

Les rendez-vous sportifs

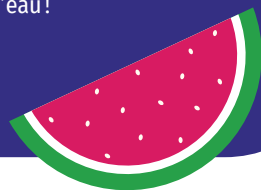
UN RENDEZ-VOUS QUOTIDIEN, EN SEMAINE, POUR GARDER LA FORME TOUT L'ÉTÉ!

GRATUIT, aucune inscription requise

ACTIVITÉS ORGANISÉES EN COLLABORATION AVEC LE CENTRE RÉCRÉATIF ÉDOUARD-RIVET

Apportez votre bouteille d'eau!

Tapis requis sauf pour la zumba, le djamboola et la danse en ligne.



Lundi

Mise en forme (55 ans et +)

AVEC MÉLANIE MCQUAID

19, 26 juin • 3, 10, 17, 24, 31 juillet
7, 14, 21, 28 août • 4 septembre
10 h

Body design

AVEC JEANNE GAGNÉ

19, 26 juin • 3, 10, 17, 24, 31 juillet
7, 14, 21, 28 août
18 h

Extensa

AVEC JEANNE GAGNÉ

19, 26 juin • 3, 10, 17, 24, 31 juillet
7, 14, 21, 28 août
19 h 15

Mardi

Zumba kids pour enfants

AVEC JULIE LARIVÉE

27 juin • 11, 25 juillet • 8 août
10 h 30

Fitness parents-enfants

AVEC KAREN TENORIO

4, 18 juillet • 1, 15 août
10 h 30

Zumba fitness

AVEC JULIE LARIVÉE

20, 27 juin • 4, 11, 18, 25 juillet
1, 8, 15, 22, 29 août
18 h

Djamboola

AVEC KARINE CANUEL

20, 27 juin • 4, 11, 18, 25 juillet
1, 8, 15, 22, 29 août
19 h 30

Mercredi

Yoga 55 ans et +

AVEC STÉPHANIE GOSSELIN

21, 28 juin • 5, 12, 19, 26 juillet
2, 9, 16, 23, 30 août
10 h 30

Power yoga

AVEC STÉPHANIE GOSSELIN

21, 28 juin • 5, 12, 19, 26 juillet
2, 9, 16, 23, 30 août
18 h

Cardio bootcamp

AVEC MAXIME PINCHINAT

21, 28 juin • 5, 12, 19, 26 juillet
2, 9, 16, 23, 30 août
19 h 30

Jeudi

Danse en ligne

AVEC MARYSE GAGNON

22, 29 juin • 3, 10, 17, 24, 31 août
7 septembre
18 h

Vendredi

Zumba Gold (55 ans +)

AVEC KAREN TENORIO

30 juin • 7, 14, 21, 28 juillet
4, 11, 18, 25 août • 1^{er}, 8 septembre
10 h

Danse en ligne

AVEC MARYSE GAGNON

7, 14, 21, 28 juillet
18 h

Fête du Canada



LE 1^{er} JUILLET DE 13 h À 17 h

PLACE ROMÉO-DALLAIRE
(derrière l'hôtel de ville)

CÉRÉMONIE DE LEVER DU DRAPEAU

avec les membres de la Légion royale canadienne

TOUT L'APRÈS-MIDI

- La jungle de Jack, remorque d'amusement pour enfants
- Ateliers de skate et de djembé
- Jeux géants
- Crème glacée



LA FÊTE NATIONALE DU QUÉBEC

RENDEZ-VOUS
LE 23 JUIN DE 16 h À 22 h

AU PARC DE L'HÔTEL-DE-VILLE

16 h

ANIMATIONS JUSQU'À 19 h

- Jeux gonflables
- Maquillage
- Sculpture de ballons

APPORTEZ VOTRE CHAISE DE CAMPING POUR LE GRAND SPECTACLE EN PLEIN AIR!

19 h

SPECTACLE DE
DANY POULIOT

L'un des chansonniers préférés des Québécois sera sur scène pour une heure de spectacle festif. L'artiste qui parcourt le Québec vous fera chavirer avec un répertoire varié et une bonne dose d'humour.



20 h 30

SPECTACLE DE
FRANCE D'AMOUR

La seule et unique France D'Amour vous fera passer une soirée inoubliable avec ses musiciens flamboyants. Dans ce nouveau spectacle, la musicienne qui sait autant rocker pesant que jazzer vous enchantera à coup sûr.



De 16 h à 22 h,
profitez des camions de cuisine de rue pour vous régaler en famille et entre amis.



Fête du citoyen

19 AOÛT DE 13h À 22h

- Jeux gonflables
- Maquillage
- Sculpture de ballons
- Épluchette de blé d'Inde



14h SPECTACLE LES CRÉATURES DU JURASSIQUE DE BILL BESTIOLE 2

Place aux géants de la préhistoire avec un passionné de dinosaures!

Avec des chansons amusantes et des numéros interactifs colorés, Bill Bestiole remonte le temps pour vous émerveiller. Grâce à son humour, même les plus terrifiants carnivores deviennent sympathiques et fascinants.

20h SPECTACLE DE YELO MOLO

Le fameux groupe Yelo Molo connu pour ses succès *Gros zéro* et *Sabrina* passe par Montréal-Est, pour sa tournée d'adieu. Les six musiciens vous ont concocté un gros spectacle de deux heures. Aucun doute: la soirée sera mémorable. Apportez votre chaise!



Ville de Montréal-Est
11370, rue Notre-Dame
Montréal-Est (Québec) H1B 2W6

514 905-2000
ville.montreal-est.qc.ca

facebook.com/VilledeMontrealEst

Imprimé sur du papier recyclé biodégradable

NOUVEAU

Juillet SHOW

PRÉSENTÉ PAR LA VILLE DE MONTRÉAL-EST

AU PARC DE L'HÔTEL-DE-VILLE

Un festival de talents à savourer
tout le mois de juillet.

UN CONSEIL : ARRIVEZ TÔT!

2Frères

8 JUILLET À 20h

Avec plus de 275 000 albums vendus, le duo 2Frères n'a plus besoin de présentation! Cet été, les deux complices remontent sur scène juste pour vous, avec leurs mélodies accrocheuses. Coup de cœur garanti.



Laurence Jalbert

22 JUILLET À 20h

Avec *En toute intimité*, l'incontournable Laurence Jalbert nous présente ses plus grandes chansons. Grâce à son énergie contagieuse et la complicité de son guitariste, c'est tout Montréal-Est qui sera conquis.



À LA
ROTONDE

King Melrose

6 JUILLET À 19h

Connu pour ses performances énergiques et sa pop-soul contagieuse, King Melrose vous prépare un spectacle acoustique avec ses plus grands succès, notamment *Ne me laisse pas tomber*. Ne manquez pas ce rendez-vous unique.



À LA
ROTONDE

Sam Krüger

13 JUILLET À 19h

À la fois chanteur et compositeur, Sam Krüger jouera ses chansons nostalgiques en duo. Après la sortie récente de son EP *The songs I write in my bedroom*, il a hâte de vous présenter ses créations.



À LA
ROTONDE

Anne Bisson

20 JUILLET À 19h

Après l'international, la chanteuse et pianiste Anne Bisson nous présente son album *Be My Lover*. Un savoureux mélange de compositions originales et de classiques jazz, tels que *Moondance*, avec son fils à la basse.



À LA
ROTONDE

Emmanuelle Boucher

27 JUILLET À 19h

Rendez-vous avec l'une des plus belles voix québécoises et artiste coup de cœur de l'émission *Tout simplement country*, de Guylaine Tanguay. Emmanuelle Boucher trace son chemin sur la scène country et nous prépare de belles surprises.



Programmation estivale 2023



FAITES LE PLEIN
D'ACTIVITÉS ET
DE SPECTACLES
GRATUITS,
JUSTE ICI.

