

Club de marche du Port 2009-2010



Le club poursuit ses activités les LUNDI 19 heures et MERCREDI 19 heures

Mercredi le 23 septembre	Mercredi le 10 février
Déjeuner causerie début de saison Resto de la Gare Portneuf Marche santé Départ 9.30 heures	Initiation à la mise en forme Intérieur Départ 9.30 heures
Mercredi le 14 octobre	Lundi le 29 mars
Plage Jacques-Cartier Cap-Rouge Dîner Resto St-Hubert Départ 9.30 heures	Dîner Cabane à sucre Audet, St-Alban Départ 10.30 heures
Lundi le 23 novembre	Lundi le 26 avril
Marche village de Deschambault Dîner Pub St-Alfred Départ 10 heures	Sortie improvisée
Lundi le 07 décembre	Mercredi le 19 mai
Pique-Nique Sentier Notre-Dame de Portneuf Départ 10.00 heures	Marche Vieux chemin Cap-Santé Pique-nique Départ 10.00 heures

**Conservez cet horaire pour les dates de sorties. S.V.P. confirmez votre présence aux responsables
Tous les départs se font à l'hôtel de Ville de Portneuf, Responsable :
Jacqueline Nobert 286-6242 : Monique Bédard 286-3805**