

FILLACTIVE

LANGEVIN

1^{re} activité



Entraînement cardio et
renforcement musculaire.
Routine dynamique inspirée de la boxe
sans aucun matériel
avec Djessie

Quand : Mercredi 4 novembre à 8h00

Entrée par la porte 2

Où : Gymnase de l'école

INSCRIVEZ-VOUS PAR COURRIEL AU :

djessie.caron@csphares.qc.ca

OU

helene.thibeault@csphares.qc.ca

La date limite pour l'inscription est le 1^{er} novembre inclusivement

Viens bouger!!!

