

PÉRIODIQUE DU RUNNING CLUB NAMUR



BELGIQUE - BELGIE
P.P.
5000 NAMUR 1
BC 1895

Mensuel N° 49, mars 2009

Éditeur responsable: Alain Antoine - Rue du grand feu - 5004 Bouge

A l'attention de:



À CONSERVER: NUMÉROS UTILES

Présidente: Edith Baeten 0496/53.29.18
edith.baeten@skynet.be

Secrétaire: Alain Dumont 081/31.06.79
GSM: 0477/68.41.74
a.dumont@skynet.be

Trésorier: Alain Antoine 081/21.34.02
alain.antoine@win.be

Responsable logistique: Luc Beaufay 0478/98.06.11
luc.beaufay@hotmail.com

Réservation club: Marie-paule Foulon
081/74.51.64
mariepaulefoulon@hotmail.com

COURRIER POUR LA RÉDACTION

De préférence par e-mail:

ChantGilles@hotmail.com
Gilles Chantal
Rue Grande,8
5100 Andoy
081/40.07.62

EN PRATIQUE...

L'objet social de notre ASBL, fondée en 1988, est de rassembler des amateurs de courses à pied, sans distinction d'âge, de sexe, de classe sociale ou de valeur sportive.

Contacts utiles:

Secrétariat 081/31.06.79

Adresse e-mail: info@rcnamur.be

Groupe de discussion: <http://fr.groups.yahoo.com/group/rcnamur>

Site internet: <http://www.rcnamur.be>

Numéro de compte CBC: 732-0032135-79

Le mot de la présidente...

Le premier mot qui me vient à l'esprit lors de la rédaction de cet « éditorial » est bien sûr **MERCI** à vous tous pour votre précieuse collaboration à l'organisation de notre 21^{ème} Printanière. Notre course a une fois de plus rassemblé plus de 700 coureurs et fut une belle réussite. Toutes les réactions reçues à cette occasion vont en tout cas dans ce sens et, sans vouloir nous auto-glorifier, nous pouvons quand même être fiers de ce travail d'équipe reconnu bien au-delà de notre province. Il générera cette année encore des bénéfiques intéressants pour notre club dont vous serez à court ou moyen terme les bénéficiaires.

Depuis la Printanière, quelques semaines se sont écoulées et nous sommes entrés de plein pied dans la saison 2009 des joggings puisque 7 courses de notre challenge interne ont déjà été effectuées. Mais pas de panique pour celles et ceux dont l'enthousiasme a peut-être été un peu refroidi par cet hiver rigoureux ! Il reste un très large éventail de courses pour vous classer en ordre utile (8 courses) dans notre challenge interne ainsi que dans divers autres challenges d'ailleurs. A ce sujet, quelques précisions me paraissent utiles, en particulier pour ce qui concerne nos nouveaux membres. Sachez donc que tous les membres RCN en ordre de cotisation sont automatiquement inscrits pour le challenge de la Ville de Namur (6 courses pour être classé). Le challenge Gauloise (3 courses à effectuer sur les 7 proposées pour être classé) a lui été amputé de plusieurs courses dont Godinne qui figurait initialement dans notre challenge interne. Nous avons dès lors remplacé cette course par le jogging d'Hèze (Grez-Doiceau) organisé par le club d'Antilob le samedi 9 mai à 15 h et qui fait partie du challenge du Brabant Wallon (8 courses à effectuer pour être challenger en fin de saison). N'oublions pas bien sûr le challenge Delhalle (5 courses pour être classé) dont la Printanière fait partie et qui a également pas mal d'adeptes au sein de notre club.

Outre ces différentes organisations, je voudrais également vous aider à jalonner votre saison sportive en vous rappelant quelques dates importantes en 2009, à savoir :

- le Trail des Vallées du Chevalier à Marche les Dames le 1^{er} mai. Il partira du Centre d'Entraînement des Commandos à Wartet- Marche les Dames et aura une distance de 60 km pour 1600 mètres de dénivelé positif.

A l'heure d'écrire ces lignes, 162 inscriptions étaient enregistrées sur un maximum possible de 180. Un mini-trail de 20 km (620 mètres de dénivelé positif) est également proposé. Inutile de préciser que votre aide est la bienvenue.

- Même remarque d'ailleurs pour le 2^{ème} Marathon Ekiden de la ville de Namur qui sera organisé le dimanche 14 juin au départ de la Place d'Armes. Comme l'an dernier, la ville nous a confié la gestion du bar et de la petite restauration sous le chapiteau. Pour rappel, les bénéfices engrangés lors de cette manifestation s'élevaient à plus de 1000 euros, ce qui est loin d'être négligeable ! Renouveler l'opération ne serait donc pas pour nous déplaire et ce en joignant ...l'agréable à l'utile puisque courir en relais par équipes de six est une belle expérience. (NB : N'oubliez pas non plus les Relais de la Fraise le 16 mai à Wépion, il est temps de penser à composer vos équipes...)

- D'autres dates à bloquer, même si elles sont plus éloignées dans le temps :
 1. Dimanche 2 août : barbecue du club à Chevetogne.
 2. 14 novembre : souper annuel du club à...Temploux.
Changement de lieu donc pour éviter de nous sentir à l'étroit vu le nombre grandissant de participants.
 3. Et le voyage du club me direz-vous ? Lors de l'A .G. en janvier, 3 propositions vous avaient été soumises. Nous en avons retenu deux : Le Touquet et la course des Terrils en France également. Il faut maintenant choisir et c'est à vous de le faire en répondant au referendum que vous trouverez dans ce Tam-Tam.

Voilà, je pense avoir été complète...

Bon début de saison à toutes et tous.

Edith

LE CHALLENGE RCN 2009

Voici les conditions requises pour participer à notre challenge interne:

1. Prendre part à l'organisation de "La Printanière". Nous comptons sur votre présence tout au long de cette journée pour assumer une des nombreuses tâches.
2. Les nouveaux membres, n'ayant jamais fait partie de notre club auparavant et inscrits après l'organisation de "La Printanière" seront exemptés de la première règle.
3. Participer à 8 épreuves parmi celles qui seront proposées.
4. Être en ordre de cotisation. Le plus tôt sera le mieux, pour vous, comme pour nous. Ceci afin de vous faire bénéficier d'une assurance en cas d'accident et de pouvoir comptabiliser tous vos points le plus rapidement possible.
5. Cette année, nous vous proposons une seule course par WE et l'ensemble des distances organisées à cet endroit sera pris en compte pour le challenge interne. Soyez fiers de porter les couleurs de votre club. Et nous serons fiers de publier vos points dans le Tam-Tam.



Relais Givrés

<u>Clasgéné</u>	<u>Nom</u>	<u>ClasClub</u>	<u>Points</u>	<u>Temps</u>	<u>Vitesse</u>
272	BIERNAUX Benoit	1	86	0:34:12	14,04 Km/H
409	PUYLAERT Dominique	2	80	0:35:51	13,39 Km/H
418	LIBOIS Olivier	3	80	0:35:57	13,35 Km/H
457	NICOLAS Jean-Marc	4	78	0:36:22	13,20 Km/H
544	VLOEBERGH Pascal	5	75	0:37:17	12,87 Km/H
554	COOREMANS Guy	6	75	0:37:25	12,83 Km/H
670	DEMOULIN Brigitte	7	70	0:38:53	12,34 Km/H
682	STRUYKEN Guy	8	69	0:39:04	12,29 Km/H
743	LAINÉ Claudine	9	67	0:39:43	12,09 Km/H
873	ETIENNE Christian	10	61	0:41:41	11,52 Km/H
1027	CHAPELLE Carole	11	47	0:45:36	10,53 Km/H
1039	ANTOINE Alain	12	46	0:45:58	10,44 Km/H
1098	BAETEN Edith	13	40	0:47:49	10,04 Km/H
1101	MAGNEE Arnaud	14	40	0:47:57	10,01 Km/H
1121	FAGNANT Martine	15	37	0:48:39	9,87 Km/H
1156	PEREMANS Joaquim	16	32	0:50:20	9,54 Km/H
1169	LIBOIS Joachim	17	29	0:51:08	9,39 Km/H

Les Hivernales10

<u>Clasgéné</u>	<u>Nom</u>	<u>ClasClub</u>	<u>Points</u>	<u>Temps</u>	<u>Vitesse</u>
47	HORION Vincent	1	93	0:39:05	14,58 Km/H
139	FORTHOMME Frédéric	2	78	0:44:29	12,81 Km/H
244	PAULUS Benoît	3	67	0:48:30	11,75 Km/H
256	ETIENNE Christian	4	66	0:48:56	11,65 Km/H
287	DEVOS Eric	5	63	0:49:44	11,46 Km/H
539	PORIAU Christine	6	41	0:57:49	9,86 Km/H
577	ROBAYE Cathy	7	38	0:58:58	9,67 Km/H
579	LIBOIS Sophie	8	38	0:59:00	9,66 Km/H
637	BALTUS Perrine	9	32	1:01:07	9,33 Km/H
733	PAULUS Bruno	10	10	1:09:03	8,25 Km/H
755	LOEFFLER Marie-Claire	11	1	1:30:56	6,27 Km/H

Les Hivernales20

<u>Clasgéné</u>	<u>Nom</u>	<u>ClasClub</u>	<u>Points</u>	<u>Temps</u>	<u>Vitesse</u>
451	BALTUS Pascal	1	76	1:33:25	12,33 Km/H
529	VLOEBERGH Pascal	2	72	1:36:28	11,94 Km/H
586	LAINÉ Claudine	3	69	1:38:53	11,65 Km/H
586	COOREMANS Guy	4	69	1:38:55	11,65 Km/H
686	MAGNEE Michel	5	62	1:44:12	11,06 Km/H

Nivelles

<u>Clasgéné</u>	<u>Nom</u>	<u>ClasClub</u>	<u>Points</u>	<u>Temps</u>	<u>Vitesse</u>
194	BIERNAUX Benoit	1	84	0:46:24	13,58 Km/H
273	MERVEILLE Marc	2	79	0:48:22	13,03 Km/H
326	GILON Marc	3	75	0:49:47	12,65 Km/H
505	ARNOULD Jean-Luc	4	64	0:54:24	11,58 Km/H
685	TALLIER Jeanny	5	50	0:59:52	10,52 Km/H
686	ARNOULD Sylvie	6	49	1:00:05	10,49 Km/H
735	LIBOIS Joachim	7	45	1:01:53	10,18 Km/H
736	LIBOIS Olivier	8	45	1:01:53	10,18 Km/H
789	BODART André	9	38	1:04:39	9,74 Km/H
897	LOMBET Fernand	10	11	1:15:23	8,36 Km/H
923	LOEFFLER Marie-Claire	11	1	1:30:05	6,99 Km/H

Lillois

<u>Clasgéné</u>	<u>Nom</u>	<u>ClasClub</u>	<u>Points</u>	<u>Temps</u>	<u>Vitesse</u>
73	HORION Vincent	1	93	0:53:04	14,02 Km/H
120	LEMINEUR Vincent	2	89	0:55:27	13,42 Km/H
142	BALTUS Pascal	3	86	0:56:42	13,12 Km/H
166	GILON Marc	4	84	0:57:47	12,88 Km/H
228	POELMANS Dominique	5	79	1:00:19	12,33 Km/H
236	CUVELIER Serge	6	79	1:00:28	12,30 Km/H
296	ACUSILAS Jean-Yves	7	74	1:02:38	11,88 Km/H
302	ARNOULD Jean-Luc	8	74	1:02:46	11,85 Km/H
319	PAULUS Benoît	9	72	1:03:34	11,70 Km/H
373	HENRICOT Eric	10	69	1:05:10	11,42 Km/H
420	ETIENNE Christian	11	66	1:06:44	11,15 Km/H
528	ARNOULD Sylvie	12	54	1:12:55	10,20 Km/H
529	ANTOINE Alain	13	53	1:12:57	10,20 Km/H
530	TALLIER Jeanny	14	53	1:12:58	10,20 Km/H
594	BODART André	15	45	1:17:15	9,63 Km/H
639	BALTUS Perrine	16	36	1:21:32	9,13 Km/H
712	LOEFFLER Marie-Claire	17	1	1:52:05	6,64 Km/H

Bousval

<u>Clasgéné</u>	<u>Nom</u>	<u>ClasClub</u>	<u>Points</u>	<u>Temps</u>	<u>Vitesse</u>
81	HORION Vincent	1	91	1:00:31	14,28 Km/H
91	VAN DER LINDEN Paul	2	90	1:01:04	14,15 Km/H
159	LEMINEUR Vincent	3	84	1:04:14	13,45 Km/H
207	PIETTE Gaetan	4	80	1:06:32	12,99 Km/H

231	DEMOULIN Brigitte	5	78	1:07:30	12,80 Km/H
247	VLOEBERGH Pascal	6	77	1:08:11	12,67 Km/H
250	NICOLAS Jean-Marc	7	77	1:08:18	12,65 Km/H
257	CUVELIER Serge	8	77	1:08:26	12,63 Km/H
262	DELFOSSÉ Jacques	9	76	1:08:36	12,59 Km/H
267	COOREMANS Guy	10	76	1:08:46	12,56 Km/H
268	GILON Marc	11	76	1:08:46	12,56 Km/H
284	BIERNAUX Benoit	12	75	1:09:20	12,46 Km/H
291	STRUYKEN Luc	13	74	1:09:42	12,40 Km/H
320	FAUCON Michel	14	72	1:10:54	12,19 Km/H
349	ARNOULD Jean-Luc	15	71	1:11:34	12,07 Km/H
385	ACUSILAS Jean-Yves	16	67	1:13:37	11,74 Km/H
405	LAINÉ Claudine	17	66	1:14:07	11,66 Km/H
436	GILLARD Benoit	18	65	1:14:48	11,55 Km/H
443	ARNOULD Sylvie	19	65	1:15:10	11,49 Km/H
449	PAAL Marguerite	20	64	1:15:38	11,42 Km/H
481	HENRICOT Eric	21	62	1:16:51	11,24 Km/H
492	LAMBILLION Andy	22	61	1:17:16	11,18 Km/H
503	POELMANS Dominique	23	60	1:17:34	11,14 Km/H
518	PERPETE Philippe	24	59	1:18:21	11,03 Km/H
522	DIEUDONNE Anne	25	58	1:18:32	11,00 Km/H
529	MAGNEE Michel	26	58	1:18:55	10,95 Km/H
534	MARTIN Isabelle	27	57	1:19:25	10,88 Km/H
539	LABBE Christian	28	57	1:19:38	10,85 Km/H
551	ETIENNE Christian	29	55	1:20:15	10,77 Km/H
558	FOULON Marie-Paule	30	55	1:20:34	10,72 Km/H
585	DUMONT Alain	31	52	1:22:16	10,50 Km/H
585	RIGUELLE Eric	32	53	1:21:34	10,59 Km/H
603	PAULUS Benoît	33	49	1:23:37	10,33 Km/H
659	BAETEN Edith	34	40	1:28:52	9,72 Km/H
677	ANTOINE Alain	35	35	1:31:33	9,44 Km/H

Bousval

<u>Clasgéné</u>	<u>Nom</u>	<u>ClasClub</u>	<u>Points</u>	<u>Temps</u>	<u>Vitesse</u>
682	CHAPELLE Carole	36	35	1:31:42	9,42 Km/H
694	GRAUWELS Barbara	37	28	1:35:15	9,07 Km/H
707	GREGOIRE Aude	38	20	1:40:09	8,63 Km/H
712	LOMBET Fernand	39	10	1:45:40	8,18 Km/H
725	LOEFFLER Marie-Claire	40	1	2:22:56	6,04 Km/H

COURSES DU CHALLENGE INTERNE

Date	Heure	Course	Distance	Challenge
07/03/2009	16h00	Aische	12,6	Gauloise
14/03/2009	10h30	Bouge	5 ou 10	Namur
21/03/2009	15h00	Vieusart	11,8	Brabant Wallon
29/03/2009	10h00	Gougnies	8 ou 35	Delhalle
05/04/2009	10h30	Vedrin	6 ou 13	Namur
10/04/2009	20h00	Corrida de Dinant	10	Elie Befays
26/04/2009	10h30	Bouge	10	Namur
02/05/2009	15h00	Bûtgenbach	5,7 ou 21,1	Delhalle
09/05/2009	15h00	Heze (Grez-Doiceau)	13,2	Brabant Wallon
16/05/2009	16h30	Wépion	10,5	Namur
24/05/2009	15h00	Seraing	3 ou 16	Delhalle
31/05/2009	15h00	Bruxelles	20	
06/06/2009	15h00	Ottignies	12	Brabant Wallon
13/06/2009	14h00	Green Gauloise	10	Namur + Gauloise
20/06/2009	14h00	Habay	19	Delhalle
21/06/2009	10h30	Radio Chevauchoir (Lesve)	10,3	
26/06/2009	20h00	Flawinne	9	Namur
04/07/2009	10h30	Belgrade	10	Namur
12/07/2009	16h10	Course du sabot (Porcheresse)	6 ou 12	
25/07/2009	16h00	Louette	7 ou 21	Delhalle
31/07/2009	19h30	Yvoir	10	Gauloise
02/08/2009	11h00	BBQ Chevetogne	8	
08/08/2009	14h00	Angreau	9 ou 17,2	Delhalle
16/08/2009	10h30	Loyers	10	Namur
22/08/2009	15h00	Nil Saint-Vincent	10,7	Brabant Wallon
30/08/2009	11h00	Dinant	13,1 ou 21,9	Delhalle
06/09/2009	10h30	Malonne	5 ou 12	Namur
13/09/2009	10h00	Namur	5 ou 11	Namur
26/09/2009	15h30	Erpent	5 ou 10	Namur
03/10/2009	14h30	Jambes	10	Namur + Gauloise
11/10/2009	10h30	Flawinne	10	Namur
17/10/2009	14h00	Saint-Denis	12	Gauloise
24/10/2009	14h30	Floreffe	10	Namur

!! ATTENTION !!

*Si votre étiquette comporte un point rouge,
cela signifie que vous n'êtes pas en ordre
de cotisation.*

LE TRAIL DES VALLÉES DU CHEVALIER

LE 1ER MAI 2009

Et oui, comme vous devez déjà le savoir, sur les cendres du trail des Caracoles est né ce nouveau trail, grâce à l'investissement de quelques membres... par ailleurs para commando à Marche les dames.

Il y en a déjà pas mal parmi vous qui sont inscrits pour courir, il est encore possible de s'inscrire sur le trail découverte de 20 Kms et il reste quelques places sur le grand.

Mais pour que cette organisation puisse aussi être une réussite, nous avons besoin de quelques coups de mains pour organiser les ravitaillements et le bar, toutes les propositions sont les bienvenues

Merci de me contacter par mail à: alain.antoine@win.be ou par téléphone au: 081/21 34 02 ou 0478/82 43 08

À très bientôt

Alain

REFERENDUM pour le VOYAGE DU CLUB

Cette année, le comité fait appel à votre choix.

Voici les deux propositions:

-**Le samedi 22 août**, courses de 10 ou 20 km au Touquet (France). Les courses débutent à 16h.

-**Le dimanche 27 septembre**, courses de 8 , 14 ou 23 km à Raismes (France). Ces courses sont aussi appelées les courses des terrils. Elles débutent à 9h30.

Vérifiez vos agendas. Si vous avez une préférence pour une de ces courses, merci d'en faire part à Marie-Paule Foulon pour le 20 mars au plus tard. Votre avis est important, nous en tiendrons compte.

Pour communiquer votre choix:

081/745164 ou mariepaulefoulon@hotmail.com

Un bonjour d'Alain Trullemans...

En antarctique !!!



LA PRINTANIÈRE

VUE PAR ALAIN ANTOINE







VUE PAR MICHEL MAGNEE











Who's who du RCN



Nom	Arnould
Prénom	Sylvie
Anniversaire	21-06-1976
Domicile	Bouge
Surnom éventuel	
E-Mail	syl.2106@hotmail.com
Profession	Infirmière
Poids	59
Taille	163
Court depuis...	La « moitié » de mon âge
Autres sports	Fitness
Principales courses courues	Jogging de Namur, le marathon du Médoc, les challenges namurois
Meilleures perfs	Jogging Namur : 1h03' Premier marathon (Visé) : 3h44'
Meilleurs souvenirs	La 6000D Marathon du Médoc
Projet de courses	Semi ou marathon dans les îles françaises
Rêves de courses	Semi ou marathon dans les îles françaises
Plat préféré	Tartiflette
Boisson préférée	Le vin dans toutes ses couleurs
Film préféré	Dirty dancing
Devise	

Who's who du RCN



Nom	Arnould
Prénom	Jean-Luc
Anniversaire	03-02-1953
Domicile	Flawinne
Surnom éventuel	
E-Mail	jeanluc.arnould53@hotmail.com
Profession	Agent SNCB
Poids	80
Taille	183
Court depuis...	1987
Autres sports	
Principales courses courues	Marathon du Médoc (5x) Tour de Belgique (4x) Le semi Marseille-Cassis
Meilleures perfs	Bousval : 14.25 km en 59'50" Orbaix : 10 km en 37'45"
Meilleurs souvenirs	Sur une étape du Tour de Belgique, le lever de soleil dans les bois de Bastogne
Projet de courses	Faire quelques trails
Rêves de courses	Pouvoir courir encore quelques années
Plat préféré	Steak-frites + vin
Boisson préférée	Bière et vin
Film préféré	Films de Charles Bronson
Devise	Courir pour le plaisir, l'amusement

Who's who du RCN



Nom	Lambillion
Prénom	Andy
Anniversaire	01-01-1973
Domicile	Belgrade
Surnom éventuel	Didi
E-Mail	andylambillion@hotmail.com
Profession	Employé TEC
Poids	78
Taille	180
Court depuis...	2005
Autres sports	
Principales courses courues	Semi-marathon de Paris
Meilleures perfs	Jogging de Namur : 1h10'
Meilleurs souvenirs	Paris : le week-end du semi avec le Ben et son échasse d'or
Projet de courses	¼ de triathlon
Rêves de courses	Marathon de New-York
Plat préféré	Pâtes à toutes les sauces
Boisson préférée	Campari sur glace
Film préféré	Il était une fois la révolution
Devise	Ce qui ne nous tue pas, nous rend plus forts

Who's who du RCN



Nom	Lemineur
Prénom	Vincent
Anniversaire	26-06-1965
Domicile	Champion
Surnom éventuel	Oncle Picsou
E-Mail	vincent.lemineur@swing.be
Profession	Contrôleur de gestion
Poids	69
Taille	174
Court depuis...	13 ans
Autres sports	Football, volley-ball, cyclisme, athlétisme
Principales courses courues	Tour de Belgique (6 fois) Marathon (3 fois)
Meilleures perfs	Marathon : 3h06'20"
Meilleurs souvenirs	Tour de Belgique en 1997 4 jours de VTT avec Luc
Projet de courses	Marathon et trail
Rêves de courses	Triathlon
Plat préféré	Paëlla
Boisson préférée	Vin rouge
Film préféré	Top Gun
Devise	Never give up (n'abandonne jamais)

Who's who du RCN



Nom	Magnée
Prénom	Arnaud
Anniversaire	04-12-1997
Domicile	Floreffe
Surnom éventuel	Naunau
E-Mail	arnaud.magnee@hotmail.com
Profession	Ecolier
Poids	35
Taille	148
Court depuis...	2007
Autres sports	Athlétisme
Principales courses courues	Mini-trail de Gougnes Relais de la Fraise
Meilleures perfs	Vedrin
Meilleurs souvenirs	Mini-trail de Gougnes
Projet de courses	Faire un vrai trail avec maman
Rêves de courses	La Magnétoise
Plat préféré	Lasagne
Boisson préférée	Ice-tea jusqu'à ma 1 ^{ère} Orval
Film préféré	La boum
Devise	Quand je le dis, je le fais

DETECTION D'INTRUSION VIDEOSURVEILLANCE CONTROLE D'ACCES

Entreprise de sécurité agréée par le ministère de l'intérieur N°20 1449 01

www.eclipse.eu

ECLYPSE

0476/42.13.13

ECLYPSE - Laurent Van Look
Rue Edmond Tillieux 6 | 5022 COGNELEE
Tél. 081/21 56 33 | GSM 0476/42 13 13
www.eclipse.eu | info@eclipse.eu



Tout pour
le Jogging.
l'Athlétisme
et la Marche

CHAUSSURES • TEXTILE
ACCESSOIRES • SPIKES
NUTRITION

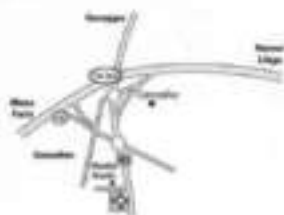
Spécialiste

- ◆ cardio-fréquencemètres
- ◆ appareils cardio-vasculaires
- ◆ tapis roulants
- ◆ électrostimulation

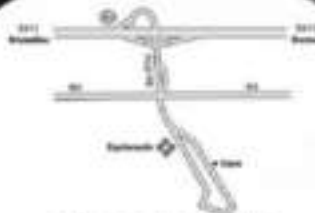
walk • run
jogging
www.joggingplus.com



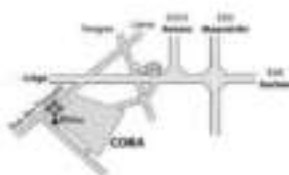
10, rue du Luxembourg
1000 BRUXELLES
02/511 11 70
bruxelles@joggingplus.com



8-10, rue des Binocroix
6041 GOSSELES (City Nord)
071/35 82 45
gosseles@joggingplus.com



Shopping l'Esplanade
10, place de l'Accueil
1348 LOUVAIN-LA-NEUVE
010/86 15 35
ln@joggingplus.com



153, rue d'Ans
4000 ROCOURT (Parking Cora)
04/361 36 55
rocourt@joggingplus.com

**Les membres du RCNamur bénéficient d'une remise
de 15 % sur tous les achats de chaussures et de textiles
et de 10 % sur les accessoires**