

Défi été actif / Summer Active Challenge



Du 1^{er} juin au 23 août 2021
From June 1st to August 23rd, 2021



Le **Défi été actif** des Loisirs de Clare se passe cet été sur une période de 12 semaines, partant du 1^{er} juin jusqu'au 23 août 2021! En participant, vous courez la chance de gagner des prix! Ce défi sert à encourager les gens d'être actif au moins 30 minutes par jour pour au moins 5 jours par semaine!

Tirages hebdomadaires

Si vous avez atteint votre objectif de la semaine d'être physiquement actif (30+ mins pour 5+ jours/semaine), contactez-nous par téléphone/courriel avant 16h00 les mardis et votre nom sera ajouté au tirage hebdomadaire pour une chance à gagner un prix! Le premier tirage sera le mardi 8 juin à 16h00.

Tirage du grand prix

À la fin des 12 semaines (24 août), nous aurons un tirage pour le grand prix! Votre nom sera ajouté au tirage pour le grand prix chaque semaine que vous entrez votre nom dans les tirages hebdomadaires! Le plus que vous participez, plus vos chances pour gagner le grand prix augmentent!

Clare Recreation's **Summer Active Challenge** is back this summer over a 12-week period, starting June 1st until August 23rd, 2021! By participating, you have the chance to win prizes! This challenge serves to encourage people to be physically active for at least 30 minutes a day, for at least 5 days per week!

Weekly draws

If you have reached your weekly goal of being physically active (30+ mins for 5+ days/week), contact us by phone or email before 4pm on Tuesdays and your name will be added to the weekly draw for a chance to win a prize! The first draw will take place on Tuesday June 8th at 4pm.

Grand Prize Draw

At the end of the 12 weeks (August 24th), we will have a draw for the grand prize! Your name will be entered in the Grand Prize Draw for each week you entered your name in the weekly draw. The more you participate, the more your chances of winning the grand prize increase!

MARCHER – WALK COURIR – JOG/RUN TAPIS ROULANT – TREADMILL YOGA BADMINTON/TENNIS

VÉLO – BIKING CANOE/KAYAK GOLF JARDINER – GARDENING NAGER – SWIM PICKLEBALL

Date	Activité/Activity	30+ minutes (Oui/Non) - (Yes/No)	Date	Activité/Activity	30+ minutes (Oui/Non) - (Yes/No)
SEMAINE 1 - WEEK 1			SEMAINE 3 - WEEK 3		
Mardi 1 juin / <i>Tues. June 1</i>			Mardi. 15 juin / <i>Tues. June 15</i>	Contactez-nous! / Contact us!	
Merc. 2 juin / <i>Wed. June 2</i>			Merc. 16 juin / <i>Wed. June 16</i>		
Jeudi 3 juin / <i>Thurs. June 3</i>			Jeudi 17 juin / <i>Thurs. June 17</i>		
Vend. 4 juin / <i>Fri. June 4</i>			Vend. 18 juin / <i>Fri. June 18</i>		
Sam. 5 juin / <i>Sat. June 5</i>			Sam. 19 juin / <i>Sat. June 19</i>		
Dim. 6 juin / <i>Sun. June 6</i>			Dim. 20 juin / <i>Sun. June 20</i>		
Lundi 7 juin / <i>Mon. June 7</i>			Lundi 21 juin / <i>Mon. June 21</i>		
SEMAINE 2 - WEEK 2			SEMAINE 4 - WEEK 4		
	Contactez-nous! / Contact us!			Contactez-nous! / Contact us!	
Mardi 8 juin / <i>Tues. June 8</i>			Mardi 22 juin / <i>Tues. June 22</i>		
Merc. 9 juin / <i>Wed. June 9</i>			Merc. 23 juin / <i>Wed. June 23</i>		
Jeudi 10 juin / <i>Thurs. June 10</i>			Jeudi 24 juin / <i>Thurs. June 24</i>		
Vend. 11 juin / <i>Fri. June 11</i>			Vend. 25 juin / <i>Fri. June 25</i>		
Sam. 12 juin / <i>Sat. June 12</i>			Sam. 26 juin / <i>Sat. June 26</i>		
Dim. 13 juin / <i>Sun. June 13</i>			Dim. 27 juin / <i>Sun. June 27</i>		
Lundi 14 juin / <i>Mon. June 14</i>			Lundi 28 juin / <i>Mon. June 28</i>		

CONTACT : 902-769-2031 ou/ou students@munclare.ca

(Avant 16h00 tous les mardis - Before 4pm every Tuesday)

Date	Activité/Activity	30+ minutes (Oui/Non) - (Yes/No)	Date	Activité/Activity	30+ minutes (Oui/Non) - (Yes/No)
SEMAINE 5 - WEEK 5			SEMAINE 7 - WEEK 7		
Contactez-nous! / Contact us!			Contactez-nous! / Contact us!		
Mardi 29 juin / <i>Tues. June 29</i>			Mardi. 13 juillet / <i>Tues. July 13</i>		
Merc. 30 juin / <i>Wed. June 30</i>			Merc. 14 juillet / <i>Wed. July 14</i>		
Jeudi 1 juillet / <i>Thurs. July 1</i>			Jeudi 15 juillet / <i>Thurs. July 15</i>		
Vend. 2 juillet / <i>Fri. July 2</i>			Vend. 16 juillet / <i>Fri. July 16</i>		
Sam. 3 juillet / <i>Sat. July 3</i>			Sam. 17 juillet / <i>Sat. July 17</i>		
Dim. 4 juillet / <i>Sun. July 4</i>			Dim. 18 juillet / <i>Sun. July 18</i>		
Lundi 5 juillet / <i>Mon. July 5</i>			Lundi 19 juillet / <i>Mon. July 19</i>		
SEMAINE 6 - WEEK 6			SEMAINE 8 - WEEK 8		
Contactez-nous! / Contact us!			Contactez-nous! / Contact us!		
Mardi 6 juillet / <i>Tues. July 6</i>			Mardi 20 juillet / <i>Tues. July 20</i>		
Merc. 7 juillet / <i>Wed. July 7</i>			Merc. 21 juillet / <i>Wed. July 21</i>		
Jeudi 8 juillet / <i>Thurs. July 8</i>			Jeudi 22 juillet / <i>Thurs. July 22</i>		
Vend. 9 juillet / <i>Fri. July 9</i>			Vend. 23 juillet / <i>Fri. July 23</i>		
Sam. 10 juillet / <i>Sat. July 10</i>			Sam. 24 juillet / <i>Sat. July 24</i>		
Dim. 11 juillet / <i>Sun. July 11</i>			Dim. 25 juillet / <i>Sun. July 25</i>		
Lundi 12 juillet / <i>Mon. July 12</i>			Lundi 26 juillet / <i>Mon. July 26</i>		

CONTACT : 902-769-2031 ou/ou students@munclare.ca
(Avant 16h00 tous les mardis - Before 4pm every Tuesday)

Date	Activité/Activity	30+ minutes (Oui/Non) - (Yes/No)	Date	Activité/Activity	30+ minutes (Oui/Non) - (Yes/No)
SEMAINE 9 - WEEK 9			SEMAINE 11 - WEEK 11		
Contactez-nous! / Contact us!			Contactez-nous! / Contact us!		
Mardi 27 juillet / <i>Tues. July 27</i>			Mardi. 10 août / <i>Tues. August 10</i>		
Merc. 28 juillet / <i>Wed. July 28</i>			Merc. 11 août / <i>Wed. August 11</i>		
Jeudi 29 juillet / <i>Thurs. July 29</i>			Jeudi 12 août / <i>Thurs. August 12</i>		
Vend. 30 juillet / <i>Fri. July 30</i>			Vend. 13 août / <i>Fri. August 13</i>		
Sam. 31 juillet / <i>Sat. July 31</i>			Sam. 14 août / <i>Sat. August 14</i>		
Dim. 1 août / <i>Sun. August 1</i>			Dim. 15 août / <i>Sun. August 15</i>		
Lundi 2 août / <i>Mon. August 2</i>			Lundi 16 août / <i>Mon. August 16</i>		
SEMAINE 10 - WEEK 10			SEMAINE 12 - WEEK 12		
Contactez-nous! / Contact us!			Contactez-nous! / Contact us!		
Mardi 3 août / <i>Tues. August 3</i>			Mardi 17 août / <i>Tues. August 17</i>		
Merc. 4 août / <i>Wed. August 4</i>			Merc. 18 août / <i>Wed. August 18</i>		
Jeudi 5 août / <i>Thurs. August 5</i>			Jeudi 19 août / <i>Thurs. August 19</i>		
Vend. 6 août / <i>Fri. August 6</i>			Vend. 20 août / <i>Fri. August 20</i>		
Sam. 7 août / <i>Sat. August 7</i>			Sam. 21 août / <i>Sat. August 21</i>		
Dim. 8 août / <i>Sun. August 8</i>			Dim. 22 août / <i>Sun. August 22</i>		
Lundi 9 août / <i>Mon. August 9</i>			Lundi 23 août / <i>Mon. August 23</i>		

CONTACT : 902-769-2031 ou/ou students@munclare.ca
(Avant 16h00 tous les mardis - Before 4pm every Tuesday)