



PROGRAMMATION PARASCOLAIRE

Sports et activité physique



COLLÈGE
SAINTE-ANNE

SECONDAIRE | DORVAL

2026-2027

ATHLÉTISME

Ouverte à tous les élèves du Collège Sainte-Anne – Secondaire Dorval, l'activité d'athlétisme propose des entraînements hebdomadaires majoritairement en course et en sprints, une exploration des sauts et lancers avant les compétitions et un apprentissage des bonnes habitudes de vie. Encadrés par des entraîneurs qualifiés, les élèves développent leurs habiletés, leur condition physique et leur esprit d'équipe. La participation à des compétitions de cross-country et d'athlétisme est possible et encouragée.

Endroit(s) :

- Terrain synthétique du CSA
- Salle de musculation du CSA Dorval
- Piste d'athlétisme de Lachine
- Complexe Sportif Claude-Robillard

SESSION	DATES	HORAIRE	COÛT
Automne 2026	Semaine du 7 septembre 2026 à Semaine du 19 octobre 2026 Championnat Régional Scolaire 7 octobre 2026	Lundi - Compétitif 16h30 à 18h00 Mercredi - Tous 16h00 à 18h00 Vendredi - Développement 16h30 à 18h00	Session 270\$ Compétition seulement 30\$
Hiver 2026-2027	Semaine du 9 novembre 2026 à Semaine du 29 mars 2026 Championnat Régional Scolaire février 2027	Lundi 16h30 à 18h00 Mercredi 16h00 à 18h00	Session 280\$ Compétition seulement 30\$
Printemps 2027	Semaine du 12 avril 2027 à Semaine du 31 mai 2027 Championnat Régional Scolaire mai 2027	Lundi - Compétitif 16h30 à 18h00 Mercredi - Tous 16h00 à 18h00 Vendredi - Développement 16h30 à 18h00	Session 270\$ Compétition seulement 30\$
Coût pour l'année complète : 700\$			

BADMINTON

L'équipe de badminton interscolaire accueille les élèves de Sainte-Anne, filles et garçons du secondaire 1 à 5. Accessible à tous les niveaux, le badminton permet de développer la coordination, la vitesse, la stratégie et la concentration, autant en simple qu'en double.

Les entraînements encouragent la progression personnelle, le respect et le dépassement de soi dans un environnement inclusif.

La participation aux tournois interscolaires est possible, mais se fait sur sélection, selon le niveau de jeu et l'engagement.

Endroit(s) :

- **Gymnases du CSA Dorval**
- **Gymnase 3 du Complexe Sportif CSA Lachine**

SESSION	DATES	HORAIRE	COÛT
Année 2026-2027	Semaine du 7 septembre 2026 à Semaine du 14 décembre 2026	Lundi 18h00 à 21h00 Jeudi 18h00 à 19h30	585\$
	Semaine du 4 janvier 2027 à Semaine du 26 avril 2027		
Entraînements supplémentaires offerts	13 septembre 2026 au 13 décembre 2026	Dimanche (CSA Lachine) 9h00 à 11h00 (Débutant-Inter) 11h00 à 13h00 (Avancé) 13h00 à 16h30 Matches intra-équipe	Inclus avec inscription
	10 janvier 2027 au 2 mai 2027		

BASKETBALL

(CAMP DE PERFECTIONNEMENT)

Le Collège offre l'opportunité à ses mordus de basketball de développer leurs habiletés et de perfectionner leurs techniques individuelles sous la supervision des entraîneurs de basketball du Collège.

Offert à tous les élèves du Collège Sainte-Anne – Secondaire Dorval.

Endroit(s) :

- Gymnases du CSA Dorval

ÉQUIPE	DATES	HORAIRE	COÛT
Automne Masculin	Semaine du 7 septembre à la semaine du 21 septembre (6 sessions)	Horaire À déterminer	50\$
Automne Féminin	Du 8 septembre au 24 septembre (6 sessions)	Mardi - 18h00 à 19h30 Jeudi - 16h30 à 18h00	50\$
Printemps Masculin	Horaire À déterminer	Horaire À déterminer	75\$
Printemps Féminin	Horaire À déterminer	Horaire À déterminer	75\$

BASKETBALL

(Ligue intramurale 3v3)

Sous la supervision des intervenants en basketball du Collège, les joueurs inscrits auront la chance de disputer des matchs de basketball amicaux contre d'autres élèves du Collège.

S'adresse à tous les élèves du Collège peu importe le niveau et l'âge.

Endroit(s) :

- Gymnases 3 du Complexe Sportif CSA Lachine

ÉQUIPE	DATES	HORAIRE
Tous	14 novembre 2026 au 12 décembre 2026	Samedi 10h00 à 12h00
Tous	9 janvier 2027 au 20 février 2027	Samedi 10h00 à 12h00
Coût pour la ligue : 100\$		

BASKETBALL

Les élèves apprennent à collaborer, à lire le jeu et à développer leurs habiletés techniques et tactiques. Les entraînements misent sur l'engagement, le dépassement de soi et la discipline. Le basketball favorise aussi l'inclusion et le respect mutuel, tout en valorisant l'esprit sportif.

Compétitions prévues dans les ligues interscolaires du RSEQ Lac-Saint-Louis.

Offert à tous les élèves du Collège Sainte-Anne – Secondaire Dorval. Des sélections auront lieu.

Endroit(s) :

- **Gymnases du CSA Dorval**
- **Gymnases du Complexe Sportif CSA Lachine**

ÉQUIPE	NIVEAU (à confirmer avec DDN)	HORAIRE	SÉLECTIONS
Benjamin masculin	1re et 2e secondaire	Horaire À déterminer	Horaire À déterminer
Benjamin féminin	1re et 2e secondaire	Mardi - 18h00 à 19h30 Jeudi - 16h30 à 18h00	29 septembre 1 / 6 / 8 octobre
Cadet masculin	3e secondaire	Équipes conjointes à Lachine Mardi et Jeudi - 17h00 à 18h30	Sélections à Lachine 22 / 24 / 29 septembre 1 octobre
Cadet féminin	3e secondaire	Équipe conjointe à Lachine Entraînements à Lachine Mardi et Jeudi - 17h00 à 18h30	
Juvenile masculin	4e et 5e secondaire	Équipes conjointes avec Lachine Mardi et Jeudi 17h00 à 18h30	Sélections à Lachine 22 / 24 / 29 septembre 1 octobre
Juvenile féminin	4e et 5e secondaire	Équipe conjointe à Lachine Entraînements à Lachine Mardi et Jeudi - 17h00 à 18h30	
Coût pour la saison complète : 500\$			

BOXE

Deviens plus fort que tes excuses !

Cours de boxe parascolaire pour débutants et passionnés. Apprends à te défendre, à te dépasser et à te canaliser avec un boxeur amateur passionné. Découvre une discipline complète qui renforcera les valeurs de respect, discipline, confiance en soi, esprit d'équipe. Garçons et filles bienvenus, aucun niveau requis !

Endroit(s) :

- **Salle multisport**

ÉQUIPE	DATES	HORAIRE	COÛT
Automne	21 septembre 2026 au 9 décembre 2026	Lundi - Mercredi 7:30 à 8h45	290\$
Hiver	18 janvier 2027 au 7 avril 2027	Lundi - Mercredi 7:30 à 8h45	290\$

CLUB DE SKI

Le Club de Ski s'adresse à tous les élèves passionnés de ski et de planche à neige, peu importe leur niveau. Au programme : 6 sorties à Ski Bromont pour dévaler les pentes, se perfectionner et profiter pleinement de l'hiver entre amis. L'activité développe l'autonomie, la confiance sur les pistes et le respect de l'environnement. Un espace pour se dépasser, créer des liens forts et vivre des moments mémorables sur la montagne.

Offert à tous les élèves du Collège Sainte-Anne – Secondaire Dorval.

Endroit(s) :

- **Ski Bromont**

Session	DATES	DESTINATION	COÛT
Hiver	13 - 20 - 27 janvier 2027 3 - 10 - 17 février 2027	Bromont	640\$

FLAG-FOOTBALL

Automne 2026 - Camp de développement

Pratiques de développement avec emphase sur les habiletés individuelles.

9 entraînements

Volet compétitif (7 contre 7)

Entraînements mardi et vendredi de 16h45 et 18h30 (heures à confirmer)

Inclus des matchs préparatoires du RSEQ Lac-Saint-Louis

Des sélections sont possibles pour le volet compétitif

Endroit(s) :

- Parc Sarto Desnoyers
- Parc Dixie
- Parc Carignan
- Terrain synthétique du CSA

BLOC	DATES	HORAIRE	COÛT
Benjamin Féminin (Développement)	Semaine du 31 août 2026 à Semaine du 26 octobre 2026	Vendredi 16h45 à 18h00	125\$
Benjamin Féminin (Compétitif)	Semaine du 31 août 2026 à Semaine du 26 octobre 2026	Mardi - Vendredi 16h45 à 18h00	275\$
Cadet / Juvénile Féminin (Développement)	Semaine du 31 août 2026 à Semaine du 26 octobre 2026	Vendredi 16h45 à 18h00	125\$
Cadet / Juvénile Féminin (Compétitif)	Semaine du 31 août 2026 à Semaine du 26 octobre 2026	Mardi - Vendredi 16h45 à 18h00	275\$

FLAG-FOOTBALL

(5 vs 5) - Ligue des Championnes

Hiver 2026-2027 - Entraînements intérieurs (5 vs 5)

Équipe de flag-football à 5 contre 5

Pour : Filles

Secondaire 1 à 5

- Semaine du **16 novembre 2026** à **mars 2027**
- 2 entraînement par semaine
 - 2026 - Mardi + Vendredi → 17h00 à 18h00
 - 2027 - Lundi + Vendredi → 17h00 à 18h00
- Participation à la ligue des championnes
- Participation à des tournoi est possible (coût supplémentaire à prévoir).

Endroit(s) :

- **Dôme de Concordia**

BLOC	DATES	HORAIRE
Benjamin Féminin	Semaine du 16 novembre 2026 à mars 2027	2x semaine 17h00 à 18h00
Cadet / Juvénile Féminin	Semaine du 16 novembre 2026 à mars 2027	2x semaine 17h00 à 18h00
Coût pour la saison complète : 450\$		

FLAG-FOOTBALL

Printemps

Équipes de flag-football interscolaires.

Pour : Filles & garçons
Secondaire 1 à 5

- Entraînements hebdomadaires réguliers et participation à la saison interscolaire du Réseau du sport étudiant du Québec (RSEQ).
- De **mars à juin 2026**
- 2 entraînements par semaine. Horaire à préciser

Endroit(s) :

- **Terrain synthétique du CSA**

BLOC	DATES	HORAIRE
Benjamin Masculin	Mars 2027 à Semaine du 8 juin 2027	À confirmer Sera déterminé pendant l'année scolaire
Benjamin Féminin	Mars 2027 à Semaine du 8 juin 2027	À confirmer Sera déterminé pendant l'année scolaire
Cadet Masculin	Mars 2027 à Semaine du 8 juin 2027	À confirmer Sera déterminé pendant l'année scolaire
Cadet Féminin	Mars 2027 à Semaine du 8 juin 2027	À confirmer Sera déterminé pendant l'année scolaire
Juvenile Masculin/Féminin	Mars 2027 à Semaine du 8 juin 2027	À confirmer Sera déterminé pendant l'année scolaire
Coût pour la saison complète : 320\$		

FOOTBALL

Le football fait maintenant partie de la tradition du Collège Sainte-Anne. Forts d'un championnat provincial juvénile remporté en 2009 et de deux championnats régionaux en cadet au cours des dernières saisons, les Dragons invitent tous les garçons souhaitant vivre une expérience extraordinaire de groupe, de discipline et de dépassement de soi, à se joindre à eux. L'équipement, l'encadrement complet et le transport sont inclus.

Les équipes atomes, cadettes et juvéniles évoluent dans la ligue scolaire du Lac-Saint-Louis, qui regroupe des équipes de plus de 20 écoles

Offert à tous les élèves du Collège Sainte-Anne – Secondaire Dorval. Des sélections auront lieu.

Endroit(s) :

- Terrain synthétique du CSA

ÉQUIPE	NIVEAU (à confirmer avec DDN)	HORAIRE	COÛT
Football Atome Printemps 2027	1 ^{ere} secondaire	Saison de 4 à 5 parties 2 à 3 entraînements par semaine 16h30 à 18h30	335\$
Football Cadet Automne 2026	1 ^{ere} secondaire 2 ^e secondaire 3 ^e secondaire	Saison de 6 à 9 parties 2 à 3 entraînements par semaine 16h30 à 18h30	575\$
Football Juvénile Automne 2026	4 ^e secondaire 5 ^e secondaire	Saison de 7 à 11 parties 2 à 3 entraînements par semaine 16h30 à 18h30	635\$

FUTSAL

Pratiqué en gymnase, le futsal développe la technique, la vitesse de réaction et l'intelligence de jeu. Les élèves apprennent à faire preuve d'autonomie, de collaboration et de respect. L'activité favorise l'intégration de tous les profils, encourageant chaque joueur à progresser selon ses capacités.

Compétitions interscolaires au RSEQ Lac-Saint-Louis selon les niveaux.

Ouvert à tous les élèves du Collège Sainte-Anne – Secondaire Dorval. Des sélections auront lieu

Endroit(s) :

- Varie selon le bloc d'activité

BLOC	SÉLECTIONS	HORAIRE
Benjamin Masculin	Horaire à confirmer	Lundi : 7h15 à 8h45 Mercredi : 13h30 à 15h00
Benjamin Féminin	Horaire à confirmer	Horaire à confirmer
Cadet Masculin	Horaire à confirmer	Horaire à confirmer
Cadet Féminin	Horaire à confirmer	Horaire à confirmer
Juvenile Masculin / Féminin	Horaire à confirmer	Horaire à confirmer
Coût pour la saison complète : 525\$		

NATATION

Compétitions seulement

Dans un environnement encadré et sécuritaire, les élèves perfectionnent leurs styles de nage et améliorent leur condition physique. L'activité valorise la discipline personnelle, le dépassement de soi et l'autonomie.

Une base de natation de compétition est requise.

Possibilité de participation à des compétitions selon le niveau.

Ouvert à tous les élèves du Collège Sainte-Anne – Secondaire Dorval.

Ligues et lieux :

- **Lac-Saint-Louis**
 - Complexe Sportif CSA Lachine
 - Dorval Jean-XXIII
 - Cité-des-Jeunes
 - Collège Bouget
- **GMAA**
 - Centre aquatique Côte St-Luc
 - Centre civique DDO

ÉQUIPE	DATES	HORAIRE	COÛT
Compétitions seulement	Dates seront connues suites aux confections de calendriers en septembre et décembre	En compétition toute la journée	15\$ par compétition
Le transport aux compétitions est inclus.			

RUGBY

Ce sport collectif de contact, pratiqué dans un environnement encadré et sécuritaire, valorise le respect, la discipline et la solidarité. Les élèves apprennent à se dépasser, à faire confiance à leurs coéquipiers et à affronter l'adversité avec courage. Tous peuvent y trouver leur place, peu importe leur niveau initial.

Entraînements progressifs et matchs scolaires.

Ouvert aux élèves de secondaire 3, 4 et 5 du Collège Sainte-Anne – Secondaire Dorval.

Endroit(s) :

- Terrain synthétique du CSA
- Parc LaSalle

ÉQUIPE	DATES	HORAIRE	COÛT
<u>Rugby à 7</u> Féminin	31 août 2026 au 28 octobre 2026	Parc LaSalle Lundi 16h45 à 18h15 Mercredi 15h00 à 16h30	330\$
<u>Rugby</u> Féminin	Février 2027 à Juin 2027	Terrain CSA Horaire à confirmer	340\$

SALLE D'ENTRAÎNEMENT

Les élèves athlètes du Collège ont la possibilité d'effectuer des entraînements en conditionnement physique sous la supervision d'un animateur. Des programmes d'entraînement personnalisés, adaptés au besoin de chaque athlète peuvent être proposés. Une supervision constante est effectuée par notre animateur afin d'assurer la sécurité des comportements et des gestes dans la salle de musculation.

Cette activité s'adresse à tous les élèves désirant améliorer leur condition physique.

Endroit(s) :

- Salle de musculation

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
7h15 à 8h45	7h15 à 8h45	7h15 à 8h45	7h15 à 8h45	7h15 à 8h45
12h25 à 13h25	12h25 à 13h25	12h25 à 15h30	12h25 à 13h25	12h25 à 13h25
16h15 à 18h00	16h15 à 18h00		16h15 à 18h00	16h15 à 18h00
Athlètes du CACSA: 50\$ pour l'année Élèves non membre du CACSA: 150\$ pour l'année				

SOCCER

Sport universel, le soccer favorise l'apprentissage du jeu d'équipe, de l'endurance et du contrôle du ballon. Les élèves développent leur sens tactique, leur esprit sportif et leur capacité à évoluer dans un collectif. L'activité mise sur l'inclusion, le respect de l'adversaire et le plaisir de jouer ensemble.

Participation à des ligues interscolaires du GMAA.

Ouvert à tous les élèves du Collège Sainte-Anne – Secondaire Dorval. Des sélections auront lieu

Endroit(s) :

- Terrain synthétique du CSA Dorval
- Parc Dixie
- Parc Carignan

ÉQUIPE	SÉLECTIONS	HORAIRE	COÛT
Benjamin Masculin	Sélections 25 / 27 août 1er septembre	Mardi et Jeudi 7h15 à 8h45	325\$
Benjamin Féminin	Sélections 31 août 2 / 9 septembre 2026	Lundi : 16h30 à 18h00 Mercredi : 16h30 à 18h00	325\$
Cadet Masculin	Sélections 26 / 31 août 2 septembre	Lundi : 7h15 à 8h45 Mercredi : 13h00 à 14h30	325\$
Cadet Féminin	Sélections 31 août 2 / 9 septembre 2026	Lundi : 16h30 à 18h00 Mercredi : 16h30 à 18h00	325\$
Juvenile Masculin	Sélections 26 / 31 août 2 septembre	Lundi : 7h15 à 8h45 Mercredi : 13h00 à 14h30	325\$

VOLLEYBALL

Les athlètes développent leur technique (service, manchette, attaque), leur positionnement et leur esprit d'équipe. L'activité mise sur la rigueur, le dépassement de soi et la communication efficace. Le volleyball favorise l'intégration, la progression constante et l'entraide entre coéquipiers.

Participation à la ligue du RSEQ Lac-St-Louis et à des tournois.

Ouvert à tous les élèves du Collège Sainte-Anne – Secondaire Dorval. Des sélections auront lieu

Endroit(s) :

- **Gymnases du CSA Dorval**

ÉQUIPE	DATES	HORAIRE	COÛT
Atome Féminin	Sélections Semaine du 21 septembre	Mercredi : 7h15 à 8h45 Jeudi : 7h15 à 8h45	500\$
Benjamin Féminin	Sélections Semaine du 21 septembre	Lundi : 16h30 à 18h00 Mardi : 7h15 à 8h45	500\$
Cadet Féminin D4	Sélections Semaine du 21 septembre	Horaire à confirmer	500\$
Cadet Féminin D3		Horaire à confirmer	500\$
Juvenile	Sélections Semaine du 21 septembre	Horaire à confirmer	500\$

VOLLEYBALL DE PLAGES

Joué sur sable, ce sport d'extérieur demande de l'adaptabilité, de la rapidité et un excellent esprit de duo. Il favorise la confiance, la persévérance et la communication. Les élèves s'entraînent dans un cadre dynamique et respectueux, tout en vivant les défis du jeu en plein air.

Possibilité de participer à des tournois.

Ouvert à toutes les élèves du Collège Sainte-Anne – Secondaire Dorval.

Endroit(s) :

- Terrain du Parc Dixie

ÉQUIPE	DATES	HORAIRE
<u>Benjamin Féminin</u> (4 vs 4)	Avril 2027 à Juin 2027	Horaire à valider Lun - Mar - Jeu - Ven 16h30 à 18h00 ou 18h00 à 19h30 Mer À déterminer
<u>Cadet Féminin</u> (2 vs 2)	Avril 2027 à Juin 2027	Horaire à valider Lun - Mar - Jeu - Ven 16h30 à 18h00 ou 18h00 à 19h30 Mer À déterminer
<u>Juvenile Féminin</u> (2 vs 2)	Avril 2027 à Juin 2027	Horaire à valider Lun - Mar - Jeu - Ven 16h30 à 18h00 ou 18h00 à 19h30 Mer À déterminer
Coût pour la saison complète : 240\$		

Waterpolo

Équipe de waterpolo interscolaire.

Pour : Filles & garçons

Secondaire 1 à 5

Entraînements hebdomadaires réguliers et participation à la saison interscolaire du Réseau du sport étudiant du Québec (RSEQ).

Transport vers le complexe aquatique de Lachine est non compris

Endroit(s) :

- **Piscine du Collège Sainte-Anne (Lachine)**

Niveaux	DATES	HORAIRE
<u>Secondaire 1-2</u>	21 septembre 2026 au 30 avril 2027	Lundi : 17h00 à 18h30
<u>Secondaire 3 à 5</u>	21 septembre 2026 au 30 avril 2027	Lundi : 17h00 à 18h30 Mercredi : 13h30 à 15h00
Coût pour la saison complète : 325\$		

