

# Plaisirs d'hiver au

## Centre Plein Air Régional **Aca-Ski**

Organisée par la commission  
des loisirs de la ville de Lamèque



Programmation du 23 au 26 février 2012

### Cardio plein air

jeudi 23 février

- Journée préscolaire

vendredi 24 février

- Randonnées en soirée : marche, raquettes, ski ou patin, suivies d'activités sociales, jeux de cartes. Bouillon ou soupe disponible.

samedi 25 février

10h-15h "Défi Es-tu capable?" (ci-contre)

Prix de participation tirés au hasard parmi les participant.e.s qui ont complété les trois épreuves  
Soupe ou bouillon, petit pain et sandwich disponibles toute la journée.

13h Atelier Jeannot Lapin.

15h Zumba à l'extérieur pour tout âge, toutes catégories (hommes et femmes).

19h Rallye extérieur au profit de la Commission des loisirs de Lamèque - Bouillon disponible.

dimanche 26 février

10h-13h Brunch de l'ACA-SKI

12h-16h Promenade en traineau à cheval organisée par l'Association Scout de Lamèque

13h Rallye familial, (enfants accompagnés d'un parent) au profit du comité de voyage des huitièmes années de l'ESSA,

15h Hot-dogs gratuits pour tous

16h30 Fin des activités

### Défi "Es-tu capable?"

Inscription gratuite

le samedi 25 février de 10h à 15h,  
un triathlon participatif



2, 3 et 4e années :

1km (5 tours) de patin + 1km de ski

+ 500m de raquette = total 2.5km

Chance supplémentaire aux prix de participation si accompagnés d'un parent participant.



5 et 6e années :

2km (10 tours) de patin + 1km de ski

+ 1km de raquette = total 4km



7 et 8e années :

3km (15 tours) de patin + 3 km de ski

+ 2km de raquette = total 8km

9 à 12e années :

Triathlon équipe de 3 participants

8km (40 tours) de patin + 8km de ski

+ 5km de raquette = total 21km

Prix de participation tirés au hasard parmi les participant.e.s qui ont complété les trois épreuves.

### Catégorie ouverte biathlon

Biathlon : Choisir 2 épreuves sur 3,  
5km (25 tours) de patin - 10km de ski  
- 5km de raquette

Inscris-toi au chalet Aca-ski

Inscris-toi au chalet Aca-ski!

Info: 344-7834

Aux plaisirs de vous y voir!

