

## Mail Hebdo 19: du 29 mai au 23 juin 2024

Activités réservées aux membres Latitude Nordique en ordre de cotisation !  
Rejoignez -nous ! MARCHEZ, ça marche ! <https://www.latitude-nordique.com/>

Dimanche 2 Juin « Journée Sportive des ascenseurs de Thieu »

**24<sup>e</sup>**  
**JOURNÉE SPORTIVE**  
**DES ASCENSEURS DE THIEU**

**DIMANCHE**  
**2 JUIN 2024**  
**DÈS 7H30**

Une journée à vivre en famille ou entre amis, dans le cadre bucolique des Ascenseurs à bateaux, à travers la réserve naturelle de Thieu et le long du Canal du Centre.

**ACTIVITÉS**

- ✓ Course nature Friend's Running Tour
- ✓ Marche ADEPS
- ✓ Initiation à la marche nordique par Latitude Nordique
- ✓ Jogging enfants (100 à 1000 m)
- ✓ Bar et petite restauration
- ✓ Animations pour enfants

**www.jsaf.be**  
**0496/27.24.71**

Les bénéfices de la journée financeront un module de street workout à la Cité Léon Roland (Thieu)

Place Hardat à Thieu  
Autoroute E42 sortie 21A

Marche ADEPS 5,10,20km RDV à 9h place Hardat (rue St.Géry)7070 Thieu  
**Découverte gratuite de la marche nordique à 10h30 !**

Entraînements du 29 mai au 26 juin Tous les entraînements ont lieu de 18h30 à 20h

Mercredi 29 Mai St Denis RDV place de St. Denis 7034 Mons

**Du 3 au 17 juin inclus pas d'entraînements, ni de marche du dimanche !**

**REPRISE** Mercredi 19 juin RDV Thieu motorhome RDV rue du port de plaisance 7070

Lundi 24 juin Terril Albert I RDV Avenue Léopold III 7100 ST. Vaast

Mercredi 26 Juin Havré RDV rue du moulin d'Havré 7021 Havré

**INITIATION d'été dès le 22 juin : chaque cours dans un lieu différent !**  
infos-INSCRIPTIONS via le site LN <https://www.latitude-nordique.com>

## A VOS AGENDAS

\***Festival trail Semois** – Herbeumont 6 juillet 10,20,30 et 26 km

Les bénéfices de cette organisation seront reversés au profit de 2 organisations

La ligue belge de la sclérose en plaque et l'accueil familial Luxembourg

L'année dernière, nous étions 27 LN ! le bulletin inscription LN est en ligne!

**16 inscrits à ce jour**

\***Voyage d'un jour samedi 27 Juillet, nous irons à Monschau en Allemagne**

Départ en car de Mignault suivi de 2 randos 10km - 17km repas de fin de journée en ville

**17 inscrits à ce jour ...inscriptions en ligne via le site LN** <https://www.latitude-nordique.com>

**Merci et bravo pour votre participation aux activités LN**



**FESTIVAL TRAIL Semois** 16<sup>e</sup> Edition  
**6 juillet 2024**  
 HERSEBOLDON

**3 CANITRAILS**  
 9, 17 et 26 km

**4 TRAILS**  
 9, 17, 34 et 70 km  
 Courses enfants

**3 MARCHES**  
 10, 20 et 30 km  
 Nouveaux parcours à Randonnée sauvage de 26 km !

**Concerts gratuits** Mother Mercury (Cover de Queen) & Les Aduléchants + Soirée DJ

À partir de midi  
 Au soir sur réservation  
**Petite restauration Buffet BBQ**

Infos et inscriptions  
[www.festival-trail-semois.be](http://www.festival-trail-semois.be)

### Pour vos achats

**Up.run.trail.Walk** Grand rue 73 MONS 065/35 35 06

**We trail** :105 AV. du Marouset Braine le comte 0491 17 23 43

**O2 Max** : 83 avenue Paul Pastur 60321 Mont Sur Marchienne Tél: 071 51 93 95

**Born To Run** :Nivelles Rue Octave Grillaert 1, 1400 Nivelles **0477 35 68 16**

**TRAKKS Gosselies** Rue de la Pépinière 10, 6041 Charleroi **071 37 64 33**

**LATITUDE NORDIQUE** ASBL  
 Club de marche nordique

*Venez marcher avec nous  
 Dans les régions du Centre et de Mons*

Découvertes gratuites et initiations toute l'année.  
 Balades – Entraînements – Trails  
 Accessible à tous : sportifs ou non, pour tous les âges  
 Sous l'encadrement de **Maryline Gosselin**  
 Monitrice Diplômée AFBMN

INFO : 0495 16 35 87  
[Latitude-nordique.com](http://Latitude-nordique.com) [latitudenordique@gmail.com](mailto:latitudenordique@gmail.com)