Attention:

Certaines activités pourraient être annulées en raison des conditions météorologiques.

En ajoutant votre adresse courriel à notre liste d'envoi vous recevrez ces informations et tous les détails concernant nos activités.

Pour en faire la demande: 418-883-3699

Entraide Solidarité n'est pas responsable des accidents.

Durée moyenne des sorties entre 1h30 et 2 heures.

Prêts de raquettes et bâtons

J'ai 13 paires de raquettes à prêter et plusieurs bâtons pour vous. Profitez-en!

Suggestions et conseils

Apportez vos raquettes et vos bâtons .

Apportez vos bouteilles d'eau.

Apportez une collation (facultatif).

Habillement: vêtements appropriés.

Chauds en multi-couches



PROGRAMMATION RAQUETTES Hiver 2020

Pour garder la forme, misez sur le plaisir de bouger!!!



Joignez-vous au groupe!

Sorties gratuites à tous les mercredis dans différentes municipalités.

De Janvier à Avril 2020

Informations :

Conseillère Viactive

Émilie Doyon,

418-883-3699

(sans frais) 1 877-935-3699

entraidesolidarite.com/viactive.html



-Janvier-

-St-Raphaël-
*Mercredi 15 janvier 13h30
Départ: Chalet des loisirs, 104 rue du Foyer

-Beaumont-
*Mercredi 22 janvier 13h30
Départ: 30, rue du Côteau (coin Côteau/Bosquet)

-St-Lazare-
*Mercredi 29 janvier 13h30
Départ: Centre communautaire, 128 rue de la Fabrique

-Février-

-St-Malachie-
*Mercredi 5 février 13h30
Départ: 1169, rue Principale (stationnement Église)

-St-Damien-
*Mercredi 12 février 13h30
Départ: Chalets des loisirs, 246 blv. Métivier

-Armagh-
*Mercredi 19 février 10h
(en cas de mauvais temps remis le 26 février)
Repas chaud: Je prends les réservations
Départ: Parc des Chutes d'Armagh, 305 route 281 Sud

-Mars-

-St-Charles-
*Mercredi 4 mars 13h30
Départ: Parc de la rivière Boyer, 195 Av.Boyer

-St-Nérée-
*Mercredi 11 mars 13h30
Départ: 5e rang, chemin du Lac vert
(Entre St-Lazare et St-Nérée)

-St-Philémon-
*Mercredi 18 Mars 13h30
(en cas de mauvais temps, remis le 25 mars)
Départ: Parc du Massif, 300 route du Massif)

-Samedis d'bouger, St-Philémon-
*Samedi 7 mars 13h30
Départ: Parc du massif, 300 route du Massif



-Avril-

-St-Vallier-
*Mercredi 1e avril 13h30
Départ: club de motoneige, 772 rue Montée de la Station
-St-Gervais-
*Mercredi 8 avril 13h30
Départ: rue Lapierre, rue du Parc
-St-Damien-
*Mercredi 15 avril 13h30
(en cas de mauvais temps remis 22 avril)
Départ: Site du Lac Vert, 161 route 279