



COURIR POUR MIEUX VIVRE
A fond la forme, bougez-vous, ça fait un bien fou !
Rendez-vous des mois de janvier et février 2020
www.courirpourmieuxvivre.be

Pour joggeurs et marcheurs : les samedis à 9h30

04/01	Jamioux : Rue d'Andrémont Gare
11/01	Morialmé : Place
18/01	Thuin : Route de Biesme Bois du Grand Bon Dieu
25/01	Gerpennes centre : Rue Parc St Adrien Parking de la poste
01/02	Pas de rendez-vous Marche ADEPS CPMV le Di 02/02
08/02	Montigny-le-Tilleul : Rue Bois Fron Hall omnisports
15/02	Loverval : Allée des Sports Parking Mr bricolage
22/02	Hymiée : Place
29/02	Marcinelle : Allée des Muguets Centre de délasserment

Pour les marcheurs : les mardis à 14h00

07/01	Chastrès : Rue Trieu d'Aublain Salle paroissiale
14/01	Nalannes Centre : Salle Notre Maison Verres(s) de l'an neuf !
21/01	Villers-Poterie : Rue de l'Eglise
28/01	Walcourt : Gerlimpont Rue Sous Coury Parking terrain de foot
04/02	Morialmé : Poucet Carref. N 932 Croix Meurisse Park. au-dessus de la ferme
11/02	Thy-le-Château : Rue de Gourdinne Parking terrain de foot
18/02	Fraire : Place
25/02	Beignée : Rue Point d'Arrêt Gare de Beignée



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

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

Sa 11/01/20 : **Course CPMV à Fleurus** : Les Relais Tarés 4x4 km par équipes de 3

Di 12/01/20 : **Walcourt** : Marche Adeps organisée par les zouaves 5-10-20 km Ruelle
du Coq

Di 16/02/20 : repérage du circuit de La Portelette à **Lobbès**

Di 23/02/20 : **Charleroi** : Running Day Rue de la Bruyère

Sa 29/02/20 : **Course CPMV à Lobbès** : course de la Portelette

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



Evénements CPMV.

Di 02/02/20: **Nalannes Centre: Marche ADEPS** organisée par le **CPMV**
(Salle derrière l'église) Bienvenue à tous

Sa 21/03/20 : **Souper du club**