

AMICOURSE
Assemblée Générale 2020

Bilan sportif 2019/2020

Octobre-Novembre-Décembre

- Lausanne Marathon sur le semi (7)
- Vitalavie 21 kms (2)
- Marathon du Cognac IB 2018 (13) dont 6 Marathonniens
- 20 km de Genève (1)
- Trail des Grenouilles à Poisy (2)
- MIB 2019 sur le semi (6) et le 13 km (1)
- Course de l'Escalade et Walking (7) et Lenny sur la course Famille
- SaintéLyon tracé inédit de 76 km (2100 m/d+-2450 m/d-) (2)
- Le traditionnel Cross de Noël (merci aux nombreux bénévoles)
- Le Kilomètre Vertical d'Annecy (2)
- Les corridas des Foulées Annemassiennes (2)

Janvier - Février - Mars

- Foulées Blanches des Brasses 10 kms (3) et un relais (2)
- Semi Marathon & 10 km du Grand Fond Bressan (1)&(1)
- Les Foulées San-Priotes 21kms (1)
- Marathon de Barcelone, sur le semi (8)
- Pyramides de la Grande Motte (2)
- Semi-marathon et 10 km de Nuits-Saint-Georges (21) 10 kms (1) en préparation pour Paris...

..... et arrive, Le puis La COVID 19, le confinement agrémenté de son Heure de sortie pour pratiquer une activité physique dans un rayon minimaliste et l'annulation des courses s'enchaînent.....

Avril - Mai - Juin - Juillet

..... puis l'heure de la fin du confinement sonne où seules demeurent les séances d'entraînements avec des dispositions bien particulières dont la distanciation sociale ! Une contradiction aux valeurs amicousiennes !

Mais les barbecues estivaux sont heureusement là pour retrouver un peu de jovialité !

Août - Septembre - Octobre

- Le Trail EDF Cenis Tour - 13,5km/830 D+ (1)
- L'Argent trail - 27 km/1700 D+ (3) 14 km/800 D+ (1)
- Le Trail des Passerelles du Monteynard - 19,4km/880 D+ (1)
- Le Tour du Lac de Paladru - 14,2 km (8)
- La Gi J'y Monte - 30 km/1590 D+ (6) 16 km/700 D+ (6)
- Les Virades de l'Espoir
- La Molinette - 4,5 km/700D+ (1)
- Le Trail de Nyons & Baronnies
47km/2800 D+ (1) 22 km/1300 D+ (2) 12km/410 D+ (1)

Elles n'ont pas eu lieu, principalement la majeure partie des courses sur route où Amicourse avait l'habitude de laisser de bien belles traces et surtout Paris 2020, une sortie quinquennale ajournée malgré une préparation prometteuse de finisher !!!

Amicourse 2019/2020

- 25 courses avec beaucoup de trail
 - 115 dossards
 - 6 Marathon
 - 45 Semi-marathon dont une première pour Leila au MIB et Julie, Véronique, Kevin, Damien et Thierry E. à Nuits-Saint-Georges
- Au moins une belle cuvée 2020...
- 16 podiums dont 8 féminins

Merci à nos référents qui sont présents lors de nos entraînements (5 par semaine) et ce malgré une présence très diminuée de nos adhérents !!!

Amicourse c'est aussi un site internet, qui permet de diffuser l'actualité du club, communiquer sur nos événements et vos résultats.

Courriel : communication.amicourse74@gmail.com