

Attention filles de 9 à 19 ans!

La médaillée d'or en ski de fond, Chandra Crawford, vous invite pour une Journée Santé-Sautée remplie d'inspiration et de motivation dimanche le 5 septembre 2010 à St-Jean-Chrysostome (QC).

Programme de la journée:

- 9h30 - Arrivée des participantes
- 10h - Mot de bienvenue de Chandra et échauffement avant la course
- 11h - Course du Circuit des Couleurs
- 12h - Lunch (fourni) et présentation par Chandra
- 13h - Remise des médailles par le Circuit des Couleurs
- 13h30 - Yoga et dance
- 14h30 - Conclusion



rapides et radieuses

présenté par Best Buy



Dimanche, 5 Septembre 2010 - 9h à 15h

JOURNÉE SANTÉ SAUTÉE

avec l'Olympienne Chandra Crawford



Club La Balade (Saint-Jean-Chrysostome, Québec)

Inspiration et motivation pour les filles de 9 à 19 ans

Événement en collaboration avec la course du Circuit des Couleurs (course à 11h)

COLD-FX



THE GARAGE SALE



lululemon  athletica



Jokabeca Foundation



Inscrivez-vous aujourd'hui - \$20 incluant chandail et lunch - www.FastandFemale.com

Coût

\$20 par participante, incluant lunch santé et chandail

Inscrivez-vous avant le 3 septembre!

Page d'inscription pour l'activité avec Chandra: <https://www.zone4.ca/register.asp?id=1247>

Informations au sujet de la course à pied du Circuit des Couleurs (inscriptions sur place):

<http://www.iskio.ca/courses-regions/canada/QC/chaudiere-appalaches/cross-country-la-balade>

Activité pour parents

Nous tentons d'organiser une activité pour les parents de 13h30 à 14h30. Nous vous tiendrons au courant lorsque nous aurons plus de détails. Les parents sont encouragés à participer à la course du Circuit des Couleurs.