



Newsletter N°81 du 15/10/2017

Bonjour à toutes et à tous,

Tout d'abord je souhaite la bienvenue aux nouvelles et nouveaux adhérent(e)s de GET60 CLAIROIX. Nous étions encore plus de 30 mercredi dernier.

Je remets le compteur à jour pour le week-end dernier car Léa a couru le 12 km de la Compiégnoise et Daniel a participé au nocturne de Chelle de 12 km le 7 octobre. Nous étions donc à 201 km avec ce dimanche.

Ce week-end placé sous le Soleil a été un « gros » week-end. En effet nous étions 11 à participer au Run in Reims. Manu et Olivier (nouvel adhérent) ont couru le marathon. Julie, Caroline, Eric, Luc, Cyrille, notre champion Philippe alias « Semelles qui chauffent » et moi le semi-marathon. Nos deux championnes Valérie et Martine, ont malgré la chaleur, bouclé leur 10 km. Félicitations à toutes et tous et aussi aux accompagnateurs. Une pensée spéciale pour Christine qui a suivi à pieds car blessée et Pascal qui circulait en fauteuil avec son pied dans le plâtre mais qui auraient dû prendre le départ avec nous. Aussi 241,390 km de plus au compteur après ces courses !

Comme nous l'a annoncé Thomas, il ne sera plus présent qu'un mercredi sur deux. Une recherche de solution est en cours.

Pour ce mercredi en fonction de l'avancée des recherches de coach, nous aurons soit une séance de PPG, soit une séance nocturne de course dans le mont Ganelon. Pensez à prendre votre lampe frontale. Possibilité de marche pour celles qui ne courent pas.

Je vous envoie un mail dès que j'en sais plus.

Bonne semaine. A mercredi

Nathalie

Quelques photos des courses du Run in Reims.

Envoyez-moi vos photos du week-end. Merci.



Apéritif et dîner sur la terrasse du gîte avec vue sur Epernay illuminée et les vignes. Champagne pour tous !



L'arche de départ



Une partie de l'équipe du semi. Cyrille et Luc étaient dans un autre sas.



Cyrille et Luc



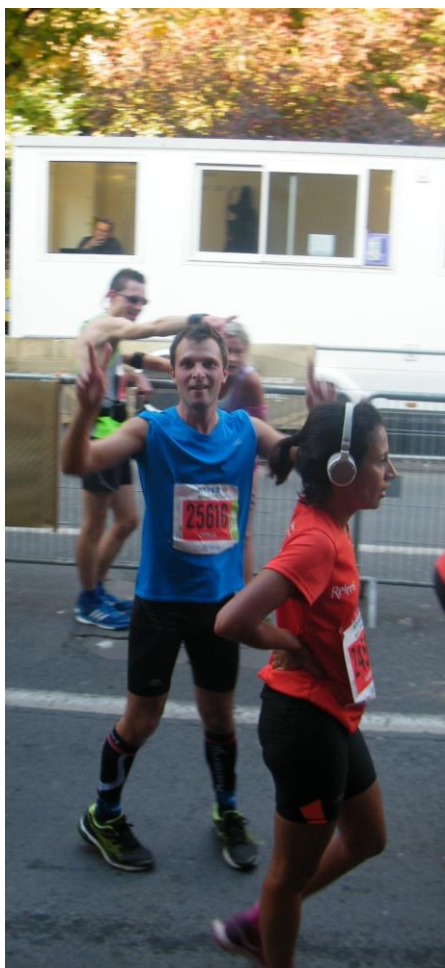
Bécassin et Bécassine



Julie et Phiphi le champion
qui attaque dans les côtes
alias « Semelles qui
chauffent » !



Nos championnes du 10 km



Très belle performance pour Cyrille !

Les autres photos sur <https://drive.google.com/open?id=0BwZYO8MW1ExLMmdnbnR2N3RjeGs>