



Salut les Athlètes,

Auparavant sous la responsabilité de Jean-Claude, une sortie collective avait lieu le samedi qui était assez appréciée pour réunir en général une dizaine de participants au moins. Faute de disponibilité de JC cette sortie Co s'est éteinte.

Mais en toute saison et pratiquement tous les dimanches se trouve au moins 1 gars, une fille, du Speedy qui s'en va courir dans nos collines Venelloises du côté du Parc des Sports. Et il était régulièrement demandé si d'autres étaient intéressés de s'y joindre.

Aussi en 2016 nous avons convenu de créer un " Spot de Running libre" le dimanche matin avec un lieu de rendez-vous fixe : le parking à l'entrée du complexe sportif

L'horaire de rendez vous a été fixé en milieu de matinée en hiver _10h_ et quand les chaleurs arrivent on l'avance à _9h_

Au moment du changement d'horaire de fin mars on anticipe un peu en avançant progressivement l'heure du RV pour réduire le choc horaire de l'heure d'été.

Comme son nom l'indique c'est un Spot libre: ceux présents à l'heure partent ensemble, il peut y avoir 10 personnes comme il se peut que l'on ne soit que 3 voire partir seul.

Bon run à tous

Christian pour le Bureau