

**LETTRE D'INFORMATION #06**

**1 février 2018 au 28 février 2018**



La neige et les intempéries ont perturbé ce mois de février mais rien ne peut empêcher nos capistes de courir et de réaliser encore de belles performances !! Bravo à notre « traileuse » Armelle pour sa course en forêt de Bouffémont avec des conditions difficiles et un fort dénivelé. Bravo aussi à Séverine qui a parcouru les 10km de Vincennes à 13,6Km/h de moyenne (nouveau record) !! Enfin, Justine et Lorraine ont été les plus assidues malgré les conditions.



**Dimanche 4 février 2018:**

[Les foulées de Vincennes](#) 10Km Loisir et compétition

**Géraldine Loisir**

Son score ☺ :

1694<sup>me</sup>/2942 et 126<sup>me</sup>/375 V1F en 56min09s.

**Séverine Compétition**

1113<sup>me</sup>/1819 et 52<sup>me</sup>/178 SEF en 43min52s.

**José Loisir**

914<sup>me</sup>/2942. 21<sup>me</sup>/104 V3M en 50min01s.



**Dimanche 11 février 2018:**

[MaxiCross de Bouffémont](#) 26Km 980D++

**Armelle**

591<sup>me</sup>/848. 33<sup>me</sup>/73 V1F en 3H33min13s.

**Dimanche 11 février 2018:**

[Les foulées Charentonnaises](#) 15Km

**Francis**

631<sup>me</sup>/1626. 108<sup>me</sup>/259 V2M en 1H14min01s.

**José**

1112<sup>me</sup>/1626. 42<sup>me</sup>/66 V3M en 1H22min42s.

**Raphaël**

185<sup>me</sup>/1626. 26<sup>me</sup>/259 V2M en 1H03min09s.



**SORTIES du DIMANCHE**

Nos sorties de février :

Forêt Notre Dame et Bords de Marne.

En moyenne 10 Capistes. (voir photos cherchez les 5 erreurs ☺)



Le ou/et la Capiste du mois hors bureau le ou/et la plus assidue (e): Preuves en photos !!  
**Bravo à Justine et Lorraine qui détrônent Emma (En vacances au Népal, la chance !!!)**

**A VOS AGENDAS**

**Dimanche 4 mars 2018:**

[Semi de Paris](#)

Virginie, Séverine, José, Géraldine et remplaçant d'Olivier.

**Les 3 Pignons (Noisy sur Ecole) 21Km**

Remplaçant de Gilles et Justine inscrits.

Enfin un petit mois tranquille pour Laure et Hervé avant 3 prochains mois de folie.

**Dimanche 10 mars 2018:**

[Semi de Rambouillet](#)

**Dimanche 24 mars 2018:**

[Semi-marathon de Bordeaux](#)

**Dimanche 29 avril 2018:**

[Marathon de Saumur](#)

**Dimanche 13 mai 2018:**

[Marathon de Copenhague](#)

**A NOTER**

Parution sur le journal d'Ormesson sur Marne :  
Merci Manu pour la rédaction de l'article.



**ANNIVERSAIRES**

11/02 Laure, 29/02 Raymond la jeunesse éternelle fêtera ses 16 ans en 2020.

Laure, Hervé, Raymond et Nelly :

On veut vous voir bientôt sur Ormesson



**On se retrouve le mois prochain, en attendant « HAVE FUN WITH RUN ».**