



# Séances d'entraînement extérieures

Avec l'arrivée des beaux jours, Aux bonheurs des aînés Lanaudière vous offre des **séances d'entraînement gratuites** dans les parcs de Crabtree et de Saint-Paul.

**Début le 12 avril 2021**



**Lundis**

**11h à 11h30**

**Crabtree**

**Mercredis**

**11h à 11h30**

**Saint-Paul**



Séances  
animées par  
Marie-Ève  
Malette,  
propriétaire  
d'En Corps

**Information et inscription**

**450-754-2348**

**[abdalanaudiere@gmail.com](mailto:abdalanaudiere@gmail.com)**

Ces séances d'exercice sont rendues possibles grâce à une subvention reçue dans le cadre du programme de soutien aux actions favorisant les saines habitudes de vie du Secrétariat des aînés du Québec

