

Voici le Palmarès 150 de ParticipACTION, créé à partir de l'avis d'experts et de près d'un demi-million de votes de la population. Chaque activité de la liste comporte des adaptations et variantes afin d'assurer que chacun puisse participer, peu importe son âge, son niveau d'habileté ou son expérience. Plusieurs activités ont été numérotées symboliquement — pouvez-vous les identifier? Pas besoin d'explications pour le #99 (hockey), mais que dire du #126 (basketball), qui évoque le nombre d'années écoulées depuis l'invention de ce sport au Canada?



- | | | |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> 1. Canotage | <input type="checkbox"/> 51. Jardinage | <input type="checkbox"/> 101. Balançoire |
| <input type="checkbox"/> 2. Cyclisme | <input type="checkbox"/> 52. Tennis de table | <input type="checkbox"/> 102. Tondre le gazon |
| <input type="checkbox"/> 3. Saut sur jointures | <input type="checkbox"/> 53. Drapeau | <input type="checkbox"/> 103. Course à obstacles |
| <input type="checkbox"/> 4. Natation | <input type="checkbox"/> 54. Ringuette | <input type="checkbox"/> 104. Aki |
| <input type="checkbox"/> 5. Curling | <input type="checkbox"/> 55. Marelle | <input type="checkbox"/> 105. Escrime |
| <input type="checkbox"/> 6. Basketball en fauteuil roulant | <input type="checkbox"/> 56. Tennis | <input type="checkbox"/> 106. Cueillette de fruits |
| <input type="checkbox"/> 7. Waterpolo | <input type="checkbox"/> 57. Fendre du bois | <input type="checkbox"/> 107. Cache-cache |
| <input type="checkbox"/> 8. Patinage | <input type="checkbox"/> 58. Aviron | <input type="checkbox"/> 108. Tai Chi |
| <input type="checkbox"/> 9. Pilates | <input type="checkbox"/> 59. Hula hoop | <input type="checkbox"/> 109. Trotinette |
| <input type="checkbox"/> 10. Tir à l'arc | <input type="checkbox"/> 60. Gymnastique | <input type="checkbox"/> 110. Football |
| <input type="checkbox"/> 11. Cricket | <input type="checkbox"/> 61. Traîneau à chiens | <input type="checkbox"/> 111. Planter des arbres |
| <input type="checkbox"/> 12. Soccer | <input type="checkbox"/> 62. Ski nautique / wakeboard | <input type="checkbox"/> 112. Échelle horizontale |
| <input type="checkbox"/> 13. Plongeon | <input type="checkbox"/> 63. Surf | <input type="checkbox"/> 113. Observation d'oiseaux |
| <input type="checkbox"/> 14. Golf | <input type="checkbox"/> 64. Nettoyage de rives | <input type="checkbox"/> 114. Mise en forme |
| <input type="checkbox"/> 15. Aquaforme | <input type="checkbox"/> 65. Planche à pagaie | <input type="checkbox"/> 115. Motoneige |
| <input type="checkbox"/> 16. Quilles | <input type="checkbox"/> 66. Bain polaire | <input type="checkbox"/> 116. Jeux des highlands |
| <input type="checkbox"/> 17. Camping | <input type="checkbox"/> 67. Squash | <input type="checkbox"/> 117. Chasse au trésor |
| <input type="checkbox"/> 18. Mini putt | <input type="checkbox"/> 68. Ski alpin | <input type="checkbox"/> 118. Bolaball |
| <input type="checkbox"/> 19. Marche | <input type="checkbox"/> 69. Faire un bonhomme de neige | <input type="checkbox"/> 119. Lutte |
| <input type="checkbox"/> 20. Karaté | <input type="checkbox"/> 70. Rugby | <input type="checkbox"/> 120. Netball |
| <input type="checkbox"/> 21. Badminton | <input type="checkbox"/> 71. Course d'orientation | <input type="checkbox"/> 121. Souque à la corde |
| <input type="checkbox"/> 22. Bateau-dragon | <input type="checkbox"/> 72. Billard | <input type="checkbox"/> 122. Bataille d'oreillers |
| <input type="checkbox"/> 23. Athlétisme | <input type="checkbox"/> 73. Boxe | <input type="checkbox"/> 123. Grounders |
| <input type="checkbox"/> 24. Lancer de fers | <input type="checkbox"/> 74. Course en sac | <input type="checkbox"/> 124. Voile |
| <input type="checkbox"/> 25. Volleyball | <input type="checkbox"/> 75. Planche à roulettes | <input type="checkbox"/> 125. Triathlon |
| <input type="checkbox"/> 26. Traction du bâton | <input type="checkbox"/> 76. Ski de fond | <input type="checkbox"/> 126. Basketball |
| <input type="checkbox"/> 27. Yoga | <input type="checkbox"/> 77. Baseball | <input type="checkbox"/> 127. Disc golf |
| <input type="checkbox"/> 28. Glissade sur neige | <input type="checkbox"/> 78. Danse | <input type="checkbox"/> 128. Croquet |
| <input type="checkbox"/> 29. Raquette | <input type="checkbox"/> 79. Ultimate frisbee | <input type="checkbox"/> 129. Rafting |
| <input type="checkbox"/> 30. Quidditch | <input type="checkbox"/> 80. Course | <input type="checkbox"/> 130. Kickball |
| <input type="checkbox"/> 31. Kin-Ball | <input type="checkbox"/> 81. Hockey sur gazon | <input type="checkbox"/> 131. Marco polo |
| <input type="checkbox"/> 32. Bataille de boules de neige | <input type="checkbox"/> 82. Kayak | <input type="checkbox"/> 132. Pelleter de la neige |
| <input type="checkbox"/> 33. Tâches ménagères | <input type="checkbox"/> 83. Handball | <input type="checkbox"/> 133. Taekwondo |
| <input type="checkbox"/> 34. Équitation | <input type="checkbox"/> 84. Boccia | <input type="checkbox"/> 134. Slackline |
| <input type="checkbox"/> 35. Corde à danser | <input type="checkbox"/> 85. Hockey balle | <input type="checkbox"/> 135. Arts du cirque |
| <input type="checkbox"/> 36. Lancer de la hache | <input type="checkbox"/> 86. Ballon sur glace | <input type="checkbox"/> 136. Nage synchronisée |
| <input type="checkbox"/> 37. Escalade | <input type="checkbox"/> 87. Promener son chien / agilité | <input type="checkbox"/> 137. Palet |
| <input type="checkbox"/> 38. Balle-molle | <input type="checkbox"/> 88. Hockey sur luge | <input type="checkbox"/> 138. Danse traditionnelle |
| <input type="checkbox"/> 39. Géocaching | <input type="checkbox"/> 89. Judo | <input type="checkbox"/> 139. Chasse |
| <input type="checkbox"/> 40. Faire un fort de neige | <input type="checkbox"/> 90. Coup de pied simple | <input type="checkbox"/> 140. Jeu de poches |
| <input type="checkbox"/> 41. Faire un château de sable | <input type="checkbox"/> 91. Goalball | <input type="checkbox"/> 141. Volleyball assis |
| <input type="checkbox"/> 42. Plongée en apnée | <input type="checkbox"/> 92. Patin à roues alignées | <input type="checkbox"/> 142. Roller derby |
| <input type="checkbox"/> 43. Tague | <input type="checkbox"/> 93. Jeu des deux balles | <input type="checkbox"/> 143. Bâton sportif |
| <input type="checkbox"/> 44. Pickleball | <input type="checkbox"/> 94. Crosse | <input type="checkbox"/> 144. Serpent à neige |
| <input type="checkbox"/> 45. Haltérophilie | <input type="checkbox"/> 95. Trampoline | <input type="checkbox"/> 145. Racler des feuilles |
| <input type="checkbox"/> 46. Laver sa voiture | <input type="checkbox"/> 96. Volleyball de plage | <input type="checkbox"/> 146. Side reach |
| <input type="checkbox"/> 47. Ballon-chasseur | <input type="checkbox"/> 97. Cheerleading | <input type="checkbox"/> 147. Bocce/Pétanque |
| <input type="checkbox"/> 48. Grimper aux arbres | <input type="checkbox"/> 98. Planche à neige | <input type="checkbox"/> 148. Battre du tambour |
| <input type="checkbox"/> 49. Cerf-volant | <input type="checkbox"/> 99. Hockey | <input type="checkbox"/> 149. 4 coins |
| <input type="checkbox"/> 50. Boulingrin | <input type="checkbox"/> 100. Pêche | <input type="checkbox"/> 150. Randonnée pédestre |