

# HAUTES FAGNES VERVIERS



VOUS VOULEZ APPRENDRE A COURIR, A AMELIORER VOTRE CONDITION PHYSIQUE ET VOS PERFORMANCES DANS UNE AMBIANCE CONVIVIALE ET SOUS LA DIRECTION DE MONITEURS DIPLOMES ET CONFIRMES ?

**N'attendez plus ! Venez nous rejoindre au stade de Bielmont, Place d'Arles à Verviers à partir du mercredi 1er septembre 2021**

## Groupe 1 : Joggeurs « 8-10 km »

Les lundis et mercredis de 19H00' à 20H30'. Entraînements sur la piste et à l'extérieur

## Groupe 2 : Joggeurs « +10 km »

Les lundis et mercredis de 19H00' à 20H30'. Entraînements sur la piste et à l'extérieur

**L'adhésion à ce groupe « RUN FOR YOU » vous offrira les avantages suivants :**

- Encadrement et suivi des entraînements par des entraîneurs diplômés, compétents et motivés.
- Accès aux installations du stade de Bielmont (vestiaires, toilettes, piste, éclairage...).
- Plans d'entraînement adaptés à vos objectifs, préparation au «Petit» et au «Grand Jogging» de VERVIERS...
- Convivialité facilitant la pratique de la course à pied.

Si vous désirez des informations complémentaires, vous pouvez les obtenir auprès d' Anne Pons ([annepons03@gmail.com](mailto:annepons03@gmail.com)), de Wally au 0474/78.19.55, et auprès de Jacques Henrard 0498/43.23.83