



QUOI DE NEUF CHEZ CAP ORMESSON ?

Au programme de janvier, un bon début d'année qui démarre avec deux courses : le semi de Cernay et la mythique Sagittaire, pour le challenge SOM (Sucy/ Ormesson/ Marolles) des Forêts. Deux beaux podiums à La Sagittaire et toujours autant de capistes le dimanche en ce début d'année. Bravo à tous pour vos belles performances et pour votre assiduité tous les dimanches !

**DIMANCHE 08/01
SORTIE DU DIMANCHE**



Bois Notre Dame
22 personnes

SEMI DE CERNAY



Laure en 2h06
Hervé en 1h58



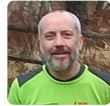
MERCREDI 04/01



Anniversaire
Jean Philippe



VENDREDI 13/01



Anniversaire
Gilles 2



SAMEDI 14/01



Anniversaire
Guillaume

**DIMANCHE 15/01
SORTIE DU DIMANCHE**



Bois Notre Dame
22 personnes

VENDREDI 20/01



Anniversaire
Raphaëlle



DIMANCHE 22/01



Anniversaire
Lorraine



**DIMANCHE 29/01
SORTIE DU DIMANCHE**



Bois Notre Dame
12 personnes



SORTIE DU DIMANCHE



Bois Notre Dame
30 personnes

LA SAGITTAIRE (22 KM)

- Raphaël 79/367 et M4H 4/28 en 1h47'51"
- Armelle 204/367 et M3F 3/14 en 2h03'46"
- Guy 248/367 et M5H 10/16 en 2h08'14"
- Elisabeth 249/367 et M2F 7/12 en 2h08'15"
- Solenne 257/367 et M9F 7/10 en 2h09'38"
- Gilles 2 269/367 et M3H 36/51 en 2h11'28"
- Arnaud 293/367 et M2H 47/57 en 2h16'45"
- Francis 297/367 et M5H 14/16 en 2h17'08"
- William 305/367 et M3H 43/51 en 2h18'39"
- Laurent 363/367 et M4H 28/28 en 2h57'31"
- Raphaëlle 27/71 et M3F 3/11 en 3h04'06"

LUNDI 23/01



Anniversaire
Emma



**Capistes du mois : Catherine/
Daniel/ Luis/ Stéphane/ Ludo**