



COURIR POUR MIEUX VIVRE

A fond la forme, bougez-vous, ça fait un bien fou !

Rendez-vous des mois de mai et juin 2015

www.courirpournieuxvivre.be

Pour tous : les samedis à 9h30

Pour les marcheurs le mardi à 14H

02/05	Villers- Poterie Eglise		05/05	Nalannes (Etang du Cheneau) Rue du Cheneau
09/05	Marcinelle Centre de délasserment		12/05	Jamiolle Eglise
14/05	Nalannes-Centre : Jogging des Monts organisé par le CPMV			
16/05	Thy-le-Bauduin (l'Enclos du temps) Rue de la forge		19/05	Marcinelle (Piste Vita Centre Leburton) Av. des Muguets
23/05	Montigny-le-Tilleul Hall omnisport		26/05	Fontenelle Eglise Rue de Boussu
30/05	Beignée Place		02/06	Cerfontaine Place de l'Eglise
06/06	Gozée (Ecole de Là-Haut) Face à l'Intermarché		09/06	Gourdinne Place St Walhère
13/06	Nalannes-Centre (Complexe sportif) Rue des Monts		16/06	Villers-Poterie Eglise
20/06	Ham-sur-Heure Château Barbecue du club		23/06	Somzée Terrain de football



COURIR POUR MIEUX VIVRE

A fond la forme, bougez-vous, ça fait un bien fou !

Rendez-vous des mois de mai et juin 2015

www.courirpournieuxvivre.be

A vos agendas Dates à retenir : COURSES & ACTIVITES DU CLUB

- Ve 01/05/15 : **Presles** Parc et Castel 5 & 13 km à 15 h00
Nalannes Télévie à 18 h 00 Le CPMV participe au jogging de masse.
- Sa 09/05/15 : **Gougnies** Trail de Gougnies 10, 23 & 35 km à 9 h30
- Di 10/05/15 : **Somzée** Trail de la vallée de la Thyria 10, 22 & 38 km à 12 h30
- Je 14/05/15 : **Nalannes** Jogging des Monts organisé par le CPMV (équipes de 2) à 10h
- Di 24/05/15 : **Marcinelle** Ekiden de Charleroi 42 km relais par équipes de 6 à 13 h30
- Lu 25/05/15 : **Namur** Trail de la Marlagne 8, 15 & 30 km à 10 h30
- Sa 06/06/15 : **Nismes** Trail du Viroin 18 & 35 km à 10 h00
- Di 07/06/15 : **Bioul** Jogging des Parcs et Châteaux 7 & 13 km à 10 h 45
Châtelet La Châtelettaine 14 km à 15 h00
Mont-sur-Marchienne La Carolorégienne (Jogging des femmes) 3,6 & 9km à 11 h00
- Sa 13/06/15 : **Montigny-le-Tilleul** 6 & 11 km à 15 h00
Thuin Corrida des Ruelles 6 & 11 km à 15 h00
- Di 28/06/15 : **Leernes** 7 & 13 km à 10 h00



Vérifier les dates et les heures sur le site des courses.