



Ce mois-ci

- **Les anniversaires**

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

- **Un bon programme**

Courir en novembre...

- **Partenariat**

Avec le magasin...

- **Des résultats**

Ils ont couru...

Bien voir, être vus

Pour courir, il est important de voir où
se dirigent nos pas, mais il est tout aussi
important d'être bien vu par les autres
usagers de la route, surtout lors des
entraînements nocturnes. Qui n'a pas
déjà été surpris au volant de sa voiture
la nuit par un piéton ou un cycliste qui
déboule de nul part, non éclairé et tout
de noir vêtu?

Aujourd'hui plus d'excuses, les tenues
sportives adaptées et les accessoires se
multiplient pour être bien visible.

Voici une liste non-exhaustive des
possibilités qui s'offrent à nous:
vêtements clairs avec bandes
réfléchissantes (comme la veste du
club), gilets de sécurité, bracelets
réfléchissants, lampes frontales et/ou
pectorales,...

En tant que membres d'une association
de courses à pied, nous nous devons de
montrer l'exemple!

Alors, n'oublions pas: "Je cours, je me
rends visible!"



La 1^{ère} ... Assemblée Générale.

Vendredi 8 octobre nous nous sommes retrouvés pour
l'assemblée générale. Une première pour nous, une
sorte de baptême mais surtout, enfin la marque de la
reprise de la vie du club.

Nous ne reviendrons pas sur l'année qui avait précédé
cette assemblée, et d'ailleurs nous l'avons évoqué sur
les premières diapos qui ouvraient la présentation. C'est
plutôt sur la participation que nous revenons. Avouons-
le, sur le total d'inscrits, peu d'entre vous avaient
répondu et la perspective d'une assemblée au rabais
pouvait être envisagée. Heureusement, nous avons pu,
grâce aux présents et aux pouvoirs, mener à bien cette
réunion à l'issue de laquelle nous avons pu échanger et
répondre, espérons-le, à quelques questions.

Saluons également la présence de Philippe Vibert
directeur des sports à la mairie de Beauvais,
accompagné de Guylaine Capgras, son adjointe. Cette
présence et l'intervention qui s'en est suivie est une
preuve encourageante du soutien de la ville de
Beauvais.

Retrouvez le diaporama et les photos de cette soirée
sur le site du club : <https://acabeauvais.jimdofree.com>

Sous la rubrique '[Fonctionnement](#)', cliquez sur
'[Assemblée générale](#)'

Echangeons

Non, ce n'est pas du troc que nous vous proposons ! Nous
ne nous substituons pas non plus à certain site où l'on vend,
achète tout ce qui peut l'être. Simplement, il faut échanger
nos idées, nos projets.

Un outil simple, (si, si !) existe. Vous connaissez tous ce
qu'est un forum dont la vocation répond bien au besoin.
Evidemment, il faut l'ouvrir 🗨️ et c'est en suivant le lien
suivant que vous y parviendrez.

<https://acabeauvais.jimdofree.com>

Sous la rubrique '[Fonctionnement](#)', cliquez sur '[Forum](#)' et
vous y êtes. Bien sûr, nous sommes là pour vous aider et
vous guider. N'hésitez donc pas à nous poser vos questions.





Anniversaires

- Alain PODEVIN
le 09 novembre
- Anne PLOTTU
Le 13 novembre



Un bon programme

Pour courir en novembre, vous trouverez de quoi briller à :

- Le 7, la course des 4 saisons à Amiens)
- Le 14, Run and bike à Beauvais
- Le 21, 1^{ère} course nature à Blacourt
- Le 27, le trail des allumés à Namps au Val
- Le 27, la Pontoise à Pont Ste Maxence

Pour toutes ces courses, nous vous conseillons de vous rendre sur le site Adeorun (<https://adeorun.com/evenements>) où vous trouverez toutes les informations

Résultats

Octobre, le mois des vendanges !

On peut dire qu'elles ont été bonnes et la (courte) saison 2021 sera quand même un bon cru.

Saluons celles et ceux qui ont porté fièrement nos couleurs :

- Marathon de Paris : Anne, Danièle et Alain avec des résultats fort honorables
- Semi-marathon de Bois-Guillaume : Francis, 1^{er} M4 et M5, qualifié pour les championnats de France
- 100 kilomètres d'Amiens : Régis (que l'on n'arrête plus !)



Partenariat

Avec le magasin Intersport, nous avons conclu un partenariat. En contrepartie d'un relais de leur image, nous bénéficions de remises importantes sur les articles liés à la pratique de notre activité.

N'hésitez pas lors de vos achats à vous présenter à la responsable du rayon running, elle vous conseillera et vous précisera vos avantages. N'oubliez pas d'imprimer le bon joint à l'envoi de cette lettre d'informations.

