

Secteur de Waremmme

ÉCHOS & NOUVELLES

Octobre 2024

Éditeur responsable : Alain HEBERT – Rue Chantraine, 14 – 4357 DONCEEL



Courges...fruits de saison

Sommaire :

- Cherche responsable cyclos - Notre revue...
- Vélo Relax en Limbourg - ULM
- Cinéma : « Les Petites Victoires »
- Créer un album photos
- Gym : trop de succès
- Le Petit Rapporteur
- Opérette - anniversaires - Salon du numérique
- Souvenir de marches
- Activités culturelles
- Activités sportives

Halte convivialité

Rue J. Wauters, 21
4300 WAREMME

Le vendredi de 9h30 à 11h30

Contacts : Maria : 019/54 48 51 - 0498/62 21 77

Guy : 019/54 57 49 - 0472/66 65 65
eneowaremme@gmail.com

Banque : BE 60 7925 4965 2370 de énéo asbl

Pour toutes informations complémentaires, la revue est disponible sur

<https://eneo-waremme.be/revues-mensuelles/>

Cyclos

Appel à candidature pour le remplacement du responsable de l'activité



Yves Nocquet, notre responsable actuel de l'activité cessera en fin d'année 2024 de diriger l'activité.

Nous faisons donc appel à une ou deux personnes qui pourraient prendre en charge cette responsabilité. Elles seront mises au courant de ce que cela implique par Yves et nous vous inviterons lors d'une réunion de notre bureau pour vous connaître et vous soutenir.

Cette activité ne pourra continuer si nous ne trouvons personne pour ce rôle et ce serait vraiment triste.

Renseignements : Yves Nocquet - Tél : 0471/73 74 16

Quand : Les mardi et jeudis à 13H30 et 3 niveaux : Petit tour/Grand tour/Super tour (plus de détails sur notre site et dans la dernière page de la revue).

Notre journal

Depuis des années, énéo Waremmes veut que ses membres soient au courant de l'actualité du secteur.

Pour ce faire, vous recevez, tous les mois, la revue ; « Joie et Espoir » par le passé, « Échos & Nouvelles » maintenant.

Les frais de ce journal ont toujours été pris en charge par énéo Waremmes, couverts en partie par les publicités.

Tout augmente de nos jours et si le coût d'impression du journal reste stable, Bpost vient d'augmenter ses tarifs (le coût mensuel est plus que doublé). Il n'est plus concevable de prendre en charge de tels montants.

Dès lors, à partir de janvier 2025, vous pourrez recevoir notre revue soit

- ❖ Par mail, merci dès lors de nous communiquer votre adresse mail
- ❖ Par la poste, moyennant le paiement d'un montant annuel de 10€. Ce montant sera à verser sur le compte BE60 7925 4965 2370 de énéo asbl, en mentionnant impérativement : « *Revue par la poste pour Mme. (Mr.) NOM prénom ou M. et Mme. NOM prénom NOM de jeune fille* » au plus tard pour le 10 décembre 2024

Vous recevrez la revue par la poste jusque janvier 2025. Après quoi, si vous n'avez pas pris position, il ne nous sera plus possible de vous envoyer la revue.

À découper et à remettre à Revolution Fitness

DÉCOUVREZ
REVOLUTION FITNESS
1 mois offert
*Uniquement valable aux membres énéo sans présentation de coupon.
Valable jusqu'au 31.12.24 pour toute inscription en ligne.
100% AVEC VOUS



QUALIAS

www.qualias-lgve.be

Matériel d'aide et de soins - Vente et location

Partenaire Mutualité chrétienne

Alleur (espace location) - avenue de l'Expansion, 16C - 4432 Alleur
04/21.20.16

Lontzen - rue Mitoyenne, 910 - 4710 - Lontzen - 087/88.17.15
(Vente) 087/22.88.08.16 (Location)

Sart-Tilman - Route du Condroz, 475 - 4031 - Angleur
04/367.15.15 (Vente) 04/27.08.80 (Aide à la mobilité)

Vélo Relax

entre nature, culture et convivialité sur les chemins du Hageland.



Le groupe "Vélo Relax" d'Énéo s'est réuni le mardi 24 août pour une journée complète à vélo sous une météo idéale. Cinq participants ont pris le départ à 10 heures pour un circuit surprise préparé par Jean-Pierre.

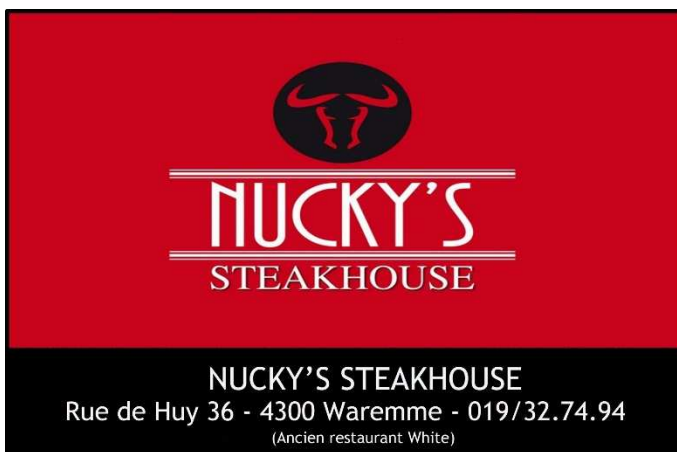
Au début, timides et sur des chemins connus, nous ne parlions pas beaucoup. Mais, après une dizaine de kilomètres, nous nous sommes arrêtés sur le site des tumuli de Vorseme pour boire et observer les panneaux didactiques rédigés en flamand que collectivement nous avons traduits. Quand nous avons repris la route, les langues se sont déliées et l'atmosphère s'est réchauffée avec la montée de la température. En haut d'une légère crête,

nous avons eu envie d'admirer le paysage et pour mieux nous situer, Liliane a sorti sa carte ; nous sommes passés à l'est de Landen vers la région naturelle du Hageland : Attenhoven, Neerlanden, Overhespen, leurs campagnes et leurs vergers de poiriers se laissent apprécier. Puis, nous avons fait connaissance avec la Grande Gette et sa vallée. Nous avons joué à saute-mouton avec cette petite rivière de 5 à 6 m de large serpentant dans sa vallée humide enveloppés des parfums des mûres, des sureaux et des noisetiers. Des milliers de fleurs de liseron bordent la piste cyclable, très roulante, qui nous a dévoilé de bien beaux paysages et c'est ainsi que nous sommes arrivés au Pays des Fous ou Ge(k)te Vallei sur la commune de Linter. C'est un sentier d'aventure sur un magnifique site naturel avec une belle infrastructure d'accueil des visiteurs : panneaux didactiques, jeux naturels (pont, poutres d'équilibre...), tour d'observation, barbecue, tables de pique-nique, toilettes sèches, zone de bivouac. De quoi découvrir la riche flore et faune locales dont le trésor est le triton à crête. Croyez-moi sur parole, parce que je ne l'ai pas vu !

Nous avons poursuivi notre itinéraire par le ravel de l'ancienne ligne 22 reliant Diest à Sint-Truiden et avons fait halte dans une gare reconvertie en « fietscafe ». Après un repas bienvenu et un bon verre, nous reprenons la route en direction de Zoutleeuw. Petit arrêt au rond-point d'information sur l'exploit réalisé par 3 jeunes gens en avril 1944 ; ils ont forcé l'arrêt d'un convoi à destination d'Auschwitz et permis la libération de 231 déportés !



Nous avons poursuivi vers Sint-Truiden que nous avons contourné par le sud en faisant un petit détour par Wilderen : mais malheureusement, la brasserie était fermée ! On a donc pris une boisson un peu plus loin. Nous en avons des choses à raconter !



Les kilomètres défilaient mais nous passions une excellente journée et nous sentions si peu la fatigue tant nous savourions ce si beau circuit où soleil et ombre étaient savamment répartis. Encore une halte près de Jeuk, là où un petit avion polonais a été abattu en 1965 pendant la guerre froide. J'y étais plus d'une fois passée sans le voir. C'est cela, le « Vélo relax » : de la promenade, de l'histoire, de la culture, des rencontres, des haltes, du partage, de la bonne humeur et du sport.
Merci Jean-Pierre pour cette belle journée.
Nous nous sommes quittés à 17 heures.

Liliane

Enquête de faisabilité

De tous les temps, l'homme a voulu voler...que ce soit Icare, les frères Montgolfier.

Énéo Waremmes ne veut pas rester en reste et se propose d'organiser une journée de « initiation au vol en ULM »

- ❖ Présentation des installations
- ❖ Présentation des divers modèles d'ULM
- ❖ Explication du déroulement d'un vol
- ❖ Vol de 30 minutes



Coût de l'activité : environs 70€, + possibilité de restauration sur demande.

Il est aussi possible de venir découvrir les installations et de manger sans voler.

La date sera précisée ultérieurement.

eneo.waremme@gmail.com ou 0472/66 65 65 (Guy)

Il va de soi que pareille organisation doit être méticuleusement préparée, et qu'il faut avoir une idée précise du nombre de participants. (nombre de vols, nombre de repas)

NB : pour des raisons de sécurité au décollage, le poids maximum autorisé par siège est de 100 kg.

Merci de votre collaboration.

Limont Blanc

Artisan glacier depuis 2006

LIMONT (4357) - rue de Remicourt, 72 - 019/33 24 37

WAREMME (4300) - rue Gustave Renier, 20 - 019/54 64 10

BRAIVES (4260) - chaussée de Tirlemont, 6A - 019/32 23 17

WWW.limontblanc.be - info@limontblanc.be

DVV
assurances

Lucienne DENA
019/58 82 86
lucienne.dena@dvv.be

Sophie AJDAR
019/58 82 86
sophie.ajdar@dvv.be

Philippe OLIVER
0478/60 02 44
Philippe.oliver@dvv.be

Michael OLIVIER
0478/77 87 95
Michael.olivier@dvv.be

L'expertise humaine
à vos côtés

ASSURHUY SRL
Rue du Hoy 83A
6100 Waremmes

Les petites victoires

Le mardi 8 octobre à 14h00

Cinéma Les Variétés | Avenue Edmond Leburton 39 - 4300 Waremme |



Film réalisé par Mélanie Auffret / COMÉDIE

Résumé : Entre ses obligations de maire et son rôle d'institutrice au sein du petit village de Kerguen, les journées d'Alice sont déjà bien remplies. L'arrivée dans sa classe d'Emile, un sexagénaire au caractère explosif, enfin décidé à apprendre à lire et à écrire, va rendre son quotidien ingérable. Surtout qu'Alice, qui n'avait rien vu venir, va devoir aussi sauver son village et son école...

INFORMATIONS PRATIQUES

- **Lieu :** Avenue Edmond Leburton 39, 4300 Waremme
- **Prix :** 7€ / 1,25€ Art27 (**PAS DE RÉSERVATION EN LIGNE**, le paiement se fait sur place, au cinéma Les Variétés)
- Goûter compris



FLEURANNE
Fleurs - Déco

rue Joseph Désir, 17
4350 Remicourt

contact:
04 250 25 79
www.fleuranne.be
fleuranne@skynet.be

 fleuranne

Ouvert:
du mardi au samedi de 9h à 18h
dimanche de 9h à 12h
fermé le lundi



La Goutte



Restaurant - Salle de banquet - Événement

Chaussée de Tirlemont, 16 - 4261 Latinne
Tel : 019/69.95.81
info@la-goutte.be www.la-goutte.be

Atelier de création d'un album photos



Comme annoncé, nous vous proposons un atelier pour vous aider à créer un album photos que vous pourrez commander pour impression. Il existe beaucoup de produits permettant de le faire, mais pour cet atelier nous utiliserons PIXUM (Logiciel 'Univers photo Pixum') qu'il faudra installer sur votre PC et qui vous permettra de travailler sans passer par Internet.

Pour pouvoir utiliser cette application, il faut savoir manipuler des fichiers et des dossiers sur votre PC car le classement des photos est très important. Il faut également savoir importer vos photos à partir de votre smartphone ou appareil photo.

Si vous n'êtes pas à l'aise avec ces manipulations, on organisera un atelier préliminaire pour vous aider à le faire en partant du principe que vous n'êtes pas débutant.

C'est pourquoi il faudra préciser lors de votre inscription si vous avez besoin de cet atelier préliminaire.

En effet, l'atelier sur la création de l'album se base sur une connaissance de ces manipulations de fichiers/dossiers. C'est pourquoi l'atelier préliminaire sera organisé en dehors de l'atelier de création d'album pour une question d'efficacité.

- **Lieu** : Salle polyvalente de la MC à Waremme (Rue J. Wauters 21)
- **Jours** : Mardi matin de 9h30 à 11h30
- **Durée** :
 - Atelier préliminaire : 2h00
 - Atelier de création d'album : 2h00
 - Suivi et finalisation de l'album que vous avez créé (facultatif) : Sera organisé un autre mardi suivant les demandes.
- **Dates** (sous réserve):
 - Atelier préliminaire : Mardi 15/10
 - Atelier de création d'album : Mardi 22/10
 - Suivi et finalisation : Mardi 29/10 ou le 5/11

D'autres dates seront proposées suivant le nombre d'inscrits et les demandes.

- **Prix** : 5,00€ par atelier
Le suivi et la finalisation sont compris.

Inscriptions : Alain : alain.hebert.be@gmail.com ou 0478/684 303

Le nombre d'inscrits est limité à 8-10 personnes !!!

HANNOSSET
SCHMIDT
le sur-mesure n'est plus un luxe
CUISINE - SALLE DE BAINS - RANGEMENT
Rue de Huy 155 - FAIMES (Viemme) - 019/32 21 13
www.hannosset.be

MC, avec vous pour la vie.
(Re)découvrez l'offre MC
Infos : Agence de Waremme, rue Joseph Wauters 21
04 221 74 00 • agences.liege@mc.be • mc.be/avec-vous
MUTUALITE CHRETIENNE

Du nouveau au cours de gymnastique du mercredi après-midi.

Gymnastique : ensemble de mouvements visant à renforcer la musculature, à tonifier les articulations, à améliorer la posture et la capacité respiratoire, à rééquilibrer le corps, à calmer le système nerveux et à donner de l'énergie

Matériel : ballon souple, élastique, manche de brosse et tapis, bouteille d'eau



Déroulement d'un cours

Le cours débute en douceur par des exercices d'échauffement. Cela augmente la température du corps pour plus d'efficacité et d'énergie.

Le professeur nous conseille pour réaliser les bons mouvements et garder une bonne respiration.

Les exercices proposés sont adaptés à nos capacités physiques et à notre rythme, Véronique nous propose de plus en plus d'exercices « Pilates » pour travailler les muscles profonds et/ou posturaux tout en améliorant la respiration.



Régulièrement, on fait une pause pour s'hydrater.

Nous terminons la séance par des étirements, ce qui nous évite les douleurs le lendemain.

Vu le nombre croissant de participants à ce cours, nous dédoublons le cours dès le mois d'octobre pour permettre à chacun d'avoir suffisamment d'espace pour se mouvoir.

❖ Le premier cours débutera à 13h15 jusqu'à 14h15.

❖ Le deuxième commencera à 14h30 jusqu'à 15h30.

Où ? au gymnase de l'école St Laurent

Que Bueno
—BAR-TAPAS—



Rue de la Goffe, 20/22 - 4000 Liège

04/222 91 74

Lundi et Mardi : fermé

Mercredi et jeudi : de 11h00 à 15h00 et de 18h00 à 21h00

Vendredi : de 11h00 à 15h00 et de 18h00 à 22h00

Samedi de 18h00 à 22h00

Dimanche: de 8h00 à 18h00

Sur place - À emporter

**CBC Huy-Waremme-
Hannut**

Grand'Place 8, 4280 Hannut

019 51 94 80 - hannut@cbc.be



Décider
d'avancer.

Le Petit Rapporteur



01/10/24	Vierset Barse	8,5 km	13h00	AMV
08/10/24	Heks	7,7 km	13h30	GD
	Cimetière - Heksiaan (+/- 600m de l'église direction Vechmaal)			
15/10/24	Spa	13,0 km	09h00	JMK
22/10/24	Embourg	10,0 km	13h00	MS
22/10/24	Hollogne-sur-Geer	6,6 km	13h30	GD
	Parking - place de la Liberté - Hollogne-sur-Geer			
29/10/24	Nieuwerkerken	9,9 km	13h00	LG
05/11/24	Moxhe	8,0 km	13h00	AMV
12/11/24	Otrange	6,7 km	13h30	GD
	« Entreprise Lucas David - rue du Pont 1 - Oreye			
19/11/24	Chaineux	8,0 km	13h00	MS
26/11/24	Abolens	8,1 km	13h00	LG
26/11/24	Grootloon	6,8 km	13h30	GD
	À proximité de « Servaeshoeve » Grootloonstraat, 101 - Grootloon			

Table de conversation anglais : 9 et 23/10 à 19h30

œnologie : le 15/10 à 19h30.

Lundi de rencontre : le 7/10 à 14h00.



Bonjour à tous.

Le bowling se porte bien, dans une ambiance chaleureuse et familiale.

Bienvenue aux nouveaux membres.

L'affiliation membre ENEO est à 9€, jusqu'à la fin décembre.



SUR RENDEZ-VOUS

LE MARDI
DE 8H À 17H

DU MERCREDI AU SAMEDI
DE 8H À 18H



WiFi

RUE DE HUY, 34
4300 WAREMME

019/54 64 44



Estimation gratuite!

Jérôme Coumont
Conseiller immobilier

0473 79 19 04
jerome.coumont@weinvest.be
www.weinvest.be

IP1 516 616



Amateurs d'opérette...

La saison « Trianon » reprend bientôt.

Le samedi 30 novembre, nous aurons la possibilité d'aller voir « Les Mousquetaires au Couvent » ; informations complètes dans la revue de novembre.

En ce mois d'octobre, fêteront leur anniversaire :

Eliane BERGER, Leonce BLAVIER, Dominique BONFOND, Madeleine BOURDON, Andrée CLAES, Jean Marie COLLINGS, Myriam DASSY, Anne-Marie DAVID, Carla DE JAGER, Jean Paul DECONINCK, Michel DELCOMINETTE, Hubert DESTEXHE, Hilde DOCKX, Arlette FALLAIS, Alain FRANCK, Marie Thérèse FURLAN, Andrée GILL, Simone GILQUIN, Ursula HUTZEL, Thierry JACOB, Jean-Marie KEVELAER, Denise LAMBERT, Marie Madeleine LAURENT, Gilbert LEBOUTTE, Christine LEBRUN, Gilbert LEONARD, Sabine LHOEST, Fabienne MARNETTE, Arthur MESTREZ, Camille MIGNOLET, Yves NOCQUET, Marc PEIGNEUX, Christine RAUW, Daniel SIMON, Marie TOMBAL, Benny VANDENSAVEL, Josiane VANDERLEYDEN, Chantal VERBEECK, Michel WILKIN

énéo Liège Centre

Salon Tremplin vers le numérique

QUAND LE DIGITAL DEVIENT AMICAL

Des solutions concrètes pour les aînés, des applications utiles au quotidien !

DES QUESTIONS SUR...

- Banque et administration en ligne,
- Smartphone,
- Arnaques,
- Intelligence Artificielle

Jeudi 14/11/2024
10h30-16h
Espace Prémontrés
GRATUIT

Un projet du Plan numérique de la Région Wallonne. Plan d'accompagnement financé par le SPW Fédération d'Agences de Régions.

Des solutions concrètes pour tous les aînés !

Salle Beaufort rez
Accès libre 10h30-16h

Nos stands

- ☐ Inscriptions
- ☐ Énéo c'est quoi ?
- ☐ On répond à toutes vos questions
- ☐ Découverte matériel numérique
- ☐ Le numérique, j'voudrais bien... mais j'peux point
- ☐ Média animation, que des solutions

Nos guichets

- ☐ Aide informatique tout terrain
- ☐ Testez Linux Zorin/remplacer Windows
- ☐ Ras-le-bol du numérique par le CIEP Comprendre et installer ItsMe
- ☐ Application mobilité TEC & SNCB

N'hésitez pas à venir avec votre smartphone ou tablette

Salle Notger 3ème étage Présentations

- ☐ Les arnaques 10h45 ou 13h30
- ☐ Applications smartphones indispensables 12h ou 14h45

3ème étage Tables de discussions

- ☐ Gestion de vos mots de passe
- ☐ Applications guidage randonnées
- ☐ Utiliser l'I.A. pour vous aider au quotidien
- ☐ Appis pour seniors : réservations en ligne, utilisation des QR Codes...
- ☐ Photos Smartphone : trucs et astuces
- ☐ Mymifin, Masanté, MyEbox, mon espace Wallonie
- ☐ WhatsApp, comment ça marche ?
- ☐ Découvrir MyPension.be

Espace Prémontrés
Rue des Prémontrés 40
4000 Liège
Accessible PMR
Accessible TEC 1-2-3-12
48-26-29-31-33-35
Parking UHODA
pompe à essence
Parking Aquarium
Rue Méan 24

Inscription souhaitée
Amenez votre lunch
04 221 74 46 - liege@eneo.be

GIÉLEN

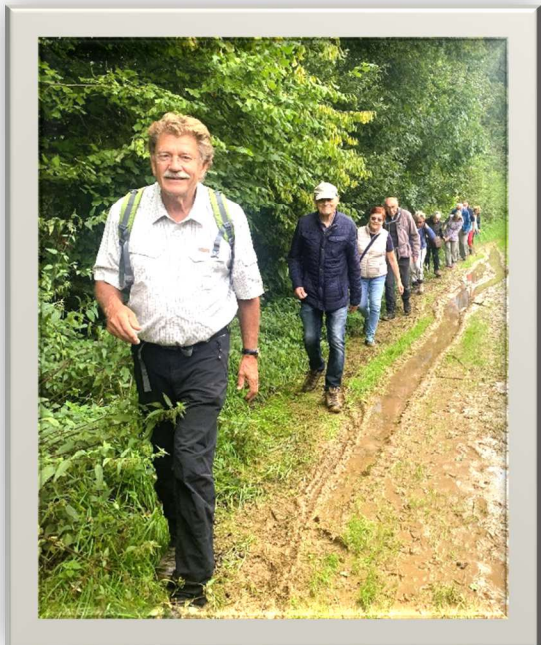
www.gielen-optique.be

Leonidas

Pralines pour diabétiques - Cafés
Produits du terroir (sirop, choco, miel...)

Avenue Reine Astrid 7/20 - 4300 - Waremme
019/32 57 47

Les marcheurs au Sart Tilman, à Scaigneaux, à Vrijhern, à Warnant Dreye



ACTIVITÉS CULTURELLES

Renseignements divers : Victor et Maria FRAIPONT - 019/54 48 51 - 0498/62 21 77

ATELIER « AQUARELLE »

Contact : Elisabeth SUMKAY - 019/33 24 55 - 0472/65 72 26 - elisabeth.stassen@skynet.be
Bernadette LIBIOUL - 0494/27 06 19 - blibioul@voo.be

Locaux de « Vie Féminine » - rue Edmond de Sélys Longchamps, 84 - Waremme

Les mardis de 13h15 à 16h00 et les mercredis de 9h15 à 12h00

EXCURSIONS

Contact : Francis GERMEYS - 019/54 49 27 - 0476/49 25 45

COURS D'ANGLAIS

Contact : Francis GERMEYS - 019/54 49 27 - 0476/49 25 45

Locaux M.C. - rue Joseph Wauters, 21 - Waremme (premier étage) - (*sauf vacances scolaires*)

Les vendredis de 13h30 à 15h00 : pour les « anciens »

de 15h15 à 16h45 : pour les « débutants »

CONFÉRENCES

Contact : Simonne FUMAL - 0473/58 19 24 - simonne.fumal@skynet.be

Passage9 (centre culturel) - place de l'École Moyenne, 9 - Waremme (salle des douches)

Réservation exclusivement : 019/33 90 94 (mardis de 14h00 à 16h30 et vendredis de 9h00 à 12h30)
www.passage9.be/billetterie

CYBER-CLUB

Contacts : Guy Debras - 019/54 57 49 - 0472/66 65 65

Alain HEBERT - 0478/68 43 03

Pierre RENARD - 0498/42 36 07

Philippe BLEUS - 0496/04 99 36

Locaux M.C. - rue Joseph Wauters, 21 - Waremme (premier étage)

Dépannage : sur RDV, lors de la permanence du vendredi matin ou à domicile.

TABLETTES & SMARTPHONES

Contact : Alain HEBERT - 0478/68 43 03

Locaux M.C. - rue Joseph Wauters, 21 - Waremme (premier étage)

Les participants doivent venir avec leur matériel

CENOLOGIE

Contacts : Victor FRAIPONT - 019/54 48 51 - 0476/64 47 52

Emile HAUTECLER - 019/32 29 06 - 0477/31 22 49

Locaux M.C. - rue Joseph Wauters, 21 - Waremme (premier étage)

Le 3^{ème} mardi du mois de 19h30 à 22h00

CARTES

Contacts : Emile HAUTECLER - 019/32 29 06 - 0477/31 22 49

Pierre BINET - 0485/82 06 27

Tennis Club du Longchamps - chez Sardou - rue des Prés, 65 - Waremme

Les jeudis de 19h30 à 22h00 (*whist et belote*)

LUNDIS DE RENCONTRE

Contacts : Jean-Marie HANSOULLE - 0470/21 39 84

Maria TERNIER - 019/54 48 51 - 0498/62 21 77

Camille MIGNOLET - 0470/11 29 59

Locaux M.C. - rue Joseph Wauters, 21 - Waremme (premier étage)

Le 1^{er} lundi du mois de 14h00 à 16h00

TABLES DE CONVERSATION

Anglais : les 2^{ème} et 4^{ème} mercredis du mois de 19h30 à 21h30

Contacts : Victor FRAIPONT - 019/54 48 51

Locaux M.C. - rue Joseph Wauters, 21 - Waremme (premier étage)

Italien : les 1^{er} et 3^{ème} mardis du mois de 15h00 à 17h00

Contacts : Nathalie MASSIN 019/32 81 03

Locaux M.C. - rue Joseph Wauters, 21 - Waremme (premier étage)

GÉNÉALOGIE

Contact : Nathalie MASSIN - 019/32 81 03

Locaux M.C. - rue Joseph Wauters, 21 - Waremme (premier étage)

Le 2^{ème} lundi du mois (sauf férié) de 13h30 à 16h30

SORTIES CINÉMA

Contact : Simonne FUMAL - 0473/58 19 24 - simonne.fumal@skynet.be



ACTIVITÉS SPORTIVES

MARCHE « Découverte du milieu »

Contact : Jacques MARIN - 0478/40 47 12

Départ : parking du terrain de football - rue des Prés - Waremme

GYMNASTIQUE

Contact : Marie-Claire HENNEN - 019/32 65 41 (de préférence en soirée)

Hall sportif de l'Institut Saint-Laurent

Entrée : rue Ernest Malvaux

Les mercredis de 14h15 à 15h15 (sauf vacances scolaires)

GYM SOFT

Contact : Marie-Josée BADA - 019/56 78 83 - 0473/80 23 58

Salle « Les Érables » - avenue des Érables - Waremme

Les mardis de 9h15 à 10h15 (sauf vacances scolaires)

BOWLING

Contacts : Andréa TERNIER - 0499/17 51 70 - andreatern@hotmail.com

Début des parties : 15h00 précises.

S'pace - chaussée Romaine, 238 - Waremme

ZUMBA GOLD

Contacts : Carla de JAGER - 0476/88 64 51

Jacqueline DUBOIS - 0475/93 72 29

Salle des Sports de l'Athénée Royal « Le Chaville »

Entrée : par la rue du Tram (à pied), rue du Fond d'Or ou Avenue Émile Vandervelde

Les mercredis de 15h40 à 16h40 (sauf vacances scolaires)

Les vendredis de 16h15 à 17h15 (sauf vacances scolaires)

CYCLOS

Contacts : Emile HAUTECLER - 019/32 29 06 - e.hauteclerc@hotmail.com

Yves NOCQUET - 019/32 57 95 - yves.nocquet@skynet.be

Lucien PETRY - 0474/78 12 94 - lucris3@hotmail.com

RDV parking du Hall Omnisports, rue des Prés, 43 à Waremme les mardis et jeudis à 13h30

PT/Petit TOUR : de 30 à 55 kms, à une vitesse de 19 à 21 km/h maximum

GT/Grand TOUR : de 40 à 75 kms, à une vitesse de 21 à 23 km/h maximum.

ST/Super TOUR : de 50 à 90 kms, à une vitesse de 24 à 26 km/h maximum.

Port du casque obligatoire

VÉLO PROMENADE

Contacts : Jules NOMERANGE - 019/32 50 56 - 0475/75 55 66

Jean-Marie MULLENDER - 019/56 78 83 - 0474/60 86 42

Les lundis à 13h00

Départ du parking du terrain de football, rue des Prés - Waremme

Circuits de 30 à 40km maximum à allure modérée (+/- 15km/h)

Port du casque obligatoire