



RAPPORT DE VOLET · 2025

Club de marche CDN-NDG

Saison 2025 — 6 mai au 27 novembre — Parcs et espaces extérieurs

72 marches organisées, 633 fréquentations cumulées, 461 km parcourus collectivement — une activité simple, gratuite et rassembleuse au cœur des quartiers CDN-NDG.

72

MARCHES ORGANISÉES

633

FRÉQUENTATIONS

461 km

PARCOURUS



Loisirs Sportifs Côte-des-Neiges-Notre-Dame-de-Grâce

4880, avenue Van Horne, Montréal (Québec) H3W 1J3
www.lscdndg.org · (514) 342-9988 · info@lscdndg.org

Table des matières

Sommaire

01 Mise en contexte

02 Données de la saison 2025

03 Analyse mensuelle

04 Points forts de la saison

05 Profil des participants

06 Observations qualitatives du terrain

07 Défis identifiés et analyse

08 Perspectives 2026

01

Mise en contexte

Le Club de marche CDN-NDG s'inscrit dans le cadre du Programme d'animation des parcs et espaces extérieurs de l'Arrondissement Côte-des-Neiges-Notre-Dame-de-Grâce. Lancé à l'été 2024, il propose une activité physique gratuite, accessible et conviviale pour les aînés de 55 ans et plus.

72

MARCHES ORGANISÉES

633

FRÉQUENTATIONS

461 km

PARCOURS

93 %

PARTICIPANTS 55+

70 %

FEMMES

48

NOUVEAUX PARTICIPANTS

La saison 2025 (du 6 mai au 27 novembre) marque la première saison complète du club depuis son lancement à l'été 2024. Le **6 août**, nous avons célébré son premier anniversaire avec une marche festive d'environ 25 personnes au Centre sportif de Notre-Dame-de-Grâce.

02

Données de la saison 2025

Tableau synthèse

INDICATEUR	RÉSULTAT
Nombre de marches organisées	72 marches (dont 2 annulées pour météo)
Période de la saison	6 mai au 27 novembre 2025
Distance totale parcourue	461 km
Distance moyenne par marche	~6,4 km
Fréquentations cumulées	633 présences enregistrées
Nouveaux participants	48
Participants 55 ans et plus	588 (93 %)
Répartition Femmes / Hommes	445 (70 %) / 188 (30 %)
Pic de participation	24 marcheurs — 8 juillet 2025 (NDG)
Coordonnateur principal	Thierry Maria (avec Catarina B. en soutien)

Répartition par quartier

QUARTIER	MARCHES	DISTANCE	PARTICIPANTS	MOY./M.
Notre-Dame-de-Grâce	52	329 km	534 (84 %)	10,3
Côte-des-Neiges	20	131,8 km	99 (16 %)	5,0
TOTAL	72	461 km	633	8,8

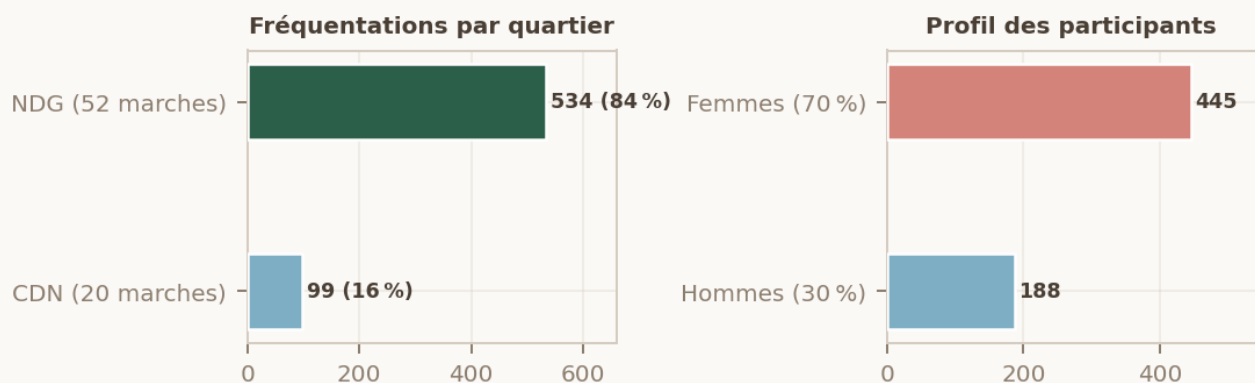


Fig. 1 — Répartition par quartier et profil des participants

03

Analyse mensuelle

MOIS	MARCHES	PRÉSENCES	MOY./MARCHE	MAX	ANNUL.
Mai	12	95	7,9	15	0
Juin	11	98	8,9	23	0
Juillet	13	130	10,0	24	1
Août	12	133	11,1	20	0
Septembre	8	86	10,8	16	1
Octobre	9	56	6,2	9	0
Novembre	5	35	7,0	8	0
TOTAL	70	633	9,0	24	2

MOIS DE POINTE

Juillet et août regroupent 263 des 633 présences (41,5 %), avec les moyennes les plus élevées (10,0 et 11,1 marcheurs par marche).

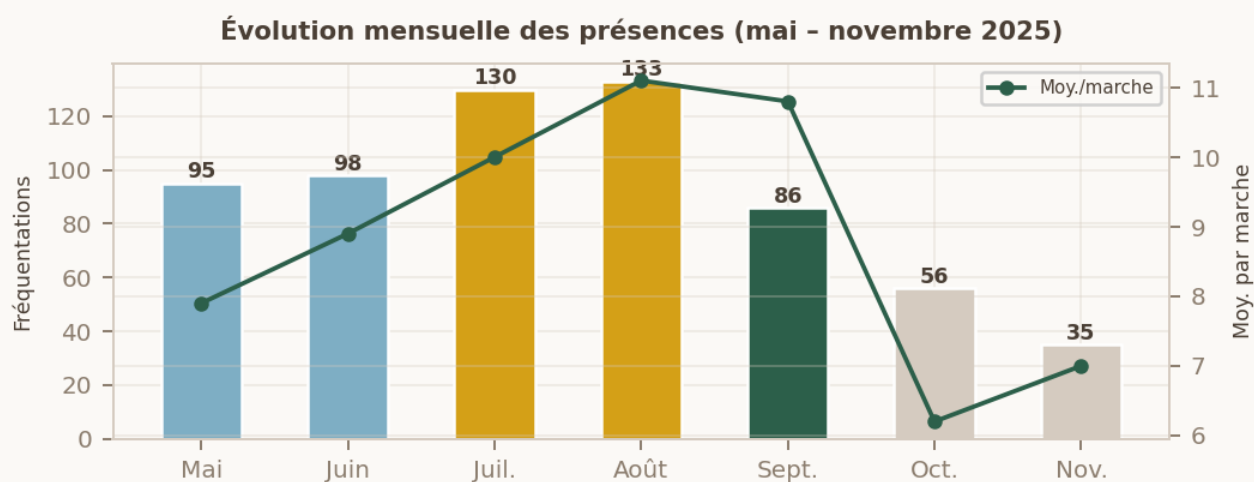


Fig. 2 — Évolution mensuelle des présences (mai - novembre 2025)

04

Points forts de la saison

PREMIER ANNIVERSAIRE — 6 AOÛT 2025

Après une marche conviviale de 3,5 km, environ 25 personnes se sont retrouvées à la cafétéria du Centre sportif de Notre-Dame-de-Grâce — un événement symbolique confirmant que le club est devenu bien plus qu'une activité sportive : une véritable communauté.

Fidélisation : Un noyau dur de marcheurs assidus revient semaine après semaine, créant des liens durables.

Diversité des parcours : Mont-Royal, ruelles vertes d'Hampstead, belvédère d'Outremont, parc Westmount.

Adaptabilité : Thierry Maria a démontré une grande capacité d'adaptation (raccourcissement des parcours, sous-groupes, maintien malgré conditions difficiles).

Top 5 des marches les plus fréquentées

#	DATE	QUARTIER	PARTICIPANTS	NOTE
1	8 juillet	NDG	24	Record de la saison
2	3 juin	NDG	23	Belle participation
3	21 août	NDG	20	Ambiance chaleureuse
4	17 juin	NDG	16	Coin inexploré de NDG
5	6 août	NDG	16	Anniversaire du club

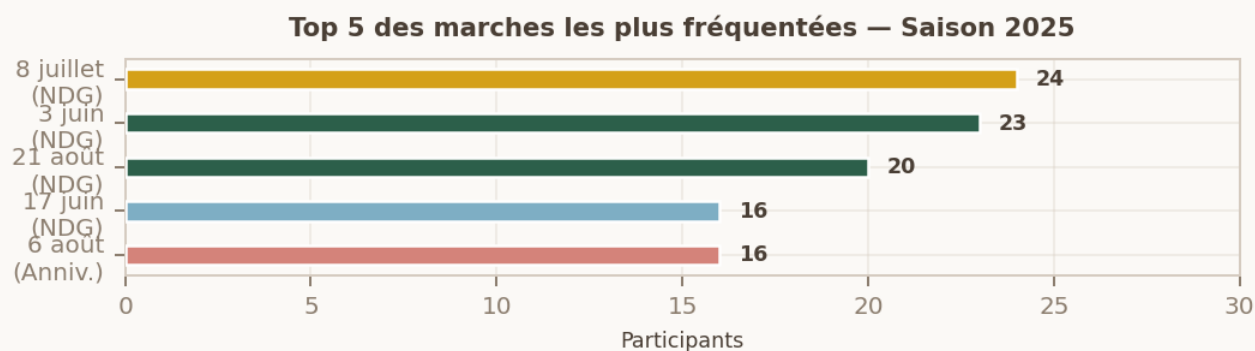


Fig. 3 — Top 5 des marches les plus fréquentées — Saison 2025

05

Profil des participants

La prédominance féminine (**70 %**) et la très forte représentation des aînés (**93 %**) confirment l'adéquation du programme avec sa mission première.

FIDÉLISATION DOCUMENTÉE

Avec 48 nouveaux participants inscrits, l'essentiel des 633 fréquentations provenait de marcheurs déjà fidèles (**92,4 %** des présences). Un indicateur de qualité déterminant pour la pérennisation du financement.

06

Observations qualitatives du terrain

Les 74 fiches de suivi complétées par le coordonnateur révèlent une satisfaction constamment élevée, avec des mentions récurrentes de « bonne ambiance », « beau groupe » et « très bonne participation ».

TÉMOIGNAGE

« Depuis quelques marches, la distance s'est allongée et je remarque que les participants ont adopté un pas plus rapide. » — *Thierry Maria, coordonnateur, septembre 2025*

07

Défis identifiés

DÉFI PRINCIPAL — ÉCART CDN VS NDG

NDG : 534 présences (moy. 10,3/marche) vs **CDN** : 99 présences (moy. 5,0/marche) — un écart de 2,2x qui appelle une réponse stratégique ciblée pour 2026.

Sensibilité météo : Les prévisions de pluie font chuter significativement la participation (2 annulations).

Déplacements inter-quartiers : Les marcheurs d'un quartier se déplacent rarement vers l'autre.

08

Perspectives 2026

PRIORITÉ	ACTION ENVISAGÉE
Développement CDN	Campagne de promotion ciblée au Centre sportif Côte-des-Neiges
Horaires alternatifs	Expérimenter de nouveaux créneaux à CDN
Groupes de rythme	Officialiser deux groupes selon les rythmes de marche
Événements conviviaux	Au moins deux moments festifs dans la saison
Co-animation	Encourager la co-animation par des participants volontaires
Partenariats locaux	Collaborations avec centres communautaires et groupes d'aînés

CONCLUSION

72 marches, 633 fréquentations, 461 kilomètres parcourus ensemble — et derrière chaque chiffre, des liens humains tissés, une santé préservée, un quartier mieux connu. La très forte représentation des aînés (93 %) confirme l'adéquation du programme avec les besoins de la communauté.



Loisirs Sportifs Côte-des-Neiges-Notre-Dame-de-Grâce

Pour une communauté active et en santé

4880, avenue Van Horne, Montréal (Québec) H3W 1J3
www.lscdndg.org · (514) 342-9988 · info@lscdndg.org

*Préparé par Adama Diop adiop@lscdndg.org
Responsable des communications et du développement*

72

MARCHES

633

FRÉQUENTATIONS

461 km

PARCOURS