



## Join FREE exercise classes for Older Adults (65+)

### Participez gratuitement à des cours d'exercices pour personnes âgées (65 ans et plus).

No registration required ~ Drop in welcome  
 Sans rendez-vous ~ Aucune inscription requise



Municipality municipalité	Location emplacement	Address adresse	Days and Times journée et temps	Contact Person contact	Phone téléphone	Email
Elk Lake	Légion Royale canadienne	175 Pine Street	mardis et jeudi 10h à 11h	Julie Laplante	705-563-8110	<a href="mailto:julielaplante@csctim.on.ca">julielaplante@csctim.on.ca</a>
Englehart	Arena Complex	80 7 <sup>th</sup> Ave	Mon & Wed 4:15-5:15 pm	Val Kennedy	705-471-5264	<a href="mailto:avalonbyexperience@yahoo.ca">avalonbyexperience@yahoo.ca</a>
Kirkland Lake	Joe Mavrinac Community Complex	55 Allen Avenue	Tues & Thurs 10:30-11:15 am	Kim Klockars	705-567-5215	<a href="mailto:Kim.Klockars@tkl.ca">Kim.Klockars@tkl.ca</a>
Kirkland lake	Club 50	39 Kirkpatrick St	mardis et jeudi 10h à 11h	Carole Godmaire	705-567-1414	<a href="mailto:carolegodmaire@csctim.on.ca">carolegodmaire@csctim.on.ca</a>
Kirkland Lake	Club 50	39 Kirkpatrick St	lundi et mecredi 9h à 10h	Carole Godmaire	705-567-1414	<a href="mailto:carolegodmaire@csctim.on.ca">carolegodmaire@csctim.on.ca</a>
Larder Lake	Gymnase municipal	69 Fourth Avenue	lundi et mecredi 11h à 12h	Carole Godmaire	705-567-1414	<a href="mailto:carolegodmaire@csctim.on.ca">carolegodmaire@csctim.on.ca</a>
Temagami	Ronocco House	5 Bayview Lane	Monday 1:30-2:30 pm	Rhonda Etmanski	705-569-2636	<a href="mailto:rhondaetmanski@live.ca">rhondaetmanski@live.ca</a>
Temagami	Royal Canadian Legion	11 Parkview Lane	Wednesday 10-11 am	Rhonda Etmanski	705-569-2636	<a href="mailto:rhondaetmanski@live.ca">rhondaetmanski@live.ca</a>
Temiskaming Shores	Pool Fitness Centre	77 Wellington St S	Tues & Thurs 9 – 10 am	Maddy Kuz	705-622-9057	<a href="mailto:maddykuz@gmail.com">maddykuz@gmail.com</a>
Virginiatown	Centre récréatif de McGarry	70 ch. Du Gouvernement	lundi et mecredi 13h à 14h	Carole Godmaire	705-567-1414	<a href="mailto:carolegodmaire@csctim.on.ca">carolegodmaire@csctim.on.ca</a>
Virginiatown	Centre récréatif de McGarry	70 ch. Du Gouvernement	lundi et mecredi 14h à 15h	Carole Godmaire	705-567-1414	<a href="mailto:carolegodmaire@csctim.on.ca">carolegodmaire@csctim.on.ca</a>

For more info on available exercise classes in your community visit [www.timiskaminghu.com](http://www.timiskaminghu.com)

Pour plus d'information sur Les classes disponibles dans votre communauté, veuillez visiter [www.timiskaminghu.com](http://www.timiskaminghu.com)

Class info is subject to change ~ Le temps et lieux des classes peuvent changer