

Communiqué de presse

Je commence à courir... joggers...à vos marques!

Le Collège des Bourgmestres et Echevins, à l'initiative de Michaël Vander Mynsbrugge, Echevin des Sports, vous propose de participer au programme d'entraînement « Je commence à courir ». Fort de son succès en 2008, ce programme de dix semaines donne pour objectif aux joggeurs débutants de courir 5 km sans s'arrêter. Pour les joggeurs plus avertis, le service des sports propose le programme « 1 heure chrono » qui, in fine, vous permettra de courir pendant une heure sans vous arrêter.

Infos utiles:

Quand?

Deux fois par semaine (mardi – jeudi) à partir du 13 avril 2010 à 19h00.

Pour qui?

Toute personne souhaitant améliorer sa condition physique et pouvant se libérer deux fois par semaine pendant une demi-heure.

Où?

A l'intérieur et aux alentours du complexe sportif communal.

Info et inscriptions:

Bruno Schroeven, Fonctionnaire des Sports : tél. : 02/466.40.26 ou 02/465.83.46 –
bschroeven@1082berchem.irisnet.be

Commune de Berchem-Sainte-Agathe
Service Public Relations & Communications
jleux@1082berchem.irisnet.be

Michaël Vander Mynsbrugge
Echevins des Sports
GSM: 0477/32.02.23
