 538-5452

Salle communautaire de Sutton Jonction

128, chemin Mont Echo, Sutton

Pour les musiciens, inscription sur place le soir de l'activité.

agnes.boisvert@gmail.com

579 488-7839

Sutton Encore

La Sag

4C, rue Maple, Sutton

Achat de billets en ligne.

<https://lepointdevente.com/billets/sag240126001>

direction@suttonencore.com

450 538-0486

ACTIVITÉS RÉCRÉATIVES ET COMMUNAUTAIRES



FADOQ LES 2 MONTS				Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
ATELIERS TIC Ateliers en informatique sur les tablettes et téléphones	15 \$		8 janvier au 26 février	14 h - 16 h				
SOLIDARITÉ POUR L'ENVIRONNEMENT À SUTTON (SES)								
RÉUNIONS RÉGULIÈRES	Gratuit	Ouvert à tous	16 janvier 20 février 26 mars		19 h - 21 h			
ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE			30 avril					
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE (CAB)								
BABY DROP-IN	Gratuit		5 janvier au 22 mars					9 h - 12 h
JOUJOU GÉNÉRATION			4 janvier au 21 mars				14 h - 16 h 30	
CLINIQUE DE VACCINATION			19 janvier au 15 mars					8 h 30 - 12 h (3 ^e vendredi du mois)
POPOTE ROULANTE	5 \$ / repas		En tout temps	11 h 30 - 12 h 30		11 h 30 - 12 h 30		11 h 30 - 12 h 30
CAFÉ 50+	Gratuit		À partir du 10 janvier			14 h - 16 h 30		
CUISINE COLLECTIVE	Les participants partagent le coût des ingrédients par portion	Ouvert à tous	En continu			9 h - 12 h (3 ^e mardi du mois)		
BANQUE ALIMENTAIRE	Gratuit			13 h - 17 h (3 ^e lundi du mois)				

Aînés Adultes 13 à 17 ans 6 à 12 ans 0 à 5 ans

INSCRIVEZ-VOUS !

Centre d'action bénévole de Sutton (CAB)
7, rue Maple, Sutton
<https://cabsutton.com>
450 538-1919 ou info@cabsutton.com

BABY DROP-IN
ressourcefamille@cabsutton.com
[Facebook Baby Drop-in Sutton](#)

CLINIQUE DE VACCINATION
Inscription au 450 266-4342 poste 4
info@cabsutton.com

JOUJOU GÉNÉRATION CAFÉ 50+
450 538-1919
info@cabsutton.com

POPOTE ROULANTE CUISINE COLLECTIVE BANQUE ALIMENTAIRE
Inscription au 450 538-1919
info@cabsutton.com

Solidarité pour l'Environnement à Sutton (SES)

Salle du conseil
Hôtel de ville de Sutton
11, rue Principale Sud, Sutton
Entrée libre.
Linda Boisclair : 450 538-0765 ou
infosutton@gmail.com

FADOQ les Deux-Monts

Bibliothèque municipale et scolaire de Sutton
19, rue Highland, Sutton
Inscription par courriel.
ggravel2015@gmail.com

ÉVÉNEMENTS



VILLE DE SUTTON

PLAISIRS D'HIVER

📍 **PARC GOYETTE-HILL**
450 538-2290 ou loisirs@sutton.ca

Gratuit
Pour tous

10 février
Horaire à venir
Feux d'artifice en soirée

PARCOURS LUDIQUE HIVERNALE LE FLOCON D'OR

📍 **DÉPART : 14, RUE DÉPÔT**
sutton.ca/or23

Gratuit
Pour tous

29 novembre
au 4 février



Vivez l'hiver suttonnais

en famille ou entre amis.

