

DATE	LIEU	Heure	RDV	Distance	Intensité	repas
JUILLET						
Lundi 11	Parc de Champagne	18h30-20h00		Séance normale	pour tous	
Mardi 12	Sablière	9h00-11h00		Séance normale	2 et 3	
Mercredi 13	BAIRON	journée	Parking patinoire Albert 1er	10 KM	pour tous	15 euros
Samedi 16	Chapelle St Lié VILLEDOMMANGE	8h30	Parking René TYS	10 ou 20 km	pour tous	
Lundi 18	Parc de Champagne	18h30-20h00		Séance normale	pour tous	
Mardi 19	Sablière	9h00-11h00		Séance normale	2 et 3	
Mercredi 20	Parc de Champagne	10h00-11h30		Séance normale	pour tous	
Samedi 23	Sablière	9h00-11h00		Séance normale	3	
Lundi 25	Parc Mendès France (Murigny)	18h30-20h00	Parking Rue VAUBAN	Séance normale	pour tous	
Mercredi 27	RETHEL	8h30	Parking René TYS	8 et 10 KM	pour tous	16 Euros
Samedi30	Sablière	9h00-11h00		Séance normale	3	
AOUT / SEPT						
Mercredi 17	Sermier	8h30	Parking René TYS	8KM	pour tous	
Samedi 20	Sablière	9h00-11h00		Séance normale	3	
Lundi 22	Parc de Champagne	18h30-20h00		Séance normale	pour tous	
Mercredi 24	BAIRON	Journée	Parking René TYS	10 KM	pour tous	15 euros
Samedi 27	Trépail	8h30	Parking René TYS	10 et 20 KM	pour tous	
Lundi 29	Parc de Champagne	18h30-20h00		Séance normale	pour tous	
Mardi 30	Sablière	9h00-11h00		Séance normale	2 et 3	
Mercredi 31	Parc de Champagne	10h00-11h30		Séance normale	pour tous	
Samedi 03 Septembre	Saint Imoges	8h30	Parking René TYS	16 km		