



GRATUIT

Le Club d'aviron Terrebonne et les Complexes sportifs Terrebonne invitent tous les abonnés de la piste de course à une soirée relais-fous le vendredi soir 13 mars, à 18h15.

Les non-abonnés sont également invités,
mais devront payer leur frais d'accès à la piste de dix dollars.

Quoi : Relais-fous (quatre courtes épreuves de course à pied, d'ergomètres et d'exercices au sol en équipe)

Quand : le vendredi 13 mars

Lieu de rendez-vous : coin des ergomètres (machines à ramer)

Horaire : 18h15 prise des présences au coin des ergomètres et échauffement

18h30 Annonce des équipes et explications des règles

18h40 1^{er} départ

18h55 2^e départ

19h25 3^e départ

19h50 4^e départ

20h30 Rendez-vous au Carton Rouge

20h45 Résultats et prise de photo avec la ceinture du Champion !

Information : 514-701-7263

Club d'aviron Terrebonne

www.avironterrebonne.ca – info@avironterrebonne.ca – 514-701-7263

2740, 40^e avenue, Terrebonne (Québec), J6Y 1H3