

### Où ?

Rendez-vous au centre sportif Centre Sportif de Neder-Over-Heembeek.

Centre Sportif de Neder-Over-Heembeek  
Petit Chemin Vert, 99  
1120 Bruxelles (Neder-Over-Heembeek)

Afficher [Les Lendemain De La Veille \(Les L.D.L.V.\)](#) sur une carte plus grande

### Quand ?

Rendez-vous tous les mercredis à 19h30.

Après l'entraînement, vers 21h, nous nous retrouvons tous au "club-house" (Chaussée de Vilvorde, 172 à 1120 Bruxelles) pour manger un spaghetti et discuter autour *d'un* verre...

### Quoi ?

Deux parcours sont prévus avec divers "raccourcis" et des retours pour aller rechercher les derniers coureurs afin de courir un maximum ensemble.

- Le tour d'hiver (12km)
- Le tour d'été (14km)

Afficher [Parcours course à pied](#) sur une carte plus grande