| Challenge OLI EQUIPMENT 2019 | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| # | Date | Heure: | Course | Localisation | Distances | | | Challenge | Particularités |
| 1 | dimanche 10 février 2019 | 10:00 | CC Runing Day | Erquennes | 10 km | 6 km | | BDHP | |
| 2 | dimanche 17 mars 2019 | 10:00 | Foulées de la Rouge Fontaine | Baudour | 12 km | 6 km | | DEFI13 / VDSH | **Points si maillot Amijogg'run 2019** |
| 3 | vendredi 24 mai 2019 | 20:00 | 26ème Ronde des Tortues Meslinoises | Meslin-l'-Êveque | 11 km | 5 km | | DEFI13 | |
| 4 | dimanche 30 juin 2019 | 10:00 | Step & Run | Fayt-Le-Franc | 10 km | 5 km | | BDHP | |
| 5 | dimanche 14 juillet 2019 | 10:00 | Les parcs en balade | Lombise | 14 km | 6 km | | DEFI13 | |
| 6 | samedi 10 août 2019 | 15:00 | Jogging Théodosien | Thiseusies | 11 km | 5 km | | VDSH | |
| 7 | samedi 31 août 2019 | 18:00 | La Quaregnonnaise | Quaregnon | 10 km | 5 km | | DEFI13 | |
| 8 | dimanche 15 septembre 2019 | 10:00 | Semi-Marathon de Nivelles | Nivelles | 21 km | 12 km | 5 km | | *** |
| 9 | vendredi 20 septembre 2019 | 19:30 | La corrida Wasmuelloise | Wasmuel | 9 km | 6 km | | BDHP | |
| 10 | dimanche 29 septembre 2019 | 10:30 | Les Dragonnades | Obourg | 10 km | 5 km | | DEFI13 | **Double points** |
| 11 | samedi 26 octobre 2019 | 15:00 | Jogging de Pâturages | Pâturages | 11 km | 5 km | | DEFI13 | |
| 12 | samedi 9 novembre 2019 | 15:00 | Jogging du Coeur | Blaugies | 14 km | 7 km | | DEFI13 | |
| 13 | dimanche 1 décembre 2019 | 10:00 | La quievrainnoise | Quiévrechain (FR) | 10 km | 5 km | | DEFI13 / VDSH | |
| 14 | dimanche 8 décembre 2019 | 10:00 | Foulées des Sartis | Hensies | 11 km | 6 km | | BDHP | |

| Courses conseillées (Hors challenge): | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| # | dimanche 31 mars 2019 | 10:00 | Semi-marathon de Mons | Mons | 21 km | 10 km | 5 km | | **Maillot Amijogg'run 2019 conseillé** |
| # | mercredi 1 mai 2019 | 10:00 | 20km de Maroilles | Maroilles | 20 km | | | | |
| # | dimanche 5 mai 2019 | 10:00 / 10:15 | Semi-marathon de L'ourse | Saint-Ghislain | 21 km | 10 km | 5 km | | |
| # | dimanche 23 juin 2019 | 10:00 | Trail Gourmand | Petit-Dour | 18 km | 12 km | | | |

| | |
|---|---|
| *** | 5 et 10 Km -->système de cotation habituel |
| | 21km --> points identiques pour tous (point le plus haut du 10km+1 point) |

| | |
|---|---|
| **BDHP** | Challenge des belles du haut pays |
| **VDSH** | Challenge Val de Sambre/Hainaut |
| **Defi 13** | Challenge Défi 13 |
| **HAINAUT** | Challenge Province de Hainaut |