

Septembre 2025

2025-09-22 - lundi

09:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
10:00	Vieillir actif et en santé Info - 613-834-6808, poste 0	Flé
10:30	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel Info - 613-834-6808, poste 0	Vir
12:45	Danse en ligne - Intermédiaire Info - 613-834-6808, poste 0	GSA
14:00	Pickleball DÉBUTANT	GSA

2025-09-23 - mardi

09:00	Carpet Bowling	GSA
11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel Info - 613-834-6808, poste 0	Vir
13:15	Danse en ligne (pratique)	GSA
19:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA

2025-09-24 - mercredi

08:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
09:25	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
10:00	Club de marche en plein air Info - 613-834-6808, poste 0	Ext
11:00	Ballon-tambour "Drums Alive" Annulé	GSA
11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel Info - 613-834-6808, poste 0	Vir
13:00	Cours d'introduction au pickleball Info - 613-834-6808, poste 0	GSA
14:30	Cours de pickleball - Comment améliorer votre jeu Info - 613-834-6808, poste 0	GSA

16:00	Cours de pickleball - Comment améliorer votre jeu Info - 613-834-6808, poste 0	GSA
-------	---	-----

2025-09-25 - jeudi

09:00	Carpet Bowling	GSA
11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel Info - 613-834-6808, poste 0	Vir
16:30	Pickleball DÉBUTANT	GSA

2025-09-26 - vendredi

09:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
09:00	Yoga pour tous ! - Cours Info - 613-834-6808, poste 0	Flé
10:30	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
13:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
14:30	Pickleball DÉBUTANT	GSA

2025-09-29 - lundi

09:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2792	GSA
10:00	Vieillir actif et en santé https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3093 Info - 613-834-6808, poste 0	Flé
10:30	Pickleball INTERMÉDIAIRE https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2808	GSA
11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3045 Info - 613-834-6808, poste 0	Vir
12:45	Danse en ligne - Intermédiaire https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2986 Info - 613-834-6808, poste 0	GSA
14:00	Pickleball DÉBUTANT https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2740	GSA

2025-09-30 - mardi

09:00	Carpet Bowling	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2705	
11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel	Vir
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3029	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
13:15	Danse en ligne (pratique)	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3013	
19:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2826	

Octobre 2025

2025-10-01 - mercredi

08:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2843	
09:25	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2859	
10:00	Club de marche en plein air	Ext
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2507	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
11:00	Ballon-tambour "Drums Alive" Annulé	GSA
11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel	Vir
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3062	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
13:00	Cours d'introduction au pickleball	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3124	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
14:30	Cours de pickleball - Comment améliorer votre jeu	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3135	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
16:00	Cours de pickleball - Comment améliorer votre jeu	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3161	
	Info - 613-834-6808, poste 0	

2025-10-02 - jeudi

09:00	Carpet Bowling	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2722	

11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel	Vir
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3079	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
13:00	Pétanque	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2270	
16:00	Pickleball DÉBUTANT	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2757	

2025-10-03 - vendredi

09:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2875	
09:00	Yoga pour tous ! - Cours	Flé
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3108	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
10:30	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2891	
13:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2907	
14:30	Pickleball DÉBUTANT	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2774	

2025-10-06 - lundi

09:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2793	
	En attente	
10:00	Vieillir actif et en santé	Flé
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3094	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
10:30	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2809	
	En attente	
11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel	Vir
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3046	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
12:45	Danse en ligne - Intermédiaire	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2987	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
14:00	Pickleball DÉBUTANT	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2741	
	En attente	

2025-10-07 - mardi

- 11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3030>
Info - 613-834-6808, poste 0
- 13:15 Danse en ligne (pratique) GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3014>
- 19:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2827>
En attente
-

2025-10-08 - mercredi

- 08:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2844>
En attente
- 09:25 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2860>
En attente
- 10:00 Club de marche en plein air Ext
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2508>
Info - 613-834-6808, poste 0
- 11:00 Ballon-tambour "Drums Alive" GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2153>
- 11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3063>
Info - 613-834-6808, poste 0
- 13:00 Cours d'introduction au pickleball GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3125>
Info - 613-834-6808, poste 0
- 14:30 Cours de pickleball - Comment améliorer votre jeu GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3136>
Info - 613-834-6808, poste 0
- 16:00 Cours de pickleball - Comment améliorer votre jeu GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3162>
Info - 613-834-6808, poste 0
-

2025-10-09 - jeudi

- 09:00 Carpet Bowling GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2723>
-

- 11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3080>
Info - 613-834-6808, poste 0
- 13:00 Pétanque GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2271>
- 16:00 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2758>
En attente
-

2025-10-10 - vendredi

- 09:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2876>
En attente
- 09:00 Yoga pour tous ! - Cours Ami
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3109>
Info - 613-834-6808, poste 0
- 10:30 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2892>
En attente
- 13:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2908>
En attente
- 14:30 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2775>
En attente
-

2025-10-13 - lundi

- 14:00 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2742>
En attente
-

2025-10-14 - mardi

- 09:00 Carpet Bowling GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2707>
- 11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3031>
Info - 613-834-6808, poste 0
- 19:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2828>
En attente
-

2025-10-15 - mercredi

08:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2845	
	En attente	
09:25	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2861	
	En attente	
10:00	Club de marche en plein air	Ext
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2509	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
11:00	Ballon-tambour "Drums Alive"	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2690	
11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel	Vir
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3064	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
13:00	Cours d'introduction au pickleball	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3126	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
14:30	Cours de pickleball - Comment améliorer votre jeu	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3137	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
16:00	Cours de pickleball - Comment améliorer votre jeu	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3163	
	Info - 613-834-6808, poste 0	

2025-10-16 - jeudi

09:00	Carpet Bowling	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2724	
11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel	Vir
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3081	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
13:00	Pétanque	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2272	
16:00	Pickleball DÉBUTANT	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2759	
	En attente	

2025-10-17 - vendredi

09:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2877	
	En attente	
09:00	Yoga pour tous ! - Cours	Flé
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3110	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
10:30	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2893	
	En attente	
13:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2909	
	En attente	
14:30	Pickleball DÉBUTANT	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2776	
	En attente	

2025-10-20 - lundi

09:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2795	
	En attente	
10:00	Vieillir actif et en santé	Flé
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3096	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
10:30	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2811	
	En attente	
11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel	Vir
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3048	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
12:45	Danse en ligne - Intermédiaire	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2989	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
14:00	Pickleball DÉBUTANT	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2743	
	En attente	

2025-10-21 - mardi

09:00	Carpet Bowling	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2708	

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3032>
 Info - 613-834-6808, poste 0

13:15 Danse en ligne (pratique) GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3016>

19:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2829>
 En attente

2025-10-22 - mercredi

08:00 Tournoi de pickleball GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2786>

10:00 Club de marche en plein air Ext
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2510>
 Info - 613-834-6808, poste 0

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3065>
 Info - 613-834-6808, poste 0

2025-10-23 - jeudi

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3082>
 Info - 613-834-6808, poste 0

16:00 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2760>
 En attente

2025-10-24 - vendredi

09:00 Yoga pour tous ! - Cours Flé
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3111>
 Info - 613-834-6808, poste 0

2025-10-27 - lundi

09:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2796>
 En attente

10:00 Vieillir actif et en santé Flé
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3097>
 Info - 613-834-6808, poste 0

10:30 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2812>
 En attente

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3049>
 Info - 613-834-6808, poste 0

12:45 Danse en ligne - Intermédiaire GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2990>
 Info - 613-834-6808, poste 0

14:00 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2744>
 En attente

2025-10-28 - mardi

09:00 Carpet Bowling GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2709>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3033>
 Info - 613-834-6808, poste 0

13:15 Danse en ligne (pratique) GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3017>

19:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2830>
 En attente

2025-10-29 - mercredi

08:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2847>
 En attente

09:25 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2863>
 En attente

10:00 Club de marche en plein air Ext
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2511>
 Info - 613-834-6808, poste 0

11:00 Ballon-tambour "Drums Alive" GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2156>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3066>
 Info - 613-834-6808, poste 0

2025-10-30 - jeudi

09:00 Carpet Bowling GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2726>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3083>
 Info - 613-834-6808, poste 0

13:00 Pétanque GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2274>

16:00 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2761>
 En attente

2025-10-31 - vendredi

09:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2879>
 En attente

09:00 Yoga pour tous ! - Cours Flé
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3112>
 Info - 613-834-6808, poste 0

10:30 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2895>
 En attente

13:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2911>
 En attente

14:30 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2778>
 En attente

Novembre 2025

2025-11-03 - lundi

09:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2797>
 En attente

10:00 Vieillir actif et en santé Flé
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3098>
 Info - 613-834-6808, poste 0

10:30 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2813>
 En attente

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3050>
 Info - 613-834-6808, poste 0

12:45 Danse en ligne - Intermédiaire GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2991>
 Info - 613-834-6808, poste 0

14:00 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2745>
 En attente

2025-11-04 - mardi

09:00 Carpet Bowling GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2710>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3034>
 Info - 613-834-6808, poste 0

13:15 Danse en ligne (pratique) GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3018>

19:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2831>
 En attente

2025-11-05 - mercredi

08:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2848>
 En attente

09:25 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2864>
 En attente

10:00 Club de marche en plein air Ext
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2512>
 Info - 613-834-6808, poste 0

11:00 Ballon-tambour "Drums Alive" GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2693>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3067>
 Info - 613-834-6808, poste 0

2025-11-06 - jeudi

09:00 Carpet Bowling GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2727>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3084>
 Info - 613-834-6808, poste 0

13:00 Pétanque GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2275>

16:00 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2762>
 En attente

2025-11-07 - vendredi

09:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2880>
 En attente

09:00 Yoga pour tous ! - Cours Flé
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3113>
 Info - 613-834-6808, poste 0

10:30 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2896>
 En attente

13:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2912>
 En attente

14:30 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2779>
 En attente

2025-11-10 - lundi

09:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2798>
 En attente

10:00 Vieillir actif et en santé Flé
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3099>
 Info - 613-834-6808, poste 0

10:30 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2814>
 En attente

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3051>
 Info - 613-834-6808, poste 0

14:00 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2746>
 En attente

2025-11-11 - mardi

09:00 Carpet Bowling GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2711>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3035>
 Info - 613-834-6808, poste 0

19:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2832>
 En attente

2025-11-12 - mercredi

08:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2849>
 En attente

09:25 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2865>
 En attente

10:00 Club de marche en plein air Ext
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2513>
 Info - 613-834-6808, poste 0

11:00 Ballon-tambour "Drums Alive" GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2694>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3068>
 Info - 613-834-6808, poste 0

13:00 Cours d'introduction au pickleball GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3130>
 Info - 613-834-6808, poste 0

14:30 Cours de pickleball - Comment améliorer votre jeu GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3141>
 Info - 613-834-6808, poste 0

16:00 Cours de pickleball - Comment améliorer votre jeu GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3164>
 Info - 613-834-6808, poste 0

2025-11-13 - jeudi

09:00 Carpet Bowling GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2728>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3085>
Info - 613-834-6808, poste 0

13:00 Pétanque GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2276>

16:00 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2763>
En attente

2025-11-14 - vendredi

09:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2881>
En attente

09:00 Yoga pour tous ! - Cours Flé
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3114>
Info - 613-834-6808, poste 0

10:30 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2897>
En attente

13:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2913>
En attente

14:30 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2780>
En attente

2025-11-17 - lundi

09:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2799>
En attente

10:00 Vieillir actif et en santé Flé
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3100>
Info - 613-834-6808, poste 0

10:30 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2815>
En attente

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3052>
Info - 613-834-6808, poste 0

12:45 Danse en ligne - Intermédiaire GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2993>
Info - 613-834-6808, poste 0

14:00 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2747>
En attente

2025-11-18 - mardi

09:00 Carpet Bowling GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2712>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3036>
Info - 613-834-6808, poste 0

13:15 Danse en ligne (pratique) GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3020>

19:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2833>
En attente

2025-11-19 - mercredi

08:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2850>
En attente

09:25 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2866>
En attente

10:00 Club de marche en plein air Ext
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2514>
Info - 613-834-6808, poste 0

11:00 Ballon-tambour "Drums Alive" GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2695>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3069>
Info - 613-834-6808, poste 0

16:00 Cours de pickleball - Comment améliorer votre jeu GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3165>
Info - 613-834-6808, poste 0

2025-11-20 - jeudi

09:00 Carpet Bowling GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2729>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3086>
Info - 613-834-6808, poste 0

13:00 Pétanque GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2277>

16:00 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2764>
 En attente

2025-11-21 - vendredi

09:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2882>
 En attente

09:00 Yoga pour tous ! - Cours Flé
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3115>
 Info - 613-834-6808, poste 0

10:30 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2898>
 En attente

13:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2914>
 En attente

14:30 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2781>
 En attente

2025-11-24 - lundi

09:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2800>
 En attente

10:00 Vieillir actif et en santé Flé
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3101>
 Info - 613-834-6808, poste 0

10:30 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2816>
 En attente

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3053>
 Info - 613-834-6808, poste 0

12:45 Danse en ligne - Intermédiaire GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2994>
 Info - 613-834-6808, poste 0

14:00 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2748>
 En attente

2025-11-25 - mardi

09:00 Carpet Bowling GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2713>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3037>
 Info - 613-834-6808, poste 0

13:15 Danse en ligne (pratique) GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3021>

19:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2834>
 En attente

2025-11-26 - mercredi

08:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2851>
 En attente

09:25 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2867>
 En attente

10:00 Club de marche en plein air Ext
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2515>
 Info - 613-834-6808, poste 0

11:00 Ballon-tambour "Drums Alive" GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2696>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3070>
 Info - 613-834-6808, poste 0

2025-11-27 - jeudi

09:00 Carpet Bowling GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2730>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3087>
 Info - 613-834-6808, poste 0

13:00 Pétanque GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2278>

16:00 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2765>
 En attente

2025-11-28 - vendredi

09:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2883	
	En attente	
09:00	Yoga pour tous ! - Cours	Flé
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3116	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
10:30	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2899	
	En attente	
13:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2915	
	En attente	
14:30	Pickleball DÉBUTANT	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2782	
	En attente	

Décembre 2025

2025-12-01 - lundi

09:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2801	
	En attente	
10:00	Vieillir actif et en santé	Flé
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3102	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
10:30	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2817	
	En attente	
11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel	Vir
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3054	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
12:45	Danse en ligne - Intermédiaire	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2995	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
14:00	Pickleball DÉBUTANT	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2749	
	En attente	

2025-12-02 - mardi

09:00	Carpet Bowling	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2714	

11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel	Vir
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3038	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
13:15	Danse en ligne (pratique)	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3022	
19:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2835	
	En attente	

2025-12-03 - mercredi

08:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2852	
	En attente	
09:25	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2868	
	En attente	
10:00	Club de marche en plein air	Ext
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2516	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
11:00	Ballon-tambour "Drums Alive"	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2697	
11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel	Vir
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3071	
	Info - 613-834-6808, poste 0	

2025-12-04 - jeudi

09:00	Carpet Bowling	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2731	
11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel	Vir
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3088	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
13:00	Pétanque	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2279	
16:00	Pickleball DÉBUTANT	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2766	
	En attente	

2025-12-05 - vendredi

09:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2884	
	En attente	

09:00	Yoga pour tous ! - Cours	Flé
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3117	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
10:30	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2900	
	En attente	
13:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2916	
	En attente	
14:30	Pickleball DÉBUTANT	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2783	
	En attente	

2025-12-08 - lundi

09:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2802	
	En attente	
10:00	Vieillir actif et en santé	Flé
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3103	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
10:30	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2818	
	En attente	
11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel	Vir
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3055	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
12:45	Danse en ligne - Intermédiaire	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2996	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
14:00	Pickleball DÉBUTANT	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2750	
	En attente	

2025-12-09 - mardi

09:00	Carpet Bowling	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2715	
11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel	Vir
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3039	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
13:15	Danse en ligne (pratique)	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3023	

19:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2836	
	En attente	

2025-12-10 - mercredi

08:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2853	
	En attente	
09:25	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2869	
	En attente	
10:00	Club de marche en plein air	Ext
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2517	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
11:00	Ballon-tambour "Drums Alive"	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2698	
11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel	Vir
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3072	
	Info - 613-834-6808, poste 0	

2025-12-11 - jeudi

11:05	Viens bouger ! Exercices en virtuel	Vir
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3089	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
16:00	Pickleball DÉBUTANT	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2767	
	En attente	

2025-12-12 - vendredi

09:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2885	
	En attente	
09:00	Yoga pour tous ! - Cours	Flé
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3118	
	Info - 613-834-6808, poste 0	
10:30	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2901	
	En attente	
13:00	Pickleball INTERMÉDIAIRE	GSA
	https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2917	
	En attente	

14:30 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2784>
En attente

2025-12-15 - lundi

09:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2803>
En attente

10:00 Vieillir actif et en santé Flé
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3104>
Info - 613-834-6808, poste 0

10:30 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2819>
En attente

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3056>
Info - 613-834-6808, poste 0

12:45 Danse en ligne - Intermédiaire GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2997>
Info - 613-834-6808, poste 0

14:00 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2751>
En attente

2025-12-16 - mardi

09:00 Carpet Bowling GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2716>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3040>
Info - 613-834-6808, poste 0

13:15 Danse en ligne (pratique) GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3024>

19:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2837>
En attente

2025-12-17 - mercredi

08:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2854>
En attente

09:25 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2870>
En attente

10:00 Club de marche en plein air Ext
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2518>
Info - 613-834-6808, poste 0

11:00 Ballon-tambour "Drums Alive" GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2163>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3073>
Info - 613-834-6808, poste 0

2025-12-18 - jeudi

09:00 Carpet Bowling GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3171>

11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3090>
Info - 613-834-6808, poste 0

13:30 Pétanque GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3172>

16:00 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2768>
En attente

2025-12-19 - vendredi

09:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2886>
En attente

09:00 Yoga pour tous ! - Cours Flé
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3119>
Info - 613-834-6808, poste 0

10:30 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2902>
En attente

13:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2918>
En attente

14:30 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2785>
En attente

2025-12-22 - lundi

- 09:00 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2804>
En attente
- 10:30 Pickleball INTERMÉDIAIRE GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2820>
En attente
- 11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3057>
Info - 613-834-6808, poste 0
- 14:00 Pickleball DÉBUTANT GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2752>
En attente
-

2025-12-23 - mardi

- 09:00 Carpet Bowling GSA
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn2717>
- 11:05 Viens bouger ! Exercices en virtuel Vir
<https://rafo.ca/calendrier/id-CALn3041>
Info - 613-834-6808, poste 0