



QUOI DE NEUF CHEZ CAP ORMESSON ?

Au programme de juin, les capistes se sont mobilisés sur quelques trails et courses pour clôturer cette année sportive. Comme tous les ans, une nouvelle participation aux 10km du plessis trévisse pour finir en beauté avec nos amis de l'ESC. Bravo à nos 3 capistes du mois : Gilles, Ludo et José !



Anniversaire
Luis



DIMANCHE 02/06
TRAIL SOLIDAIRE MAUSSANNE LES ALPILLES (8,5KM D+ 200M)

MERCREDI 05/06



Anniversaire
Hervé



5 & 10KM DU PLESSIS



Olivier en 49'

DIMANCHE 09/06
SORTIE DU DIMANCHE

Bords de Marne
20 personnes



TRAIL DE L'OURCQ (35KM D+ 500M)

TRIATHLON EN ÉQUIPE BEAUVAIS

DIMANCHE 16/06

SEMI DE TOURNAN

SORTIE DU DIMANCHE



Laurent D
Laurent G



Sortie Mixte (Ville & Bois)
10 personnes



Elisabeth, Krikri & William



Géraldine

SAMEDI 22/06



Anniversaire
Lionel



DIMANCHE 23/06

SORTIE DU DIMANCHE



Bois Notre Dame
18 personnes



LUNDI 24/06

MARDI 25/06



Anniversaire
Géraldine



Anniversaire
Elisabeth



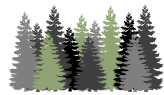
SAMEDI 29/06
ULTRA MARIN (170KM)



Elisabeth
Laure & Hervé



DIMANCHE 30/06
SORTIE DU DIMANCHE



Bois Notre Dame
12 personnes



Capistes du mois :
Gilles.E/ Ludo/ José