



Ce mois-ci

- **Les anniversaires**

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

- **Bilan des courses**

Le mois de mai...

- **Au programme**

Courir en juin...



Mettre un pied devant l'autre 🦶 , recommencer
🦶 , encore... et encore 🦶. Avancer, marcher,
courir ! voilà la finalité de notre adhésion. Un pas,
des pas sans les compter ni ménager sa peine.
Comme le disait Raymond Devos, certains courent
au plus pressé 🤪 , courent après la gloire 🏆 , les
honneurs et souvent à leur perte 🤔 .

Mais nous, nous courons, à Beauvais d'abord 😊 ,
mais bien sûr pour le plaisir et dans la convivialité.
Pendant les entraînements, ou bien engagés sur
des courses, au cours de sorties « off », nous
partageons ces moments qui bien des fois se
prolongent et se terminent dans la bonne humeur,
le verre levé à l'amitié.

Alors, gardons longtemps, gardons toujours , cet
état d'esprit et que vive ainsi l'ACA Beauvais.



Pique-nique

Juin, c'est le mois qui nous voit
traditionnellement réunis pour partager
quelques victuailles au cours d'un pique-nique
champêtre. Nous vous donnons donc rendez-
vous le 20 juin autour du stade de Fouquénies
après un entraînement allégé.





SOU

Anniversaires

- Séverine BYTEBIER
le 10 juin
- Christine GAUDENCIO
le 23 juin



Au programme

Courir en juin :

- Le 1, les **Foulées de la Rue** à Beauvais
- Le 1, les **Foulées de l'Ardente** à Vineuil Saint-Firmin
- Le 9, le **Trail de Fleurines** à Fleurines
- Le 9, les **Foulées de Boissy-Fresnoy** à Boissy-Fresnoy
- Le 15, le **Trail des Adrets** à Chevrières
- Le 30, le **Trail du Bois des Côtes**, à Bailleval
- Le 30, les **6 Heures d'Esquennoy**, à Esquennoy
- Le 23, la **Jules Verne** à Amiens
- Le 23, **Trail des Évoissons** à Guizancourt

Bilan des courses

Le mois de mai avec tous ces ponts n'est pas forcément propice à la dépense d'énergie mais pourtant vous n'avez pas chômé !

Si vous n'aviez pas ou peu d'occasions de vous inscrire à quelques courses au début du mois, les entraînements ont été bien suivis avec toujours une belle participation ; quelques sorties dominicales aussi vous ont rassemblé , histoire de tester la stabilité sur des terrains glissants 😊 . Et tout ceci bien sûr avec des objectifs qui se précisent, les Foulées de la rue pour beaucoup d'entre vous 🏃🏃🏃🏃🏃 , l'Ultramarin pour Catherine, Denis et Régis 🏔️ , deux épreuves dissemblables mais qui nécessitent tout autant d'effort, sans oublier l'UTPMA où il faudra pour Manu s'élever sans s'essouffler 🏆 .

En matière de résultats, Camille, Sophie et Manu sur le trail des Gueux (à Folleville dans la Somme) ont porté nos couleurs.

Denis et Catherine ont ajouté une médaille à leur collection et ont bien goûté leur participation au trail de Verneuil.

Enfin Véronique prend goût à la compétition puisque nous l'avons retrouvé sur le trail du Liger, en compagnie des amis de Respirons ensemble.

