

Célébration du Jour de la marche à Ottawa



Le vendredi 8 mai 2015

De 9 h à midi

Parc Lansdowne, 1015, rue Bank

Venez vous joindre à nous pour un avant-midi de rencontres et de marches guidées le long du canal.

- Le Festival international de marche d'Ottawa organisera des marches de 1, 3, 5 et 8 km le long du canal.
- Le Centre Ressources Parents et le Centre de la petite enfance organiseront une marche des contes pour les enfants et leurs parents et gardiens.
- Corps à cœur offrira deux séances de démonstration de marche nordique et organisera une petite marche.
- Le Centre de yoga Rama Lotus offrira le cours Yoga for Walkers (offert en anglais seulement).
- Le centre GoodLife Fitness de Lansdowne organisera deux séances d'exercices modérés pour les aînés et les personnes handicapées.

L'inscription est gratuite, inscrivez-vous en ligne dès maintenant à :

OttawaWalkDay.Eventbrite.ca

Pour en savoir plus, téléphonez au :

613-580-6744, poste 23514

Gottawalk.ca (Au pas Ottawa)

 **Parc
LANSDOWNE**

