

Curves

Surprenez-vous.™

Chez Curves, c'est le moment de se rappeler du chiffre 30.



Plus de 10,000 établissements
dans le monde

Rabais de
30% + 30 jours
gratuits*

Abonnez-vous chez Curves maintenant,
et obtenez un rabais de 30% sur les frais
de service, plus 30 jours gratuits. Décou-
vrez que 30 minutes sont suffisants pour
obtenir un conditionnement total avec
notre support entier.

Curves St-Augustin/Cap-Rouge
3520 de l'Hêtrière, St-Augustin
353-8753

Curves Val-Bélair
1770, Boul. Pie XI Nord
845-5557

Curves Ste-Foy
28777, ch. Ste-Foy
651-5333

Québec 686-3636 **Charlesbourg** 622-0330 **Neufchâtel** 847-3535 **Beauport** 660-3222

*Offre fondée pour une première visite sur une inscription d'au moins 12 mois (avec prélèvements automatiques).
Ne peut être jumelée à aucune autre offre. Valable dans les établissements participants seulement. ©2007 Curves International

Six nouvelles ceintures noires au Club de taekwondo de Cap-Rouge et St-Augustin

(YG) Le club de taekwondo de Cap-Rouge et St-Augustin a accueilli six nouvelles personnes au grade de ceinture noire en juin dernier, à l'issue de la saison 2006-2007. Le club de taekwondo de Cap-Rouge et St-Augustin forme jeunes et moins jeunes à ce sport de combat olympique depuis plus de 15 ans sur le territoire de la ville de St-Augustin. Pour plus d'informations et joindre ses rangs, consultez son site web au www.tkd-crsa.ca, ou communiquez avec son président M. Guy Beauchemin au 878-5377 ou par courriel à info@tkd-crsa.ca.



De gauche à droite, sur la photo, première rangée : trois junior, Philippe Roberge-Champagne, Philippe Blais et Philippe Martin. Deuxième rangée: MM. Guy Beauchemin, Martin Montes 5^e dan directeur technique du club, Alain Jacob et Serge Boutin.

Le Club de marche de St-Augustin-de-Desmaures a repris ses activités

(YG) Depuis le mardi le 11 septembre dernier, le Club de marche de St-Augustin a repris ses activités. Le regroupement du club se fait les mardis et jeudis de chaque semaine à 19 h 30 aux portes arrières de l'école Pavillon de Lasalle pour St-Augustin ville.

Quand au secteur des Bocages, l'activité a lieu les mardis seulement. Le regroupement se fera au super marché IGA Charles Albanel le premier mardi du mois et les autres mardis du mois au super marché Métro de L'Hétrière à 19 h 30. La durée de l'activité est d'une heure. C'est gratuit et accessible à tous. Puisque chaque marcheur a son rythme, le Club a trois niveaux différents. Apportez seulement une bonne paire d'espadrilles et votre bonne humeur. Pour toute information : Rhéa Bourgeois 878-3092 ou Jet7129@hotmail.com.

