

EN MOUVEMENT DANS MON QUARTIER

Venez participer à des séances douces et adaptées offertes par un.e kinésiologue pour favoriser une remise en forme sécuritaire et pour créer des liens dans votre quartier.

Mardi 21 juillet
9 h
YOGA avec Maude

Parc St-Alphonse-de-Liguori
1580, rue Beckett

Jeudi 23 juillet
9 h

Parc Coeur-Immaculé-de-Marie
330, 15^e avenue S.

Mardi 28 juillet
9 h

Parc Blanchard
755 Rue Cabana

Jeudi 30 juillet
9 h

Parc Coeur-Immaculé-de-Marie
330, 15^e avenue S.

Mardi 4 août
9h

Parc Blanchard
755 Rue Cabana

Jeudi 6 août
9h

Parc Coeur-Immaculé-de-Marie
330, 15^e avenue S.

Mardi 11 août
9h

Parc Blanchard
755 Rue Cabana

Jeudi 13 août
9h

Parc Coeur-Immaculé-de-Marie
330, 15^e avenue S.

Mardi 18 août
9h

Parc Blanchard
755 Rue Cabana

Jeudi 20 août
9h

Parc Coeur-Immaculé-de-Marie
330, 15^e avenue S.

Mardi 25 août
13h30

Parc Blanchard
755 Rue Cabana

Jeudi 27 août
13h30
QiGong avec Lionel

Parc Jacques-Cartier
(Kiosque Laurette-Giguère-de-Montigny)
220 rue Marchant

Activités gratuites - sans réservation
Collations et boissons offertes



En cas de pluie, l'activité est annulée



Informations : (819) 565-1066 poste 201