



# COURIR POUR MIEUX VIVRE

**A fond la forme, bougez-vous, ça fait un bien fou !**  
*Rendez-vous des mois de novembre et décembre 2015*  
[www.courirpourmieuxvivre.be](http://www.courirpourmieuxvivre.be)

## Pour tous : les samedis à 9h30

- 07/11 **Laneffe** Hall des sports  
Rue des Battis
- 14/11 **Cour-sur-Heure** (jeu de balle)  
Place de l'indépendance
- 21/11 **Hymiée** (plaine de jeux)  
Place de l'église
- 28/11 **Marbaix-la-Tour**  
Place de l'église
- 05/12 **Thy-le-Bauduin**  
Rue de la Forge (Restaurant)
- 12/12 **Ham-sur-Heure** (Château)  
Marché de Noël aux Ecuries
- 19/12 **Montigny-le-Tilleul** Hall omnisport  
Rue du Bois Frion
- 26/12 **Jamioux** Piste Hébert  
Rue d'Andrémont

## Pour les marcheurs le mardi à 14H

- 03/11 **Jamioux** Piste Hébert  
Rue d'Andrémont
- 10/11 **Thuillies** Place  
A 100 m de l'église
- 17/11 **Barrage de l'Eau d'Heure**  
**Plate Taille** (Centre d'accueil)
- 24/11 **Gerpennes Bultia** Rue Neuve  
Centre commercial (en face Trafic)
- 01/12 **Landelies**  
Place des Combattants
- 8/12 **Fromiée** Maison de village  
Rue Traversière
- 15/12 **Biesme-sous-Thuin**  
Eglise
- 22/12 **Fraire** ( Parking du foot)  
Rue de Morialmé
- 29/12 **Gourdine**  
Place St Walhère

Pendant les congés de Noël, les entraînements des jeudis 24/12/15 et 31/12/2015 sont supprimés.