

SEMAINE GO!

DANS LE CADRE DU

**MARATHON
BENEVA QUÉBEC**

PRÉSENTÉ PAR MONTELLIER

PROGRAMMATION GRATUITE

**29 SEPT –
4 OCT**

LUNDI – 29 SEPT



12H00

LA BOUCLE GO

📍 [Place Jean-Béliveau](#)

MARDI – 30 SEPT



12H00

SORTIE DE COURSE 100 % FEMMES

avec Bougeotte et Placotine
📍 [Place Jean-Béliveau](#)

18H00

SÉANCE DE RAPPEL D'ALLURE

avec Campus Coach
📍 [Parc de la Pointe-aux-Lièvres](#)

JEUDI – 2 OCT



5H45

SORTIE DE COURSE ET CAFÉ

avec le 6AM Club Montcalm, Café Smith,
Campus Coach, Hoka et Xact
📍 [Café Smith Montcalm, 1015, avenue Belvédère](#)

17H45

SHAKE OUT RUN ET NOODLE PARTY

avec Faux Mouvement et Honō Ramen
📍 [Café-boutique Faux Mouvement et Honō Ramen](#)

18H00

SHAKE OUT RUN AVEC LE CREW

avec Le Crew et Hoka
📍 [Le Crew, 367, rue Soumande](#)

MERCREDI – 1^{er} OCT



18H00

CONFÉRENCE CONVIVIALE ET INSPIRANTE

avec Emmanuelle-Salambo Deguara, Montellier
et Krispy Kernels
📍 [Hall TVA, près du Centre Vidéotron](#)

VENDREDI – 03 OCT

11H00 À 20H00

SAMEDI – 04 OCT

8H00 À 17H00

EXPO JE COURS QC



Remise des dossards, kiosques, conférences
et plus encore...

📍 [Centre de foires de Québec](#)

TOUS LES DÉTAILS SUR

[JECOURSQC.COM](https://jecoursqc.com)