



SMASH

(Soutien à la Mise en forme et à l'Adoption de Saines Habitudes de vie)

18 - 25 ans

Course de 5 kilomètres

Préparation en groupe

Divers ateliers sur l'alimentation,
les étirements, l'équipement, etc !

Joins-toi à nous !



**Tu as envie d'en savoir plus sur notre projet de course ?
Contacte-nous !**

ejq@entraidejeunesse-qc.ca



418 649-9705 - 571 3e avenue, Limoilou (QC)