

*Viens
prendre l'air,
défi des
28 jours!*



Québec

Consignes du défi des 28 jours

- Inscrivez, à chaque jour, le nombre de minutes de marche dans la chaussure. Un minimum de 15 minutes doit être fait pour l'inscrire. Une seule inscription par jour, faites un cumulatif de la journée.
- Remettez, à la fin du défi, votre fiche de participation au responsable de votre groupe de marche.

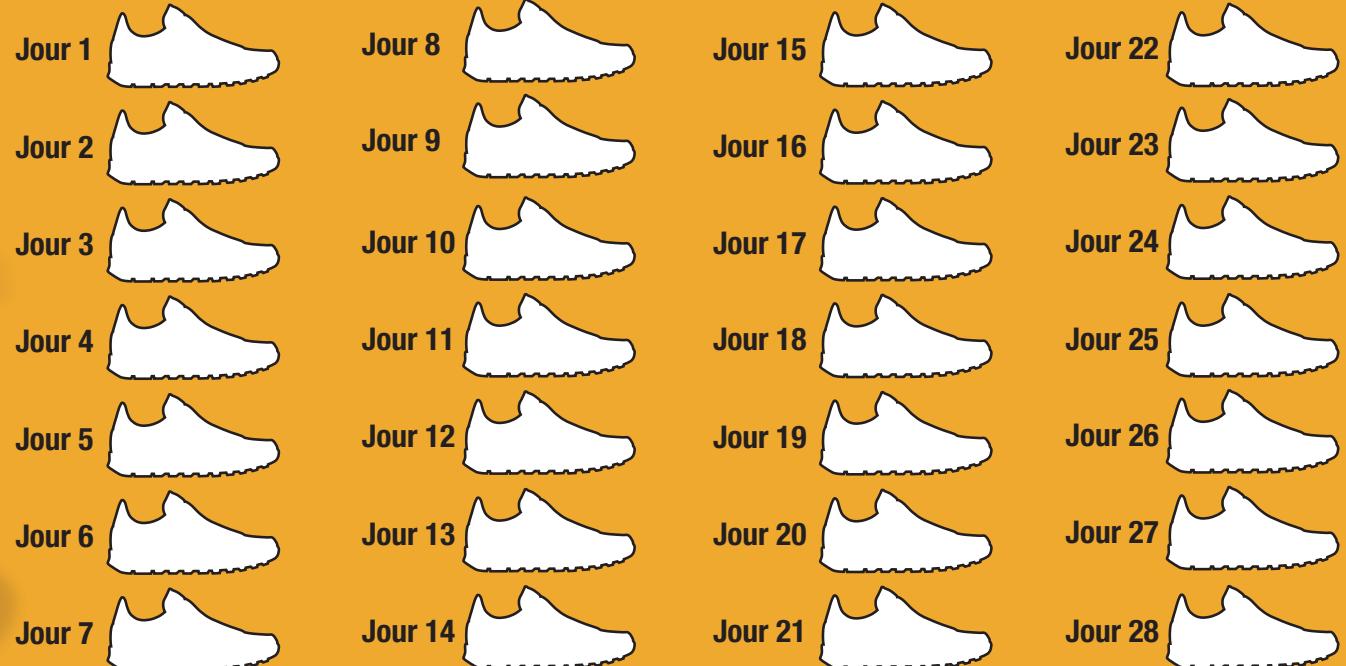
Faites de l'eau,
votre boisson de choix!



Nom:

Téléphone :

Municipalité:



Les organismes mandataires du défi

