

Merci à nos membres d'être toujours aussi fidèles au rendez-vous...



RETOUR SUR 3 NOUVELLES ACTIVITÉS MISES EN PLACE L'AUTOMNE DERNIER

Grâce à votre grande participation, nous avons été en mesure de commencer 3 nouvelles activités à l'automne 2018 et à l'hiver 2019. Ces activités étant :

Pickleball : Cette activité s'est déroulée au gymnase de l'école Bermon les mardis soirs et 45 inscriptions ont été comptabilisées pour 2018-2019. C'est donc un rendez-vous pour 2019-2020 !!

Zumba dorée : Cette activité s'est tenue à la Salle des Loisirs de St-Damien les vendredis matin et 25 inscriptions ont été comptabilisées en 2018-2019. C'est donc un rendez-vous pour 2019-2020 !!

Jeux de société : Cette activité a eu lieu à la Salle de l'Âge d'Or de Mandeville les mardis matin à l'hiver 2019. 20 inscriptions ont été comptabilisées pour cette session. Cette activité a beaucoup aidé à chasser la «froidure» de notre dernier hiver... C'est donc un rendez-vous à l'hiver 2020 !!

PROPOSITION D'UNE NOUVELLE ACTIVITÉ

Danse en ligne (débutant et intermédiaire): À la demande de plusieurs membres, cette nouvelle activité pourrait être mise en place pour cet automne. Mme Paulette Lebacq, membre de Santé à Coeur et professeure de danse professionnelle, animerait cette activité. Minimum requis : 10 inscriptions. Pour les détails de cette activité ainsi que pour toutes informations sur le retour de nos activités régulières, voir notre calendrier d'activités au verso.

Nous en profitons pour vous sensibiliser sur l'importance d'apporter des bouteilles d'eau réutilisables à chacune de vos activités afin de réduire l'utilisation de bouteille à usage unique et les déchets dans les lieux de cours.

Merci de faire un petit geste qui fait une grande différence.

La planète vous remercie également



LA MARCHÉ : 3 NIVEAUX

L'automne étant très propice à la marche, avec les paysages à couper le souffle et la température plus clémente, nous vous donnons rendez-vous dès le début septembre et espérons vous retrouver chaque mercredi en compagnie des responsables :

Mme Brigitte Hermel : la marche Nordique

Mme Jocelyne Beaudry : la marche Urbaine

Mme Michelle Monbleau : la marche remise en forme

Lors de l'inscription de plus amples détails vous seront communiqués.