



COURIR POUR MIEUX VIVRE

A fond la forme, bougez-vous, ça fait un bien fou !
Rendez-vous des mois de mai et juin 2017
www.courirpournieuxvivre.be

Pour joggeurs et marcheurs : les samedis à 9h30

Pour les trailers le dimanche à 9 h30

06/05	Gozée Ecole de Là-haut/Intermarché Rue de Marchienne		07/05	Jamioulx Piste Hébert Rue D'Andrémont
13/05	Thy-le-Bauduin L'Enclos du Temps Rue de la Forge		14/05	Gerpennes Place
20/05	Fromiée Place Maison de village Rue Traversière		21/05	Walcourt Terrain de foot
27/05	Walcourt Terrain de foot Allée du 125 ^{ème} Rég.de l'Infanterie		28/05	Gougnyes Rue de Sart-Eustache
03/06	Thuillies Place à 100 m de l'église		04/06	Nalines Noir Chien
10/06	Yves-Gomezée Parking terrain de foot Rue Fontaine		11/06	Thy-le-Bauduin Eglise
17/06	Gougnyes Place		18/06	Nismes Château
24/06	Ham-sur-Heure Aux Ecuries du Château 9 h30 : Présentation du bilan financier par Olivier et Luc 10 h : DERNIER ENTRAÎNEMENT et BARBECUE de FIN de SAISON du CLUB			
			25/06	Nalines-Dinant En ligne



Une modification de dernière minute est toujours possible (battues sangliers).

! **Mardi 27 et jeudi 29** : derniers entraînements du jogging.

Pour les marcheurs le mardi à 14H

02/05	Marbaix-la-Tour Place de l'église	
09/05	Morialmé Place	
16/05	Walcourt Terrain de foot Route des barrages- à droite aux feux	
23/05	Abbaye d'Aulne-Gozée Bief du Moulin Rue Vandervelde	
30/05	Hanzinelle Place	
06/06	Cerfontaine Place de l'église	
13/06	Chastrès (Zoning) Rue des Linaires	
20/06	Thy-le-Bauduin L'Enclos du Temps Rue de la Forge	24/06 Ham-sur-Heure Ecuries (voir samedi) BBQ de fin de saison

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



Sa 29/04, Di 30/04 & Lu 01/05/17 : CPMV dans les Vosges

Lu 01/05/17: Nalinnes Centre Télévie 5 & 10 km à 10h30

Presles Parc et Castel 5 & 13 km à 15h00

Sa 06/05/17 : Loverval Lover'trail 17,6 km par équipes de 3 à 14h00

Di 07/05/17 : Somzée TRAIL de la THYRIA 21 km, 10 km & 5 km à 9h00, 9h30 & 10h00

Sa 13/05/17 : Marcinelle Jogging de la Solidarité 4 & 11 km à 15h00

Di 14/05/17 : Marcinelle IPSMA Ekiden de Charleroi 42,2 km Relais à 13h30

Sa 20/05/17 : Couvin Course de l'Eau Noire 5 & 11 km à 16h00

Di 21/05/17 : Châtelet La CHATELETTAINE 14 km à 15h00

Je 25/05/17: Nalinnes Centre: 25^{ème} Jogging des Monts

+/- 10 km par équipes de 2 Salle Notre Maison

Sa 03/06/17 : Châtelineau La CASTELLINOISE 6 & 12 km à 15h00

Sa 10/06/17 : Thuin CORRIDA des RUELLES 6 & 12 km à 15 h 00

Di 11/ 06/17 : Charleroi (Mt-s-Marchienne) La CAROLOREGIENNE Courses Dames 3,6 & 9 km à 11h00

Sa 17/06/17 : Montigny-le-Tilleul 6 & 11 km à 15h00

**Sa 24/06/17 : Dernier entraînement du samedi au club : bilan financier, BBQ du club
Ecuries du Château d'Ham -sur-Heure**

Di 25/06/17 : Charleroi les 10 MILES 8 & 16 km à 15h00

Di 02/07/17 : Bouffioulx LES BOUFFIOLS 5 & 12 km à 10h00



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