

## Le Samedi 18 septembre 2010 (remis au 19 sept. en cas de pluie)

### Activités en continues

De  
**10 h**  
À  
**16 h**

**Activités d'initiation :**

- Marche nordique
- Cardio-Poussette
- Tai-chi
- Taekwon-Do
- Cardio-Musculation

**Structures gonflables**

- Mur d'escalade**
- Jumpai**
- Rallye pédestre**
- Joujouthèque**
- Station de vélos**

**Ouverture officielle**

**Sous l'arche d'accueil**

**10 h 45** Ouverture officielle en compagnie des co-présidents d'honneur et du porte-parole

**Café des âges**

**Sous le chapiteau central**

**De 10 h À 14 h**

Une activité présentée par :



**Dégustation de produits santé**

**Près des activités d'initiation**

**De 10 h À 14 h**

Une activité organisée par :

Centre de santé et de services sociaux de la Vieille-Capitale  
Centre affilié universitaire

**Nutritionnistes sur place!**

**Familiathon**

**Sur le Boulevard Champlain**

**De 11 h À 14 h**

Une activité organisée par :



**Karaté boom**

Sur la scène  
Caisse Sillery —  
Saint-Louis-de-France

**De 15 h À 15 h 30**

Une activité organisée par :



**Workout familial**

Sur la scène  
Caisse Sillery —  
Saint-Louis-de-France

**De 13 h 15 À 13 h 45**

Une présentation de :



**Desjardins**

Caisse Sillery—Saint-Louis-de-France

Au rythme des gens du milieu!

**Initiation à la danse africaine**

Sur la scène  
Caisse Sillery —  
Saint-Louis-de-France

**De 14 h À 14 h 30**

Une activité organisée par :

