



Ce mois-ci

- **Les anniversaires**

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

- **Au programme**

Les courses...

- **Vous avez couru**

Au cours de la dernière saison...

- **Sortie du club**

Votre choix...

Au programme

Les courses inscrites au calendrier sont consultables en téléchargeant le fichier prévisionnel que vous trouverez sur le site :

<https://acabeauvais.com>

rubrique « Calendriers »

Pour toutes ces courses, nous vous conseillons si le lien direct n'est pas précisé, de vous rendre sur le site Adeorun

<https://adeorun.com/evenements>

où vous trouverez toutes les informations



Un retour... attendu ?

Une Assemblée Générale, c'est le moment des bilans. Bilan moral, bilan d'activités, bilan financier, tout ceci s'articule presque dans la routine, dans une forme de ronronnement somme toute compréhensible.

C'est pourtant aussi l'occasion d'échanger plus largement, d'exprimer son contentement ou à contrario, ses réserves ou plus ce qui serait tout à fait concevable et légitime.

Ce vendredi 20 octobre, nous nous sommes donc retrouvés et j'ai pu vous présenter ces bilans que vous avez bien voulu toutes et tous, approuver.

Un point particulier a été abordé sur le sujet de la communication. Au-delà des échanges brefs et instantanés que nous permettent les messageries (SMS, WhatsApp), j'ai apprécié d'entendre des avis positifs sur la nécessité de disposer d'une vitrine sur le web et aussi de maintenir une forme d'actualité via la parution d'une lettre d'information.

Le nom d'accès au site est désormais simplifié et devient simplement « acabeauvais.com ». À mettre dans vos favoris sur votre navigateur web !

La lettre d'information reprend quant à elle du service, avec la simple ambition de maintenir le lien avec vous. Et n'oubliez pas que vos idées sont les bienvenues.

Merci

L'Assemblée Générale est aussi l'occasion pour les adhérents de désigner les membres qui constitueront le bureau.

Certains choisissent d'y rester, d'autres préfèrent laisser leur place et au final ce sont vos votes qui déterminent celles ou ceux qui, pour une nouvelle année, essaieront de maintenir l'organisation, d'apporter de nouvelles idées, de trouver des solutions à d'éventuels problèmes.

Cette année, Anne et Patrick n'ont pas souhaité continuer au sein du bureau, mais bien entendu, il ne leur en est fait nul grief et au contraire nous les remercions vivement pour leur engagement.





Anniversaires

- Ephidia RICKLIN
le 1^{er} novembre
- Alain PODEVIN
le 09 novembre

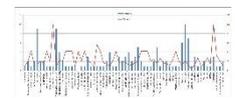
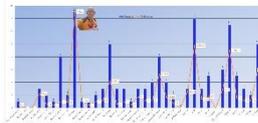


Vous avez couru

Au cours de la dernière saison, vous avez toutes et tous couru. Nous essayons de faire les comptes de vos activités et, sans établir de classements, nous vous proposons deux graphiques synthétisant votre saison. Ces graphiques sont disponibles sur le site officiel, à la rubrique '[Statistiques](#)'.

Pour la saison 2022-2023, en fonction des **résultats qui nous sont connus**, ce sont 3 069,5 kilomètres que vous avez cumulés, avec bien sûr une mention spéciale à Régis pour le total de kilomètres et une autre à Catherine et Denis pour le nombre de leurs engagements. Le deuxième tableau recense les courses auxquelles vous avez participé, toujours sous réserve d'avoir eu connaissance de vos engagements. Pour cette saison, nous trouvons 64 courses déclarées.

Bravo à vous toutes et tous.



Sortie du club

L'Assemblée Générale vous a donné la possibilité d'exprimer votre choix pour la prochaine sortie « officielle » du club en 2024. Camille, Chabane et Fred se sont réunis et ont retenu 6 courses présentant chacune de l'intérêt.

- Trail des Aubins
- Trail des Gros Chênes
- Trail des Lavoirs
- Trail de la ligne rouge
- Trail national de la Côte d'Opale
- Ultra baie

Le dépouillement des votes a permis de retenir le trail national de la Côte d'Opale comme but de notre sortie annuelle, les 7 et 8 septembre 2024. Nous aurons bien entendu l'occasion de revenir sur l'organisation de cette sortie, mais notez d'ores et déjà cette date.



Sécurité

Voir et être vu !

Les jours raccourcissent mais cela ne nous empêche pas de courir. Cependant, il est important de le faire en toute sécurité et c'est pourquoi nous vous recommandons fortement de vous équiper de dispositif d'éclairage. Lampe frontale, lampe pectorale, vêtements avec bandes réfléchissantes, à vous de choisir.

