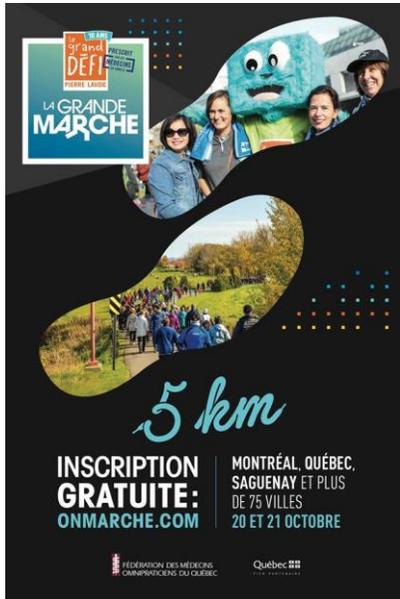


## La Grande marche du Grand défi Pierre Lavoie à Saint-Constant



**SAINT-CONSTANT, le 20 septembre 2018** – Le Grand défi Pierre Lavoie et la Fédération des médecins omnipraticiens du Québec (FMOQ) invitent les Constantins à participer à « La Grande marche » qui aura lieu le 20 octobre prochain de 9 h à 14 h pour la première fois à Saint-Constant.

« La Grande marche » est un événement gratuit et ouvert à tous, qui se tiendra dans 75 municipalités du Québec. Entre amis, en famille et avec leur médecin de famille, les marcheurs pourront parcourir une boucle de 5 km pour le plaisir et la promotion des saines habitudes de vie.

Le parcours débutera et se terminera au Centre municipal (160, boul. Montchamp). Les marcheurs pourront le parcourir à leur rythme. Un grand réchauffement en groupe donnera le coup d'envoi de l'événement. Animation et jeux gonflables sont au menu pour divertir toute la famille, et une collation sera remise à chaque marcheur à l'arrivée.

« Je souhaite encourager tous les Constantins à relever le défi de « La Grande marche », peu importe leur âge ou leur condition physique, puisqu'il n'y aura pas de chronomètre. C'est donc tous les citoyens qui peuvent participer à cet événement accessible et rassembleur. Notre administration a fait de l'adoption des saines habitudes de vie une priorité. Pour ce faire, nous nous sommes donné comme mission de multiplier les occasions de bouger et cette première édition de « La Grande Marche » dans notre ville en est la preuve », ajoute Jean-Claude Boyer, maire de Saint-Constant.

### Horaire de la Grande marche de Saint-Constant

**9 h** : Ouverture du site

**10 h** : Échauffement

**10 h 30** : Départ de la marche

L'inscription est gratuite sur [onmarche.com](http://onmarche.com). De plus, tous les marcheurs peuvent consulter le programme pour s'activer et les capsules d'entraînement spécialement conçus par Josée Laviguer. Durant le même week-end, une Grande marche se tiendra dans 75 municipalités du Québec.

– 30 –

Source :

Service des communications

Ville de Saint-Constant

450 638-2010, poste 7460

[communication@saint-constant.ca](mailto:communication@saint-constant.ca)