



FOOTING SYMPA

Allure modérée, Plaisir assuré,
Fournisseur de bien être...

CALENDRIER 2ème semestre 2009 - V4

www.footingsympa.com

courriel : contact@footingsympa.com

Jour	Date	Heure	Lieu	Information
Dimanche	28/06/2009	10h00	Laon - Kiosque à musique	126ème Footing Sympa
INFO				Vacances d'été du jeudi 2 juillet au mercredi 2 septembre 2009
Dimanche	05/07/2009	10h00	Piscine - Aulnois sous Laon	127ème Footing Sympa Spécial PISCINE. Apportez votre maillot de bain !
Vendredi	10/07/2009	19h45	Laon - Parking Jardiland	128ème Footing Sympa Nocturne
INFO COURSE	12/07/2009		Maily-Champagne (51)	Trail de Tordus
Dimanche	19/07/2009	9h30	Mairie - Bruyères & Montbérault	129ème Footing Sympa de l'été guidé par Jean-Pierre
Vendredi	24/07/2009	19h45	Laon - Parking du camping	130ème Footing Sympa Nocturne
Dimanche	26/07/2009	9h30	Laon - Tennis (côté SPA)	131ème Footing Sympa de l'été guidé par Christelle
Dimanche	02/08/2009	10h00	Laon - Kiosque à musique	132ème Footing Sympa
Vendredi	07/08/2009	19h45	Laon - Parking Jardiland	133ème Footing Sympa Nocturne
Dimanche	09/08/2009	9h30	Mons-en-Lannois	134ème Footing Sympa de l'été guidé par Laurent
Dimanche	16/08/2009	10h00	Laon - Kiosque à musique	135ème Footing Sympa
Vendredi	21/08/2009	19h45	Laon - Parking Piscine/Patinoire	136ème Footing Sympa Nocturne
Dimanche	23/08/2009	9h30	Couvron - Près du gymnase	137ème Footing Sympa de l'été guidé par Laurent
Dimanche	30/08/2009	10h00	Laon - Kiosque à musique	138ème Footing Sympa
Vendredi	04/09/2009	19h45	Laon - Kiosque à musique	139ème Footing Sympa Nocturne
Dimanche	13/09/2009	10h00	Laon - Kiosque à musique	140ème Footing Sympa
Samedi	19/09/2009		Cuirieux - Aisne	Le FOOTING SYMPA participe au 8ème Raid Multisports
Vendredi	25/09/2009	19h45	Laon - Kiosque à musique	141ème Footing Sympa Nocturne
INFO COURSE	04/10/2009		Sedan	88ème SEDAN-CHARLEVILLE
Vendredi	09/10/2009	19h45	Laon - Kiosque à musique	142ème Footing Sympa Nocturne
Dimanche	11/10/2009	16h00	Laon - Place de la mairie	Le FOOTING SYMPA participe au Circuit des Remparts
Vendredi	16/10/2009	19h45	Laon - Kiosque à musique	143ème Footing Sympa Nocturne
INFO COURSE	18/10/2009		Reims	Reims à toutes jambes 2009
INFO				Vacances de la Toussaint du samedi 24 octobre au jeudi 5 novembre 2009
Vendredi	30/10/2009	19h45	Laon - Kiosque à musique	144ème Footing Sympa Nocturne
Dimanche	01/11/2009	14h30	Coucy-les-Eppes - Aisne	Le FOOTING SYMPA participe à la Course de la Saint-Vallier - 10 km
Dimanche	08/11/2009	10h00	Laon - Piscine/Patinoire	145ème Footing Sympa de 10h00 à 11h00 Ensuite de 11h00 à 13h00, accès à la piscine, au sauna et au hammam Entrée tarif réduit (groupe)
Vendredi	13/11/2009	19h45	Laon - Kiosque à musique	146ème Footing Sympa Nocturne
Dimanche	22/11/2009	10h00	Laon - Kiosque à musique	147ème Footing Sympa
Samedi	05/12/2009	A préciser	Laon - A préciser	148ème Footing Sympa spécial TELETHON



FOOTING SYMPA

Allure modérée, Plaisir assuré,
Fournisseur de bien être...

CALENDRIER 2ème semestre 2009 - V4

www.footingsympa.com

courriel : contact@footingsympa.com

Jour	Date	Heure	Lieu	Information
Dimanche	13/12/2009	10h00	Laon - Piscine/Patinoire	149ème Footing Sympa de 10h00 à 11h00 Ensuite de 11h00 à 13H00, accès à la piscine, au sauna et au hammam Entrée tarif réduit (groupe)
Vendredi	18/12/2009	19h45	Laon - Kiosque à musique	150ème Footing Sympa Nocturne
Dimanche	27/12/2009	10h00	Laon - Kiosque à musique	151ème Footing Sympa
INFO				Vacances de Noël du samedi 19 décembre 2009 au lundi 4 janvier 2010
Jeudi	31/12/2009	20h30	Laon - Salle Gothique	3ème REVEILLON SYMPA Inscrivez-vous très vite... Places limitées !
EN ATTENDANT LES DATES DU FOOTING SYMPA DU PREMIER SEMESTRE 2010...				
Vendredi	01/01/2010	16h30	Laon - Parvis de la cathédrale	152ème Footing Sympa spécial Nouvelle année !

FOOTING SYMPA Ouvert à tous. Un concept, une ambiance... Une heure à allure modérée. Une seule règle : le groupe attend les plus lents...

EVENEMENT Le **FOOTING SYMPA / MECHANT** participe à des manifestations.

NOCTURNE Le **FOOTING SYMPA**, c'est aussi le soir !

footing méchant



Le **FOOTING MECHANT**, réservé aux coureurs "rapides".
Renseignez-vous sur www.footingsympa.com pour connaître les horaires et le lieu des entraînements.



Des **FOOTING SYMPA OFF** sont régulièrement organisés.
Connectez-vous sur l'agenda partagé sur le site
www.footingsympa.com !

ATTENTION ! Les **FOOTING SYMPA SPORTIF** sont des courses officielles. **Renseignez-vous auprès de l'organisateur pour les modalités d'inscription.**

footingsympa.com



footing méchant

