

Mon été à Saint-Hyacinthe

PLANCHE À PAGAIE

Pour diffusion immédiate

Saint-Hyacinthe, le 28 juillet 2021 - Dans le cadre de la programmation « Mon été à Saint-Hyacinthe », venez découvrir gratuitement la **planche à pagaie** (SUP), ce samedi 31 juillet, de 13 h 30 à 18 h, au centre nautique de Saint-Hyacinthe.

Quel que soit votre niveau, des instructeurs certifiés donneront un **cours d'initiation**, du coup de pagaie au pivot en passant par quelques chutes à l'eau et remontées en toute sécurité, un cours spécial « **Découverte SUP en famille** » quand les enfants s'invitent sur les planches (techniques de pagaie, sécurité nautique, conseils...), un cours **SUP Yoga** avec une séance de mouvements doux de yoga et d'étirements sur la planche et un **SUP Fitness** conçu pour développer l'équilibre et la musculature. La planche et la veste sont fournies.

Le rendez-vous suivant, pour la planche à pagaie, sera au centre nautique le 7 août. L'inscription en ligne est fortement recommandée, à compter du jeudi.

Concours photo

Les citoyens sont invités à se prendre en photo lors de l'activité et de l'envoyer par courriel à communications@ville.st-hyacinthe.qc.ca (avec l'objet « Concours photo »). Un tirage au sort de trois chèques-cadeaux d'une valeur de 50 \$ des Galeries St-Hyacinthe aura lieu le 22 septembre parmi toutes les photos reçues.

L'ensemble des activités organisées par la Ville dans le cadre de « Mon été à Saint-Hyacinthe » sont répertoriées sur la page dédiée au : www.ville.st-hyacinthe.qc.ca/ete.



**SAMEDI
PLANCHE À PAGAIE**

31 juillet de 13 h 30 à 18 h

CENTRE NAUTIQUE
3190, RUE GIROUARD OUEST

Gratuit
Inscription en ligne



– 30 –

Source : Direction des communications
450 778.8304