



# GROUPES D'EXERCICES

## EXERCISE GROUPS

Gratuit / Free



Centre de santé  
communautaire  
de l'Estrie

Apprenez à utiliser l'**équipement extérieur** de façon sécuritaire et efficace, améliorez votre santé et développez votre force!

Come and learn how to use the **outdoor equipment** safely and effectively, improve strength and physical health!

## Crysler

Les mardis et jeudis

Groupe 1: 9 h à 9 h 45

Groupe 2: 10 h à 10 h 45

17 juillet au 23 août 2018

À côté du dôme de Chrysler  
(16, rue 3<sup>rd</sup>)

Tuesday and Thursday

Group 1: 9:00 to 9:45 a.m.

Group 2: 10:00 to 10:45 a.m.

July 17<sup>th</sup> to August 23<sup>rd</sup>, 2018

Next to Chrysler Dome  
(16 3<sup>rd</sup> Street)

**Place limitées! Spaces are limited! Contact:  
Pascal Théoret au/at 613 987-2683**