



COURIR POUR MIEUX VIVRE

A fond la forme, bougez-vous, ça fait un bien fou !
Rendez-vous des mois de janvier et février 2015
www.courirpourtmeuxvivre.be

Pour tous : les samedis à 9h30

Pour les marcheurs le mardi à 14H

03/01	Nalines Bultia Place de l'église Rue d'Acoz	06/01	Yves-Gomezée Terrain de foot
10/01	Laneffe Hall des Sports Rue des Battis	13/01	Thuin (Centre sportif) Drève des Alliés
17/01	Loverval (parking Mr Bricolage) Allée des Sports	20/01	Cour-sur-Heure (Place) Rue Saint Jean
24/01	Berzée (Spar) Rue du Faubourg	27/01	Pry-les-Walcourt (salle des Fêtes) Rue du Grand Pont
31/01	Pas de rendez-vous Marche ADEPS CPMV le 01/02	03/02	Jamioux (Piste Hébert) Rue d'Andrémont
07/02	Cour-sur-Heure (Place) Rue Saint Jean	10/02	Chastrès (Zoning) Rue des Linaires
14/02	Fromiée (Maison du village) Rue Traversière	17/02	Ham-sur-Heure (Château) Chemin d'Oultre Heure
21/02	Chastrès (Zoning) Rue des Linaires	24/02	Oret Place d'Oret
28/02	Morialmé Place		



COURIR POUR MIEUX VIVRE

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

Le club vous souhaite une très heureuse année 2015

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

Sa 03/01/15 : Walcourt Happy Night Trail 21 km à 18h00

Di 10/01/15 : Wangenes Les Relais Tarés Course relais 3x4 km + 4 km ensemble à 14h30

Sa 24/01/15 : Nivelles Jogging de Ste Gertrude 5 & 10 km à 15h00

Di 01/02/15 : Nalines Centre (Eglise) Marche ADEPS organisée par le CPMV

Sa 07/02/15 : Couvin Trail des 3 Vallées 11, 22 & 33 km à 09h30

Sa 14/02/15 : Le Roeulx Jogging St Feuillien 4 & 10 km à 15 h00

Sa 28/02/15 : Lobbès La Portelette 6 km & 13 km à 14h30



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