



Niveaux: 0–5 km ; 5–10 km ; 10 +Loisir ; 10 +Perfectionnement

Séance d'information : **lundi 9 septembre 2019 à 19h au Complexe sportif**

Premier entraînement 0-5 km et 5-10 km : lundi 16 septembre à 19h

Premier entraînement 10 kms +Loisir : lundi 16 septembre à 19h

Premier entraînement 10 kms +Perfectionnement: jeudi 19 septembre à 19h

Durée : 3 mois à raison de 3 séances/semaine

(1 encadrée par un moniteur et 2 libres)

Prix : 25 €, pour le cycle complet assurance comprise, à virer sur le compte de l'Administration communale : BE53 0910 0043 8953 – Communication : JCPMF + niveau + nom du joggeur

Infos et inscriptions : Tél. 085/41 02 20 ext.5 – sportsloisirs@modave.be

Renseignements sportifs : Tél. 0471/ 86 64 30 B.Degrange

Formulaire d'inscription: Session automne 2019 à renvoyer à : sportsloisirs@modave.be ou par courrier à JCPMF-AC de Modave 1-3, Place G.Hubin 4577 Modave

Nom:

Prénom:.....

0-5 km	5-10 km	10 +Loisir	10 +Perfectionnement
--------	---------	------------	----------------------

Date de naissance:.....

Rue et N°:.....

Code postal:..... Localité:.....

Adresse mail:.....

Téléphone:.....