

| Dimanche | Lundi 18 h 30 | Mardi 9 h 00 | Mercredi 18 h 30 | Jeudi 9 h 00 | Vendredi | Samedi |
|-------------------------|-------------------------|-----------------|---------------------|-----------------|----------|--------|
| | 1 Défi Santé | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 Défi Santé | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 Défi Santé | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 Joyeuse Pâques | 22 Défi Santé | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 Défi Santé | 30 | | | | |

Défi Santé :

Tous les lundis du mois, venez marcher avec nous dès 18 h 30 au Complexe sportif Desjardins pour le Défi Santé. Nous avons un objectif de 100 personnes chaque lundi et la durée du trajet est de 30 minutes ou 1 heure selon la tolérance de chacun.

Amenez vos amis.

Gervaise Beauregard