

RUNNING PASSION

Saison 2019 Janvier

Numéro 11

Réunion Bureau

La réunion de bureau a eu lieu le 9 Janvier 2019. Vous trouverez le compte-rendu dans l'espace « membres » du site. La prochaine réunion se tiendra le 13 février 2019.

Entraînements

Suite au test du 22 décembre (13 coureurs y ont participé), la préparation aux différentes courses a débuté. Rendez-vous tous les samedis à 9h00 au stade. Préparation pour le 10 km, le semi, ou le marathon.

En parallèle, l'atelier de Lahoucine a toujours lieu le samedi matin à 9h30 sur la piste si le temps le permet, ou à l'abri derrière l'espace Monmartreau au stade en cas de mauvais temps. Vous y serez accueilli avec un grand sourire !

Pour le mois de Janvier et Février, la sortie du dimanche matin débutera à 9h30.

Courses

5 et 10 km de Foëcy

Le 17 février aura lieu la traditionnelle reprise des courses hors stade à Foëcy. Si vous désirez y participer, envoyez-moi votre candidature. Je procéderai à une inscription groupée.

L'Ekiden d'Avord

Le club souhaite une participation massive à l'Ekiden d'Avord qui aura lieu le 17 mars.

Envoyez-moi vos candidatures et dans quelle équipe vous souhaitez courrir (par catégorie d'âge, de sexe...) j'essaierai en fonction des inscriptions de réaliser vos souhaits.

Dates importantes

•••

Journée galette 27 janvier 2019

Sortie associative 12 ou 19 mai 2019

Sortie Club

Les couleurs de l'association seront présentes à la Tranche sur mer le 30 et 31 mars. 19 adhérents participeront soit à :

- Un trail nocturne de 16 km
- Une marche de 7 km
- Un trail de 8, 13 ou 22 km

Equipements

La commande des équipements (43 articles) suit son cours. La livraison devrait avoir lieu le 31 janvier ou le 1^{er} février. La distribution se fera dans la continuité.

Divers

A ce jour, un certain nombre d'adhérents n'ont plus leurs certificats médicaux à jour. Si vous souhaitez profiter des inscriptions groupées, envoyez le moi.

Vous avez tous reçu le mail de Caroline, n'hésitez pas à exprimer vos talents de musicien et/ou de chanteur à :

atmosphere_asso@yahoo.fr

Caroline se fera un plaisir de vous répondre.

Dates à retenir

Présentation de la saison 2019 autour d'une petite collation et de la traditionnelle galette le **dimanche 27 janvier** à 16h00 à l'**espace Monmartreau** au stade Alfred Depège.

Les courses des prochains mois dans le Cher



Championnats départementaux de cross du cher à Crézancy en Sancerre le 13 / 01

Foulées de la St Martin à Vierzon le 09/02