



COURIR POUR MIEUX VIVRE

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

Rendez-vous des mois de mars et avril 2015

www.courirpourtmeuxvivre.be

Pour tous : les samedis à 9h30

Pour les marcheurs le mardi à 14H

07/03	Jamioulx Parking de la prison Rue F. Vandamme		03/03	Marcinelle 6 ème avenue
14/03	Walcourt (Parking du terrain de foot) Allée du 125 ^{ème} Rég.d'Infanterie		10/03	Gozée Abbaye d'Aulne Bief du Moulin Rue Vandervelde
21/03	Hanzinelle Place (CPMV à Houffalize)		17/03	Joncret Place Rue J.J Piret
28/03	Gourdinne Place St Walhère Souper du CPMV au château		24/03	Thy-le-Bauduin Rue de la Forge (Restaurant)
			31/03	Gozée Ecole de Là-Haut Rue de Marchienne
04/04	Gerpinnes Flaches Maison du village Rue Paganetti		07/04	Thuin Musée du Tram Rue du Fosteau, 2A (ville basse)
11/04	Thuin Hall des sports Drève des alliés		14/04	Hanzinelle Place
18/04	Yves-Gomezée Place St Laurent		21/04	Marbaix-la-Tour Place de l'église
25/04	Nalines centre Fête des Brigands (Ecole) Rue des Couturelles		28/04	Silenrieux Rue Battefer +/- 1 km après feu clignotant Walcourt sur route des barrages



COURIR POUR MIEUX VIVRE

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

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

- Sa 07/03/15 : **Couvin** Jogging aux Jonquilles 6 & 11 km à 15h00
- Ma 18/03/15 : **Louvain-la-Neuve** 10 miles de LLN 8 & 16 km à 15h00
- Ve 20/03, Sa 21/03, Di 22/03/15 : **Houffalize** séjour du CPMV
- Di 22/03/15 : **Roselies** La Sambrienne 7 & 21 km à 10 h30
- Sa 28/03/15 : **Ham-sur-Heure** Souper du CPMV
- Ve 03/04/15 : **Dinant** La Corrida 10 km à 20 h00
- Sa 11/04/15 : **Thuin** Jogging des Waibes 5 & 10 km à 15 h00
- Di 12/04/15 : **Forchies** Foulées Filamarchoises 4 & 10 km à 10 h30
Run & Bike 10 km à 10 h00
- Sa 18/04/15 : **Chimay** Jogging de la Principauté 5 & 14 km à 15 h00
- Sa 25/04/15 : **Nalines-Centre** Fête des Brigands Parcours en ligne Road-Book à 9 h30
Thuin Jogging de l'Athénée 5 & 11 km à 15 h00
Bouillon Trail La Bouillonnante
- Di 26/04/15 : **Ham-s-Heure** Jogging du Val d'Heure 7 & 14 km à 11 h00
- Ve 01/05/15 : **Presles** Parc et Castel 5 & 13 km à 15 h00



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