



### Ce mois-ci

- **Les anniversaires**

Ce sont toutes et tous nos ami(e)s. Pensez à leur souhaiter un bon anniversaire.

- **Un bon programme**

Courir en décembre...

- **Réunions de bureau**

Depuis le mois d'octobre...

- **Des résultats**

Vous avez couru...

Sous le sapin...

Noël approche à grands pas et même si c'est avant tout la fête des enfants, cela peut être aussi l'occasion de s'équiper ou renouveler ces bonnes paires de running que vous avez usées pour la bonne cause et sur de bonnes courses. C'est également la fête du partage et ce qui me vient à l'esprit, c'est d'abord le partage de vos résultats. Chacun à sa mesure, avec ses moyens, ses ambitions a permis de rêver et nous conforte dans le plaisir que nous avons à courir. Alors, continuez à vous inscrire, à courir et n'oubliez pas de partager ces moments.



### L'Hivernale

A l'heure où paraîtra cette lettre d'informations, nous serons en pleine effervescence, inquiets ou confiants, mais en tout cas soulagés d'avoir pu organiser cette course.

C'est l'occasion de remercier toutes celles et ceux qui se sont impliqués dans la préparation et la mise en place, sans oublier les bons conseils de ceux qui nous ont précédés, et particulièrement Manu et Denis.

Cette course est assurément la marque de fabrique du club, il était, il est et il sera important de la maintenir. Cela ne se peut que grâce à vous toutes et tous.



### Transquar 2.0

Cette année encore, la mairie n'a pas pu organiser la traditionnelle course entre les quartiers de la ville. Toutefois, pour pallier cette absence, elle a proposé une version off à laquelle chacune et chacun pouvait participer entre le 16 octobre et le 6 novembre. L'objectif était de réaliser le parcours en s'appuyant sur une application via un smartphone.

Dans un esprit de convivialité et sans objectif de performances, c'est en compagnie du club Respirons ensemble que nous avons couru le dimanche 31 octobre.

Même si des soucis techniques ont été constatés, cela reste une bonne expérience et la mairie nous a remercié de notre participation au cours d'une remise de récompenses.





### Anniversaires

- Jean-Luc WIART  
le 18 décembre
- Sandrine GUILLEMANT  
Le 25 décembre
- Tony LENTINI  
le 30 décembre



### Un bon programme

Courir en décembre, c'est encore possible :

- Le 4, Téléthon à Compiègne
- Le 11, l'Orrynight à Orry la Ville
- Le 12, corrida de Noël à Saint-Just en Chaussée
- Le 12, le trail de Senlis
- Le 18, la 1418 Noctrail à Noyon

Plus d'informations sur :  
<https://adeorun.com/evenements>

### Un an de plus ?

Le saviez-vous ?

A compter du 1<sup>er</sup> novembre de chaque année, les catégories d'âge évoluent.

Consultez le tableau pour savoir à quelle catégorie vous appartenez :

<https://acabeauvais.jimdofree.com>

Rubrique « Formalités »



### Résultats

En novembre, il semble que ce soit l'appel de la mer qui vous ait motivés. C'est en effet à Deauville, Nantes et La Rochelle que vous avez.. couru (non, pas nagé !) :

- Marathon de **Deauville** : Francis qui se classe à la 2<sup>ème</sup> place de sa catégorie (M5) et Régis qui collectionne les marathons, le 121<sup>ème</sup>, série en cours.
- Semi-marathon de **Deauville** : Isabelle et Franck ont aussi ressenti l'appel du large et ont dignement représenté notre club
- Semi-marathon de **Nantes** : sur le pont de Nantes, ce n'est pas au bal qu'Hélène allait danser mais bien courir !
- Marathon de **La Rochelle** : eh bien oui, c'est encore Régis qui a conclu son 122<sup>ème</sup> marathon ! Que dire de plus ? Bravo
- Marathon du **Beaujolais** : ce n'est pas l'appel de l'eau mais n'allez pas croire qu'il y allait pour courir après une bouteille ! Bravo Yannick
- 1<sup>ère</sup> course nature de **Blacourt** : Anne, Frédéric, Patrick, Agostinho, Michele et Hervé ont « étrenné » cette nouvelle épreuve bien sympathique.
- Dans le noir, mais éclairés par la volonté de courir, Catherine et Denis ont participé au **trail des Allumés**



### Réunions de bureau

Depuis le mois d'octobre, nous avons ouvert les réunions de bureau à celles et ceux qui souhaitent participer à la vie du club autrement qu'en courant lors des entraînements hebdomadaires et apporter ainsi leurs idées, leurs remarques. La prochaine aura lieu le 13 décembre, 18 H salle de St Just des Marais.

