



Communiqué de presse Pour publication immédiate

UNE PREMIÈRE AU QUÉBEC LAURIER QUÉBEC LANCE LE PROGRAMME « POUSSE TON POUAPON^{MC} »

Québec, le mercredi 23 avril 2014 – Laurier Québec et Cœur à l'ouvrage s'unissent pour faire bouger les nouvelles mamans à Laurier Québec.

Laurier Québec, en collaboration avec Cœur à l'ouvrage, innove en lançant le premier programme de remise en forme pour les nouvelles mamans dans un centre commercial au Québec. Dès le 6 mai 2014, tous les mardis et jeudis matins de 8h30 à 9h30, les nouvelles mamans sont invitées à bouger dans le cadre du programme « **Pousse ton pouapon^{MC} à Laurier Québec** », dans le centre commercial.

Le programme Pousse ton pouapon^{MC} est un entraînement de groupe pour nouvelles mamans qui désirent se remettre en forme tout en étant accompagnées de leur poupon dans la poussette. Les séances se déroulent sous la supervision d'un entraîneur qualifié et professionnel et sont adaptées aux besoins des femmes ayant récemment accouché. En plus de leur permettre d'échanger avec d'autres mamans dans une atmosphère dynamique et amicale, ces dernières verront aussi leur capacité cardiovasculaire et musculaire s'améliorer grandement au fil des semaines. Puisque les séances se déroulent à l'intérieur du centre commercial, les participantes pourront bénéficier d'un environnement sécuritaire et contrôlé, à l'abri des caprices de Dame Nature.

En effet, au cours des huit dernières années, *Cœur à l'ouvrage* a offert plusieurs centaines de cours postnatals extérieurs. Bien que ce type d'entraînement soit toujours aussi populaire aujourd'hui, nous remarquons une diminution d'achalandage lors des journées où Dame Nature n'est pas clémente.

C'est d'ailleurs dans le but de pallier à ces désagréments qu'est née l'idée d'offrir le même type de cours, mais dans un centre commercial intérieur où l'environnement est sécuritaire et contrôlé.

Tous les détails sur laurierquebec.com et sur CoeurOuvrage.com

À propos du centre Laurier Québec

Plus grande offre commerciale de l'est du Canada et première destination touristique après le Vieux-Québec, le centre Laurier Québec regroupe sous son toit 12 grandes enseignes : Target, Sears, La Baie d'Hudson, Toys "R" Us, Future Shop, Sports Experts, Linen Chest, Renaud-Bray, Old Navy, Freedom Central, H&M et Best Buy. Grâce à la réalisation de 11 projets majeurs d'agrandissement depuis son inauguration en 1961, sa superficie totale s'élève aujourd'hui à 1,6 million de pieds carrés. Propriété de la société immobilière Ivanhoé Cambridge, le centre Laurier Québec jouit d'un rayonnement régional et figure aux rangs des attraits touristiques de Québec, accueillant chaque année plus de 12 millions de visiteurs.

- 30 -

Source :

Marie-Andrée Roy

Superviseure, service à la clientèle et développement touristique

Laurier Québec

(418) 651-7085, poste 260

marie-andree.roy@ivanhoecambridge.com