

## Message de l'AREQ/CSQ du Lièvre

### Inscription pour l'activité **MISE EN FORME** automne 2024

*Avis à nos membres et ...  
une invitation spéciale est lancée à leur conjoint.*

### ***Inscription d'ici le 7 septembre 2024***

*L'activité reprend tous les lundis de chaque semaine*

Session de 10 semaines : Septembre : 16, 23, 30

Octobre : 7, 21, 28 (14 congé Action de Grâces) Novembre : 4, 11, 18, 25

Heure: 11:00 à midi

Prix : À déterminer selon le nombre de participants.es (17 personnes max.)

Endroit: Buckingham Fitness

Entraîneur: Stéphane Lanthier

Inscription auprès de :

Richard Martel (819-431-8732)

Mireille Charlebois (819-986-3151)

