



COURIR POUR MIEUX VIVRE

A fond la forme, bougez-vous, ça fait un bien fou !
Rendez-vous des mois de septembre et octobre 2007

QUEL PLAISIR DE SE REVOIR !

Pour tous : les samedis à 9h30

- 08/09/07 : **Nalannes**
Hall des sports
- 15/09/07 : **Gerpennes Flaches**
Maison de village
- 22/09/07 : **Thy-le-Château**
I.M.P.
- 29/09/07 : **Nalannes Haies**
Place de l'église
- 06/10/07 : **Berzée**
Parking du Spar
- 13/10/07 : **Jamioulx** : à la prison
Un groupe « champignon » prévu avec Claude comme guide
- 20/10/07 : **Fromiée**
Maison de village
- 27/10/07 : **Fraire**
Terrain de foot

Pour les marcheurs le mardi à 14H

- 11/09/07 : **Soleilmont**
Au cimetière
- 18/09/07 : **Rognée**
Place derrière l'église
- 25/09/07 : **Abbaye D'Aulne**
Golf miniature
- 02/10/07 : **Solre St Géry**
Près de l'église
- 09/10/07 : **Fraire**
Place du monument
- 16/10 /07 : **Nalannes**
Etangs du moulin de Fontenelle
- 23/10/07 : **Bambois**
Parking entrée principale du lac
- 30/10/07 : **Chastrès (Walcourt)**
Près de l'église



COURIR POUR MIEUX VIVRE

A fond la forme, bougez-vous, ça fait un bien fou !
www.courirpourtmeuxvivre.be

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

- Di 09/09/07 : à 10h30 : 5 & 10 km au château de Monceau
- Sa 22/09/07 : à 15h00 : 5 & 9,5 km à Couillet
- Di 23/09/07 : à 11h00 : 6,5 & 12,5 km à Mettet
- Di 07/10/07 : à 15h00 : 8 & 15 km à Spy : Crêtes de l'homme de Spy
- Di 14/10/07 : à 10h30 : 5&10 km au Bois du Cazier à Marcinelle
- Di 21/10/07 : à 11h00 : 10 km à Auvelais
- Sa 27/10/07 : à 14h30 : 6 & 12,5 km à Aiseau : le Val de Biesme