



# COURIR POUR MIEUX VIVRE

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

**Départs :** Place de Nalannes Centre à 9h précises, retour prévu vers 11h45 – 12h00.

**Conditions requises :** être capable de rouler à allure modérée pendant au moins 2h30.

Dates des sorties et moniteurs d'encadrements.

13/09/15 : Philippe M.	20/12/15 : Jacques L.
20/09/15 : Philippe M.	3/01/16 : Sortie VTT ex 7clochers ?
27/09/15 : Philippe M.	10/01/16 : Stéphane S. Didier B.
04/10/15 : Jean B.	24/01/16 : Jean W.
11/10/15 : Vincent D.	31/01/16 : Pierre B. Marche Adepts du club Sergio L.
18/10/15 : Jacques L.	14/02/16 : Jacques L. Stéphane S.
25/10/15 : Xavier C.	21/02/16 : Xavier C.
08/11/15 : Patrick C.	06/03/16 : Jacques L. Stéphane D.
15/11/15 : Didier B.	13/03/16 : Denis G. Départ église Cerfontaine
28/11/15 : Philippe M.	20/03/16 : Marc C.
06/12/15 : Denis G. Départ terrain de foot Walcourt	10/04/16 : Jean B.
13/12/15 : Stéphane D.	

Comme par le passé, nous nous retrouverons les autres dimanches mais on ne fera qu'un groupe.

Pour la saison, une cotisation de 25 € vous sera demandée. Cette cotisation couvre les frais administratifs, l'assurance et l'encadrement.

Pour les nouveaux affiliés, un certificat médical est obligatoire pour être couvert par l'assurance de la fédération.

→ → → → → → → → → →

Dates des festivités de notre club :

Samedi 16/04/16 Fête des Brigands (école du centre)  
Samedi 23/04/16 Souper de notre club (Château d'Ham/sur/Heure)  
Jeudi 05/05/16 Jogging des Monts (salle Notre Maison)  
Samedi 25/06/16 Barbecue de fin d'année (écuries)

**Bougez-vous, ça fait un bien fou !!**

Pour le comité :

Anne-Marie Péters  
Coordinatrice du VTT  
GSM 0479 63 83 22

Philippe Marlair  
Past-Président  
Tél. : 0475 890 500

Numéro de GSM des moniteurs d'encadrement.

Berod Jean	0494 07 53 78	Gathon Denis	0486 13 26 15
Bogaert Pierre	0493 72 17 32	Lefèvre Jacques	0499 35 88 21
Bosseaux Didier	0495 91 01 24	Luisetto Sergio	0479 37 37 10
Chapaux Marc	0474 80 02 53	Marlair Philippe	0475 89 05 00
Chapaux Xavier	0476 31 00 60	Scheire Stéphane	0497 85 70 11
Dumortier Stéphane	0478 69 08 65	Willem Jean	0495 51 38 24
Dumortier Vincent	0475 96 94 51		