



Bonjour à toutes et à tous

Grand week-end de course pour GET60CLAIROIX !

Aurélie et Tiphaine ont ouvert les festivités avec les 10 km de la Serpentine samedi après-midi. Très galante, la pluie avait cessé pour la course. Elles ont même eu un peu chaud, le terrain était idéal dixit les intéressées. Félicitations mesdames.

Puis quelques heures après Didier partait pour 18 km en participant à l'éco trail de Paris dans la forêt de Meudon. Didier parfait sa préparation pour le prochain marathon de Paris. Bravo à toi, Didier.

Aujourd'hui dimanche, les courses attendues des Printanières.

Pascal, Cyrille et Julie ont pris le départ des 10 km, et sont arrivés très contents de leur temps. Bravo à vous !

Philippe et Caroline étaient inscrits sur le semi-marathon. Philippe, le routard du bitume, est un habitué de la distance. Je demande un roulement de tambour et un concert de trompettes pour Caro, qui courait son premier semi-marathon ! En terminant en 2 heures et quelques minutes, c'est un véritable exploit sportif ! Applaudissements fournis SVP !

Nous terminons ces résultats sur la grosse distance, celle qui fait mal aux pieds, aux jambes, aux hanches, aux fessiers, aux (Je vous fais grâce de l'ensemble du schéma corporel !), le MARATHON ! Je vous demande donc une standing ovation, un clapping plus sonore que celui des Islandais lors de l'Euro 2016 pour **Luc** ! En effet Luc a terminé son premier marathon ! C'est un véritable exploit puisqu'il a bouclé l'épreuve en 4h45 ! Il a surmonté de nombreuses difficultés : m'accompagner pendant le premier semi ! Poursuivre ensuite pendant 7 km sur un terrain identique aux montagnes russes avec leurs montées cassantes et leurs descentes qui entament le physique. Prendre le mur au niveau du 34^{ème} km. Nous supporter Florence et moi lorsque nous l'avons rejoint et ceci jusqu'à la ligne d'arrivée ! Enfin surtout Florence car perso je n'étais plus très fraîche et pour une fois je ne parlais plus (si si cela arrive !). Nous avons terminé tous les 3 avec Christine qui s'est jointe à nous pour le dernier tour de piste sous les ovations de Julie qui est restée après son 10 km pour nous voir arriver. Une belle aventure courue en groupe avec un esprit solidaire.

Personnellement je voudrais remercier Alex que certaines et certains connaissent puisqu'elle a fait partie de notre association et qui est venue courir avec nous les derniers kilomètres. Julie, Christine, Florence, je vous suis très reconnaissante de m'avoir accompagnée lors de mes sorties courtes ou longues alors que je m'entraînais. Bravant le froid, la pluie, le vent, vous avez été à mes côtés. Merci les filles. Une pensée particulière pour Christine qui s'est blessée il y a quelques jours et n'a pu participer aujourd'hui alors qu'elle était prête. Cependant elle a suivi ce marathon en nous retrouvant régulièrement sur le parcours. Christine nous aurons d'autres occasions, c'est certain. Et un très grand merci

pour Florence qui a parfaitement joué son rôle de d'« impact player ». Florence m'a soutenue, encouragée, rassurée, fait rire (avec sa blague du léopard, pas facile à comprendre je l'avoue, j'ai eu besoin d'un peu d'aide !) lors de ces 12 km passés ensemble et qui m'ont permis de terminer ses 42 km et quelques mètres.

Je n'ai pas calculé le nombre de km parcouru ce week-end mais je peux assurer que le compteur s'est affolé !

Passons aux news de la semaine : je vous rappelle que mercredi nous n'aurons pas PPG puisque ce sont les mises à l'honneur par la mairie de Clairoix. Je vous donne donc rendez-vous à 19h00 dans la salle habituelle pour applaudir nos deux mises à l'honneur.

Dimanche prochain, nous serons nombreux à la Tribu'Run, nous verrons mercredi pour le covoiturage. Attention ce sera le week-end du changement d'horaire.

Encore un grand bravo à toutes les sportives, tous les sportifs, et un grand merci à toutes celles et ceux qui les ont encouragés. Nous passons le relais à Manu notre super trailer qui s'élancera sur le Trail des tranchées à Verdun dimanche prochain. Bonne course à toi, Manu, Bon courage pour l'intendance et suivi de la course, Claire !

Bonne semaine à vous, à mercredi.

Nathalie



Serpentine 2017



Eco trail de Paris

Marathon de Compiègne



Merci Alex pour les photos !



Plus que, heu ENCORE
2 km !



L'arrivée est proche !