



COURIR POUR MIEUX VIVRE

A fond la forme, bougez-vous, ça fait un bien fou !
Rendez-vous des mois de mars et avril 2016
www.courirpourtmeuxvivre.be

Pour tous : les samedis à 9h30

Pour les marcheurs le mardi à 14H

05/03	Montigny-le-Tilleul Tennis club Rue de Bomérée,318	01/03	Castillon Eglise
12/03	Hanzinelle Place (CPMV à Chiny)	08/03	Gerpinnes Centre Parking de la poste Rue du Parc St Adrien
19/03	Walcourt (Parking du terrain de foot) Allée du 125 ^{ème} Rég.d'Infanterie	15/03	Thuin Centre sportif Drève des Alliés
26/03	Fraire (Parking du foot) Rue de Morialmé	22/03	Nalines Rue du Moulin Ferme au fond du cul de sac
02/04	Gourdinne Place St Walhère	29/03	Yves-Gomezée Parking du foot Rue Fontaine
09/04	Thuin (Bois du Grand Bon Dieu) Route de Biesme	05/04	Loverval (Ferrée) Rue du Courtilonnet (Station épuration)
16/04	Nalines centre Fête des Brigands Road book en ligne (bus sur la place)	12/04	Walcourt Parking du Carrefour Market Rue de la Forge
23/04	Fromiée Maison de village Rue Traversière Souper du CPMV au château	19/04	Morialmé Place
30/04	Nalines Haies Télévie Parcours fléchés- Animations diverses	26/04	Biesme Piscine Rue Vigne, 1



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

- Ve 04/03/16 : **Gerpinnes** Collège St Augustin (1^{ère} course Nature Nocturne) 5 & 12 km à 19h30
Di 06/03/16 : **Charleroi** Running Day 5 & 10 km à 10h15
Ve 11/03, Sa 12/03, Di 13/03/16 : **Chiny séjour du CPMV** Jogging, marche, VTT avec moniteurs
Sa 20/03/16 : **Ham-s-Heure** Jogging du Val d'Heure 7 & 14 km à 11 h00
Ve 25/03/16 : **Dinant** La Corrida 10 km à 20 h00
Sa 02/04/16 : **Thuin** Jogging des Waibes 5 & 11 km à 15 h00
Di 10/04/16 : **Forchies-La-Marche** Foulées Filamarchoises 4 & 10 km à 10 h15
Sa 16/04/16 : **Nalines-Centre** Fête des Brigands Parcours en ligne Road-Book à 9 h30
Di 17/04/16 : **Jamioulx** Pat'Course 6, 12 & 24 km à 9h30
Ve 22/04/16 : **Philippeville** Corrida 5 & 10 km à 19h00
Sa 23/04/16 **Thuin** Jogging de l'Athénée 9 km à 15 h00 **Souper du CPMV**
Di 24/04/16 : **Charleroi** 6, 15 & 27 km à 10h35
Sa 30/04/16 **Nalines -Haies** Télévie
Di 01/05/16 : **Presles** Parc et Castel 5 & 13 km à 15 h10
Je 05/05/16 : **Nalines** Jogging des Monts



Vérifier les dates et les heures sur le site des courses