



Secteur de Waremme

ÉCHOS & NOUVELLES

Février 2026

BUREAU DE DEPOT
4300 WAREMME

BELGIE - BELGIQUE

PB - PP

9/1906
P001030



N'oubliez pas de faire sauter les crêpes !

Sommaire :

- ❖ La GYM fête la fin d'année
- ❖ Généalogie : bilan 2025, janvier 2026
- ❖ Cléopâtre ... à Liège
- ❖ AG 2026 et dîner en mars
- ❖ « Partir un jour » : ciné-débat
- ❖ « Rêve de valse » au Trianon
- ❖ Formulaire santé
- ❖ Le Petit Rapporteur
- ❖ Activités culturelles
- ❖ Activités sportives

Halte convivialité

Rue J. Wauters, 21
4300 WAREMME

Le vendredi de 9h30 à 11h30

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

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

eneo.waremme@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/>



ÉnéoSport Gymnastique

Une fin d'année tout en rythme et en douceurs !



Ce mercredi 17 décembre le dernier rendez-vous de l'année a pris des airs de fête. Pour clore cette saison en beauté, tous les membres de la gymnastique se sont réunis pour un cours commun exceptionnel.

Sport, sourires et bonnets de Noël !

L'ambiance était donnée dès l'entrée en salle : c'est sur une playlist entraînante de chants de Noël, et arborant fièrement les accessoires de rigueur - bonnets rouges et touches festives - que nous avons enchaîné les exercices. La séance s'est déroulée dans cette bonne humeur communicative qui caractérise si bien notre groupe, comme en témoignent les clichés joyeux pris durant l'effort !

Un moment de partage gourmand

Après avoir bien bougé, nous avons pris la direction du réfectoire de l'école Saint-Laurent pour prolonger ce plaisir d'être ensemble. Autour du traditionnel verre de l'amitié et de savoureux cougnous, le temps s'est arrêté pour laisser place aux échanges et aux rires. Ces moments de retrouvailles sont précieux : ils permettent de bavarder librement et de tisser des liens qui vont bien au-delà de la pratique sportive.



Cap sur la nouvelle année !

C'est avec le cœur joyeux que nous nous sommes quittés, non sans nous être souhaité de lumineuses fêtes de fin d'année auprès de ceux qui nous sont chers. Nous nous sommes séparés avec une belle promesse : celle de nous retrouver très bientôt pour engranger, ensemble, de nouveaux souvenirs inoubliables.

Envie de nous rejoindre ? Vous souhaitez allier forme physique et convivialité ? Nos cours reprendront dès le mois de janvier dans une ambiance toujours aussi accueillante. N'hésitez pas à venir pousser la porte de notre salle pour une séance d'essai, vous serez les bienvenus !

Liliane - 0498 34 02 91



La Généalogie : bilan 2025 et début 2026

En 2025 le groupe Généalogie a continué sa **progression** en accueillant des **nouveaux** au même rythme que l'année précédente soit un de plus tous les deux ou trois mois en moyenne.

Plusieurs de nos membres ont réalisé un petit exposé historique ou culturel qu'ils nous ont présenté avec des photos sur grand écran. Activité toujours très appréciée du public avide de culture que nous sommes. Et tout au long de l'année partage d'expériences, de livres,

d'adresses de sites utiles, et aussi entraide pour la lecture d'actes anciens (latin, paléographie) ou l'utilisation des arbres en ligne ..., le tout dans une atmosphère conviviale.

Mais le point d'orgue de l'année restera sans doute notre visite au merveilleux **musée d'Eben** : un voyage dans le passé rendu si vivant par notre guide et propriétaire des lieux, Freddy Close.

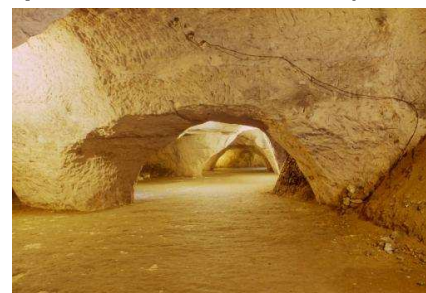
2026 a déjà commencé en force en **janvier** avec, non pas un, mais **deux exposés** très intéressants.



Le premier sur une Française, **Virginie Breton (1859 - 1935)**, peintre « de genre », réaliste, très douée aux multiples récompenses, rares pour les femmes à cette époque. En plus d'une carrière prolifique, elle se battit pour la reconnaissance de la place des femmes dans les Beaux-Arts, fonda l'École de peinture de Wissant avec son mari Adrien Demont, peintre lui aussi, et accueillit de nombreux artistes dans leur grande maison face à la mer.

Le deuxième nous fit connaître le **curé Maricq**, frère d'un ancêtre, qui se cacha pendant 17 ans dans les **grottes** (anciennes carrières romaines) de **Folx-les-Caves** à l'époque de la Révolution française. Sa tête était mise à prix, car il

n'avait pas voulu prêter le serment d'allégeance à la République. Il échappa ainsi à la répression et vécut ensuite encore de nombreuses années.



Intéressé par l'histoire, la géographie, la sociologie ou les statistiques ? Rejoignez notre sympathique équipe ! Réunion une fois par mois, le deuxième lundi de 13h45 à 16h30.

Nathalie Massin 019 32 81 03.

MANGEZ BON

LES DELICES DE JONA

SAIN & LOCAL

TRAITEUR
Livraison de repas
à domicile
0498/06 85 28



Rue Ernest Malvoz, 36
4300 - Waremmé

MC, avec vous pour la vie.

(Re)découvrez l'offre MC



Infos : Agence de Waremmé, rue Joseph Wauters 21
04 221 74 00 • agences.liege@mc.be • mc.be/avec-vous



EXCURSION À LIÈGE : CLÉOPÂTRE LE MARDI 03/03/2026



Cet hiver, Europa Expo (www.europaexpo.be), à la gare de Liège-Guillemins, embarque les visiteurs pour un voyage dans le temps et la découverte de la vérité derrière la légende de Cléopâtre.

Attention : le nombre est limité à 15 personnes. Ne tardez pas à vous inscrire !

Matin :

- rendez-vous à **9h35 à la gare de Waremme** si vous le voulez. Merci de prendre votre ticket. (Ticket senior en heures creuses : 6€60. Départ du train à 9h50 - voie 1). Pour ceux qui se rendent à Liège par leurs propres moyens, rendez-vous devant l'entrée de l'expo à 10h45 ;
- 11h : visite libre de l'expo (les guides sont hors de prix) - durée : environ 1 heure 30.

Dîner pour ceux qui le veulent :

Au **Grand Café de la Gare** (dans la gare) où nous sommes déjà allés.

Plat A : boulets liégeois, frites, salade

Plat B : vol-au-vent, frites, salade

Dessert : mousse au chocolat.

La **visite** seule coûte 15€.

Le **dîner** - sans les boissons - est de 35€.

La somme est à verser avant le 15/02/26 sur le compte **BE 94 7320 6310 4514 d'ENEO Excursions** en mentionnant le(les) **nom(s)** du(des) participant(s) et en précisant le **choix du plat** (A ou B) si vous participez au dîner.

Prochaine excursion

Ceci correspond à l'excursion de février, mais le 26/02 tombe pendant un congé scolaire. Il risquait donc d'y avoir beaucoup de monde ! Fin mars nous reprendrons nos excursions en car.

Francis GERMEYS (0476/49.25.45 - francis.germeys@skynet.be)

Leonidas

Pralines pour diabétiques - Cafés

Produits du terroir (sirop, choco, miel...)

Avenue Reine Astrid 7/20 - 4300 - Waremme

019/32 57 47



NUCKY'S STEAKHOUSE

NUCKY'S STEAKHOUSE

Rue de Huy 36 - 4300 Waremme - 019/32.74.94

(Ancien restaurant White)

Assemblée générale de 2026 suivie du repas annuel

Cette année nous organisons notre assemblée générale « normale » et elle est adressée à tous nos membres ! C'est l'occasion de découvrir « la bonne santé » d'Enéo Waremmes.

Nous vous proposons donc de nous réunir au “**Vieux Noyer**” à Fexhe-le-Haut-Clocher, comme l'année passée puisque nous avons été enchantés par la qualité offerte.

Quand ? Dimanche 22 mars à 11h30.

Déroulement :

- Pour votre info : on y présentera quelques données et chiffres sur la vie de notre secteur et c'est la raison pour laquelle nous vous demandons d'être présents à 11h30.
- Pour vos papilles : après notre petite présentation, nous pourrons nous installer pour nous rassasier.

Au menu :

- ❖ Apéritif + mises en bouche
- ❖ Entrée : Pavé de saumon fumé et brûlé au chalumeau, fenouil confit, espuma d'agrumes
- ❖ Plat : Volaille jaune, sauce aux champignons, légumes racines caramélisés
- ❖ Dessert : Parfait glacé aux pépites de violettes et zestes de lime, coulis d'agrumes
- ❖ Et les boissons qui accompagnent : apéro - softs - bière - vins - café - pousse-café

Le prix de ce repas est fixé à **55€** par personne, Enéo prenant à sa charge la différence de prix.

Inscription et paiement obligatoires pour le samedi 8 mars au plus tard !

Le paiement doit se faire sur le compte **BE60 7925 4965 2370** de **énéo asbl** en reprenant en communication : “**Repas AG**” suivi de votre **nom/prénom** et le **nombre** de personnes.

L'inscription ne sera prise en compte que lorsque le paiement sera reçu !

Vous pouvez aussi contacter une des personnes ci-après pour vous préinscrire :

- Alain Hébert - 0478 68 43 03
- Simonne Fumal - 0473 58 19 24
- Guy Debras - 0472 66 65 65



Ciné -débat aux Variétés mardi 10 février à 14h



« **Partir un jour** », film musical français coécrit et réalisé par Amélie Bonnin, sorti en 2025.

Cécile, enceinte, s'est fait connaître comme cheffe cuisinier en participant à l'émission de télévision Top Chef, et prépare, avec son compagnon et adjoint en cuisine, l'ouverture d'un restaurant gastronomique. Mais elle se voit contrainte de quitter Paris et de retourner temporairement dans son village d'enfance et dans le restaurant routier tenu par ses parents, à la suite d'un infarctus de son père. Durant son séjour dans ce village natal, elle croise Raphaël, son amour de jeunesse.

La diffusion sera suivie d'un **débat** (30 minutes) autour du sujet de **la vocation**. Ou comment nos choix professionnels dialoguent avec nos racines, nos rencontres et nos renoncements.

En collaboration avec Passage9, le centre culturel de Waremmes, réservations sur leur site.

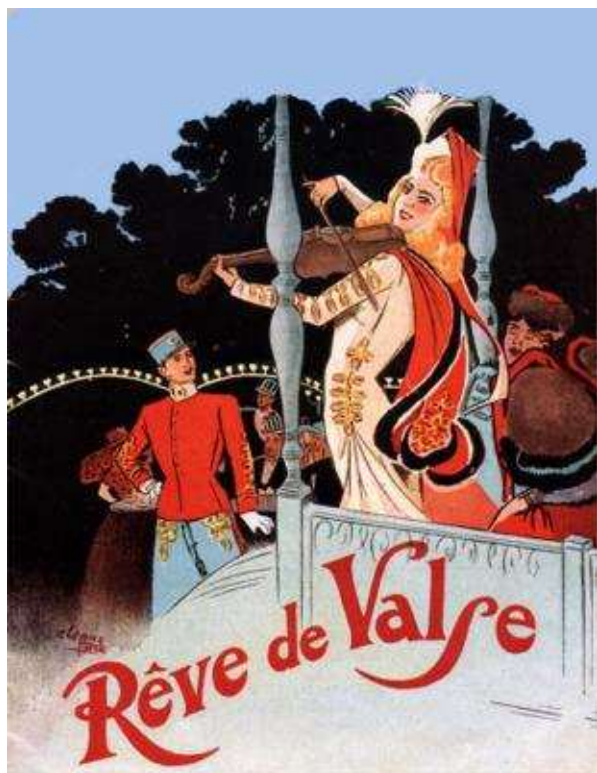
INFORMATIONS PRATIQUES :

- Date et heure : Mardi 10 février à 14h
- Lieu : Cinéma Les Variétés - Avenue Edmond Leburton 39, 4300 Waremmes
- Prix : 7€ - 1,25€ Art.27



SAMEDI 14 MARS : TRIANON - « RÊVE DE VALSE »

Une opérette d'Oscar Straus en trois actes sur un livret, de 1910, de Léon Xanrof et Jules Chancel pour la version française.



Le 2 mars 1907, par la grâce de son *Rêve de Valse*, Oscar Straus était consacré comme le véritable héritier des rois de la valse.

L'opérette tient les promesses du titre. La valse y domine, ardente, capricieuse, s'affirmant dans une merveilleuse joie de vivre.

Tout le monde connaît l'aventure de cet officier français devenu prince consort de la Snobie par son mariage avec Hélène, princesse héritière. Mais cette Cour est ennuyeuse et guindée pour Maurice de Fontségur, habitué à la gaieté et au charme de Paris ! Aussi, malgré l'amour que lui porte sa jeune épouse, il fuira le palais pour aller, en joyeux célibataire, applaudir les musiciennes de la ravissante Franz.

Une tendre idylle naît entre les deux jeunes gens, idylle bien vite interrompue par l'arrivée inopinée de tous les grands dignitaires de la Cour.

La tendre Franz comprend alors son devoir, et trouvant dans la musique une douce consolation, elle réunira dans une dernière valse les jeunes époux.

Prix de la séance + transport en car : 42 €

Inscription et paiement pour le 1er mars

sur le compte BE60 7925 4965 2370 de énéo asbl avec la communication « Trianon »

Renseignement : Simonne Fumal - 0473/58 19 24

HORAIRE DU CAR : parking « Broze » à 13h15



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



SUR RENDEZ-VOUS

LE MARDI
DE 8H À 17H

DU MERCREDI AU SAMEDI
DE 8H À 18H



RUE DE HUY, 34
4300 WAREMME

019/54 64 44

Formulaire-santé « pour une pratique du sport en toute sécurité »

La pratique régulière d'une activité physique ou sportive est reconnue unanimement comme un élément bénéfique pour la santé. Néanmoins, le sport doit être pratiqué dans de bonnes conditions et en toute sécurité pour ne pas entraîner d'accident. **Votre santé vous appartient, il vous revient d'adopter une pratique sportive adaptée à votre condition physique et à vos capacités.** Être à l'écoute de son corps et prendre les précautions nécessaires est essentiel pour faire du sport un allié durable de votre bien-être.

ÉnéoSport vous recommande d'analyser avec votre médecin traitant si, le cas échéant, la pratique des disciplines que vous envisagez doit être adaptée à votre état de santé. Pour vous aider dans cette démarche, nous vous proposons de compléter l'auto-questionnaire ci-dessous, élaboré par la commission technique d'énéoSport et sous avis médicaux. Ce questionnaire ne se veut pas exhaustif à tous les facteurs de risque. Si vous hésitez quant à la réponse à donner, n'hésitez pas à en parler à votre médecin traitant.

Une réponse positive à une ou plusieurs questions devrait vous inciter à une consultation médicale préalable.

Recommandations en matière de santé destinées aux membres des cercles énéoSport

1.	Votre médecin vous a-t-il déjà dit que vous souffriez d'une maladie de longue durée. Par exemple, une maladie cardiaque, vasculaire, pulmonaire, neurologique ou rénale)	OUI - NON
2.	Dans le même contexte, votre médecin vous a-t-il déjà prescrit des médicaments pour ce type de maladies de longue durée ?	OUI - NON
3.	Votre pratique sportive a-t-elle été interrompue pour des raisons de santé durant les douze derniers mois ?	OUI - NON
4.	Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée avant l'âge de 50 ans ?	OUI - NON
5.	Avez-vous ressenti les sensations suivantes au cours des douze derniers mois ? <i>Exemple de symptômes qui pourraient attirer votre attention : douleur de la poitrine, pertes d'équilibre/ de connaissance, malaise, étourdissement, manque de force, fatigue excessive, difficultés respiratoires, douleurs musculo-squelettiques, etc.</i>	OUI - NON
6.	Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	OUI - NON

Ce document est personnel. Il peut être partagé avec un médecin si vous le jugez utile. Si pour une raison ou l'autre, l'activité sportive envisagée garde des zones d'ombre, parlez-en à l'animateur d'énéoSport de cette activité.



Quelques conseils élémentaires pour une pratique du sport en toute sécurité (édités par le Club des Cardiologues du Sport)

1. Je signale à mon médecin toute douleur dans la poitrine ou essoufflement anormal survenant à l'effort*
2. Je signale à mon médecin toute palpitation cardiaque survenant à l'effort ou juste après l'effort*
3. Je signale à mon médecin tout malaise survenant à l'effort ou juste après l'effort*
4. Je respecte toujours un échauffement et une récupération de 10 min lors de mes activités sportives
5. Je bois 3 à 4 gorgées d'eau toutes les 30 min d'exercice pendant ma pratique sportive
6. J'évite les activités intenses par des températures extérieures $< - 5^{\circ}$ ou $> +30^{\circ}$ et lors des pics de pollution
7. Je ne fume pas, en tout cas jamais dans les 2 heures qui précèdent ou suivent ma pratique sportive
8. Je ne consomme jamais de substance dopante et j'évite l'automédication en général
9. Je ne fais pas de sport intense si j'ai de la fièvre, ni dans les 8 jours qui suivent un épisode grippal (fièvre + courbatures)

** Quels que soient mon âge, mes niveaux d'entraînement et de performance, ou les résultats d'un précédent bilan cardiologique.*

Nous attirons votre attention sur le fait que tout symptôme apparaissant à l'effort ou tout changement de votre état de santé qui modifierait vos réponses au questionnaire qui précède doit faire l'objet d'une visite chez votre médecin traitant ou chez un médecin du sport diplômé avant de poursuivre l'activité sportive.

Le Petit Rapporteur



03/02/2026	Villers le Bouillet	7 km	13h	L.G.
10/02/2026	Hornebos	5 et 8km	13h30	W.L.
	Altenastraat 41, Bovelingen			
17/02/2026	Moha	7,3km	13h	J.M.K.
24/02/2026	Antheit	8km	13h	E.V.
03/03/2026	Kerkom	8km	13h	L.G.
10/03/2026	Bevingen	6,8km	13h30	J.M.K
	Eglise de Bevingen, Bevingen Centrum, Sint truiden			
17/03/2026	Tongeren	9,4km	13h	M.S.
	Beukenberg			
24/03/2026	Tourinne	10km	13h	A.B.
31/03/2026	Opheers	5 et 8km	13h30	W.L.
	Opheersstraat 81, Heers			
07/04/2026	Stree	10km	13h	A.M.V.

Généalogie : lundi 9 février de 13h45 à 16h30

En ce mois de février, fêteront leur anniversaire : Willy BEELEN, Verena BELLIS, Renée CASTRO SALGUERO, Magda DANNEELS, Anne Marie DORMAL, Jeanine DUBOIS, Jacqueline GALLOY, Pierre GARNIER, Marie-Claire HELLAS, Véronique HENIN, Viviane HICTER, Joseph HOMBROEK, Joseph HUMBLET, Joseph JEANFILS, Ronny LALOUS, Marie-Christine LAUREN, Bernadette LIBIOUL, Paula MALBROUCK, Marie-Luce MARTIN, Julien MESTDAGT, Eloi MEUNIER, Mary Laure MORRENNE, Françoise NOSSENT, Juliette PALLLEN, Jean Marie PEEREBOOM, Lucie PIRE, Joëlle PIRNAY, Josiane RENARD, Monique RENARD, Marie-Josée RIGOT, Marie-Thérèse SEPULCRE, Daniel SIMAR, Joelle SION, Benjamin STERKENDRIES, Elisabeth SUMKAY, Pascal TAMBURRINI, Andréa TERNIER, Maria TERNIER, Clément TIMMERMANS CASTRO, Anne VANDERCAM, Stéphania VANDERGETEN et Marcelle WILMAR

Renouvellement des cotisations pour 2026



Vous pouvez, dès à présent, payer votre affiliation pour 2026 ; le montant à verser est de 20€ soit 18€ de cotisation + 2€ de frais administratifs.

Pour rappel, ceci vous permet de bénéficier de l'assurance et vous donne droit à participer à toutes les activités organisées par énéo, quel que soit le secteur organisateur.

Ce montant est à verser sur le compte BE60 7925 4965 2370 de Énéo ASBL avec la mention **impérativement** : « cotisation de Nom Prénom ».

Si vous avez un point rouge, sur l'étiquette d'envoi de la revue, c'est parce que nous n'avons pas encore reçu votre cotisation 2026.

ACTIVITÉS CULTURELLES

Renseignements divers : Maria TERNIER - 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 - libioulberna@gmail.com
Locaux de « Vie Féminine » - rue Edmond de Sélys Longchamps, 84 - Waremmes
Les mardis de 13h15 à 16h00 et les mercredis de 9h15 à 12h00

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

CONFÉRENCES

Contact : Simonne FUMAL - 0473/58 19 24 - simonne.fumal@skynet.be
Passage9 (centre culturel) - place de l'École Moyenne, 9 - Waremmes (salle des douches)
Réservation exclusivement : 019/33 90 94 (mardis de 14h00 à 16h30 et vendredis de 9h00 à 12h30)
www.passage9.be/billetterie

COURS D'ANGLAIS

Contact : Francis GERMEYS - 019/54 49 27 - 0476/49 25 45
Locaux M.C. - rue Joseph Wauters, 21 - Waremmes (premier étage) - (*sauf vacances scolaires*)
Les vendredis de 13h30 à 15h00 : pour les « anciens »
de 15h15 à 16h45 : pour les « débutants »

CYBER-CLUB

Contacts : Guy Debras - 019/54 57 49 - 0472/66 65 65
Alain HEBERT - 0478/68 43 03
Philippe BLEUS - 0496/04 99 36
Pierre RENARD - 0498/42 36 07
Locaux M.C. - rue Joseph Wauters, 21 - Waremmes (premier étage)
Dépannage : sur RDV, lors de la permanence du vendredi matin ou à domicile.

EXCURSIONS

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

GÉNÉALOGIE

Contact : Nathalie MASSIN - 019/32 81 03
Locaux M.C. - rue Joseph Wauters, 21 - Waremmes (premier étage)
Le 2^{ème} lundi du mois (sauf férié) de 13h45 à 16h30

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 - Waremmes (premier étage)
Le 1^{er} lundi du mois de 14h00 à 16h00

GENOLOGIE

Contacts : Philippe URBAIN - 0474/01 68 04 - urbainbill@gmail.com
Victor FRAIPONT - 0498/62 21 77 - mayaternier@gmail.com
Emile HAUTECLER - 019/32 29 06 - 0477//31 22 49 - e.hautecler@hotmail.com
Locaux M.C. - rue Joseph Wauters, 21 - Waremmes (premier étage)
Le 3^{ème} mardi du mois de 19h30 à 22h00

TABLES DE CONVERSATION

Anglais : les 2^{ème} et 4^{ème} mercredis du mois de 19h30 à 21h30
Contacts : Victor FRAIPONT - 0498/62 21 77
Locaux M.C. - rue Joseph Wauters, 21 - Waremmes (premier étage)

THÉÂTRE

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

ACTIVITÉS SPORTIVES



BOWLING

Contacts : Andréa TERNIER - 0499/17 51 70 - andreatern@hotmail.com
Début des parties : jeudi 15h00 précises.
S'pace - chaussée Romaine, 238 - Waremmé

GYMNASTIQUE

Contacts : Liliane STASSE - 0498/34 02 91 - liliane.stasse@gmail.com
 Brigitte LECONTE - 0476/36 07 57 - brigitteceulemans@skynet.be
 Marie-Claire HENNEN - 019/32 65 41 (de préférence en soirée)
Hall sportif de l'Institut Saint-Laurent
Entrée : rue Ernest Malvoz
Les mercredis de 13h15 à 14h15 et de 14h30 à 15h30 (sauf vacances scolaires)

GYM DOUCE

Contact : Marie-Josée BADA - 019/56 78 83 - 0473/80 23 58
 Rosa TAMMA - 0485/95 16 78
Salle « Les Érables » - avenue des Érables - Waremmé
Les mardis de 9h00 à 10h00 (sauf vacances scolaires)

MARCHE « Découverte du milieu »

Contact : Eddy VAELEN - 0472/70 50 00
Départ : parking du terrain de football - rue des Prés - Waremmé

VÉLO CYCLO

Contacts : Dominique BONFOND - 0494/98 55 49 - dbonfond@skynet.be
 Marcelle MROWKA - 0488/58 14 76 - marcelle.mrowka@gmail.com
 Jean Marie COLLINGS - 0476/50 27 60 - jeanmariecollings@hotmail.com
 Lucien PETRY - 0474/78 12 94 - lucris3@hotmail.com
RDV parking du Hall Omnisports, rue des Prés, 43 à Waremmé les jeudis à 13h30

VÉLO PROMENADE

Contacts : Jules NOMERANGE - 019/32 50 56 - 0475/75 55 66
 Nicole MATERNE - 0498//36 73 18
 Erich COLLIENNE - 0496/50 36 92
Les lundis à 13h00
Départ du parking du terrain de football, rue des Prés - Waremmé
Circuits de 30 à 40 km maximum à allure modérée (+/- 15 km/h)
Port du casque obligatoire

VÉLO RELAX

Contact : Jean-Pierre DUPRIEZ - 0474/46 82 90
Les mardis à 13h30

YOGA pour seniors

Contact : Jean-Pierre DUPRIEZ - 0474/46 82 90
Les mardis de 10h00 à 11h00
Centre sportif « Les Templiers », rue des Templiers, 23 - Donceel

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 : Avenue Émile Vandervelde
Les mercredis de 15h40 à 16h40 (sauf vacances scolaires)
Les vendredis de 15h40 à 16h40 (sauf vacances scolaires)