

# Rapport d'hyperactivités

Edition 2020



10-2020



Trail de Nyons  
46 km 3000 D+  
22 km 1500 D+



# 09-2020



Actualités

De belles places au Trail de la Gi  
Jy Monte

Trail de Gi (Hauteville)  
30 km 1500 D+  
16 km 700 D+

Lac de Paladru



Actualités

Une petite escouade  
Amicoursienne au Tour du Lac de  
Paladru !

# 08-2020



L'Argent trail en guise de retour à la « compétition » !

Trail EDF Cenis Tour  
13.5 km 830 D+  
Trail Passerelles Monteynard  
19.4 Kkm 880 D+

L'Argent trail  
27 km 1700 D+  
14 km 800 D+



**Laurent H.** très en forme participait au Trail EDF Cenis Tour le 2 août suivi du Trail des Passerelles du Monteynard le 29 août.

12<sup>ème</sup> édition du **Trail EDF Cenis Tour** avec ses magnifiques villages, ses splendides panoramas et son lac d'altitude où **Laurent** sur le trail jaune (13,5km \_ 830m D+ / D-) se place 12/104 au scratch et **1M4** en 1:34:20 ! [Les résultats](#)

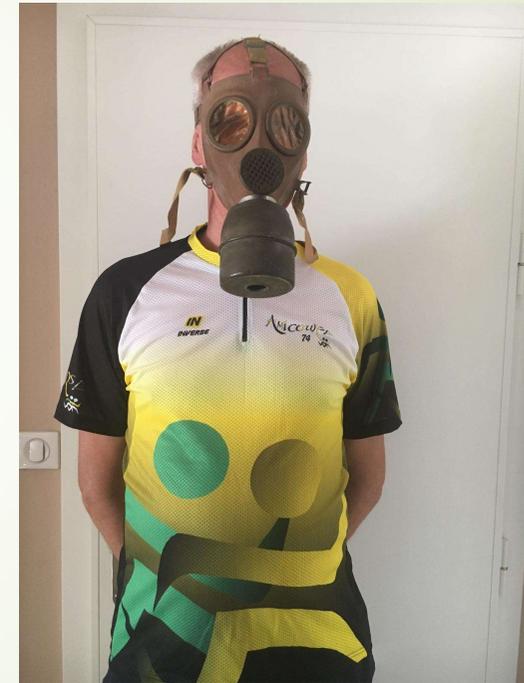
Le **Trail des Passerelles du Monteynard** s'est tenu le samedi 29 août sous une pluie battante. **Laurent** au départ du « Trail du Grand Ébron » (19,4km \_ 880m D+ / D-) boucle la distance en 2:17:07 (92/543 au scratch et **2M4**) ! [Les résultats](#)

# 07-2020



Arrivée des nouveaux  
Maillots

(avec masque ou sans)



# 06-2020

BBQ  
Enfin les retrouvailles  
avec nos Amicoursiens



# 05-2020



Déconfinement & retrouvailles



Une reprise toute en couleur !!!

Déconfinement

Retrouvailles et  
Reprise des  
entraînements avec  
les mesures barrières

# 05-2020

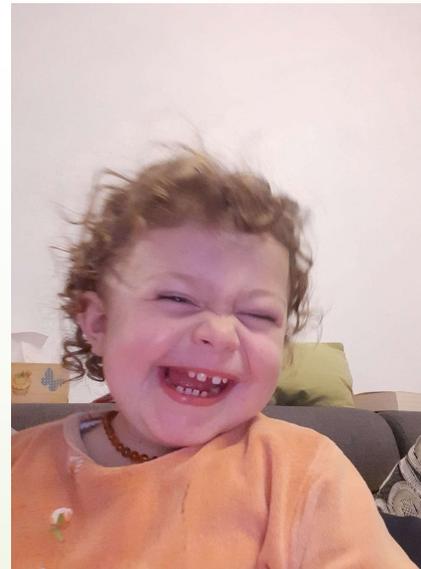
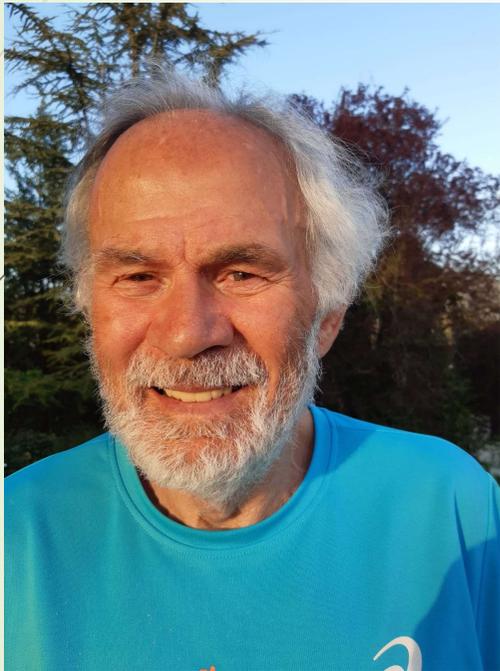
## Déconfinement

### Reprise des entrainements avec les mesures barrières



# 04-2020

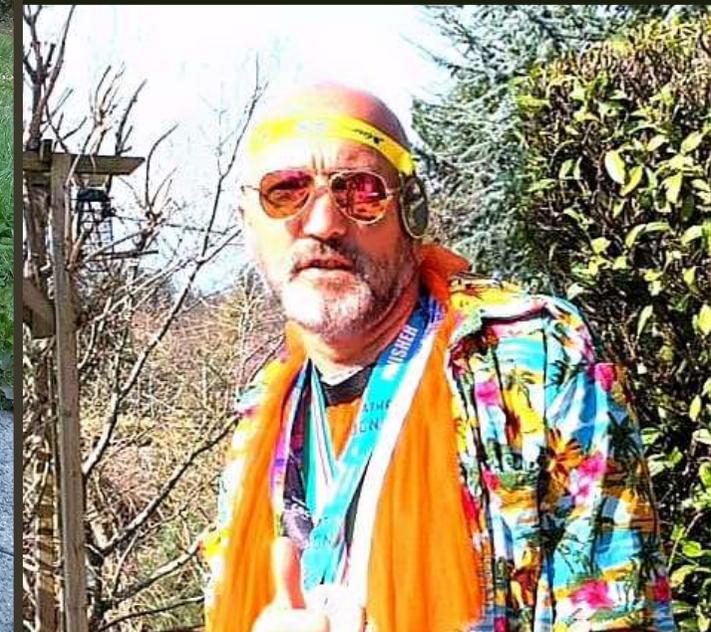
Confinement



Confinement

La vague des Hippies  
Runner

03-2020



# 03-2020

Nuit saint Georges  
21 km



# 02-2020



## Record Personnel aux Foulées San-Priotes 2020 pour Melina !

Claude Laurent - ven 21 Fév 2020

4

Avec pas moins de 1 700 dossards à s'élancer pour cette 25ème édition des Foulées San-Priotes 2020, ce dimanche matin et parmi les 619 semi-marathoniens à franchir la ligne d'arrivée, Melina seule représentante d'Amicourse...

[Lire la suite](#)



## 21 km & 10 km du Grand Fond Bressan

Claude Laurent - lun 17 Fév 2020

0

Une 10ème édition du Semi Marathon & 10 km du Grand Fond Bressan sous un soleil printanier et un record de participants, 206 sur le semi km et 230 sur le 10 km,...

[Lire la suite](#)



## Pierre & Christophe aux 27ème Pyramides de la Grande Motte

Claude Laurent - lun 9 Mar 2020

1

Ce dimanche 1 mars, c'est dans le sud que Pierre et Christophe ont enfilé leur panoplie de runner pour parcourir le semi-marathon des Pyramides de la Grande-Motte. Au programme, trois distances aux profits d'enfants...



## 30é Mitja Marató de Barcelona 2020

Claude Laurent - dim 23 Fév 2020

0

Les Amicoursiens ont débarqué à Barcelone le week-end du 16 février pour courir leur 1er semi marathon de la saison ! Plus de 25000 participants dont un peu plus de 6500 femmes et la...

[Lire la suite](#)

Et sur la neige en :



### 3 podiums pour 4 Amicoursiens au Trail Blanc des Brasses !!!

Claude Laurent - dim 16 Fév 2020

0

Pour cette 8ème édition des Foulées Blanches des Brasses, organisée par la Foulée d'Annemasse, 4 Amicoursiens avaient chaussé les baskets ce samedi 08 février 2020 sans oublier Bernard toujours fidèle en tant que bénévole. Sur...

[Lire la suite](#)



### Superbe journée Gêtoise pour nos Amiskieurs

Claude Laurent - Jeu 13 Fév 2020

0

Très belle journée pour une quinzaine d'amicoursiens qui avaient troqué leurs chaussures de running pour de plus lourdes qui plus étaient lestées de skis alpins. Pas de marcheurs en raquettes pour cette édition mais, un...

[Lire la suite](#)

Il avait aussi :



## Cross de Noël de Gaillard 2019

Claude Laurent - mer 11 Déc 2019

0

Ce vendredi 6 décembre avait lieu le 12<sup>ème</sup> Cross de Noël réunissant les enfants âgés entre 5 et 12 ans, après le spectacle musical "les flocons du pôle-nord" et les illuminations de la...

[Lire la suite](#)



## Gérard 3V3 des « Extraterrestres » pour une SaintéLyon dantesque !!!

Claude Laurent - lun 9 Déc 2019

0

Pour cette 66<sup>ème</sup> édition, un tracé inédit de 76 km (2100 m/d+-2450 m/d-) avec au programme 19 km de nouvelles portions jamais empruntées, mais il fallait être un extraterrestre pour affronter des conditions...

[Lire la suite](#)

Il avait encore :



## Coup de cœur à Jarnac (Marathon du Cognac) !

Gérard Cumer - mar 19 Nov 2019

0

Coup de cœur pour le marathon du cognac à Jarnac les 8, 9 et 10 novembre 2019 !! Trois jours de convivialité, de sport, festifs et gourmands organisés par une formidable équipe de bénévoles....

[Lire la suite](#)



## Patricia & Marc (1HM2) domptent la pluie et le vent à la 6<sup>ème</sup> VITALAVIE...

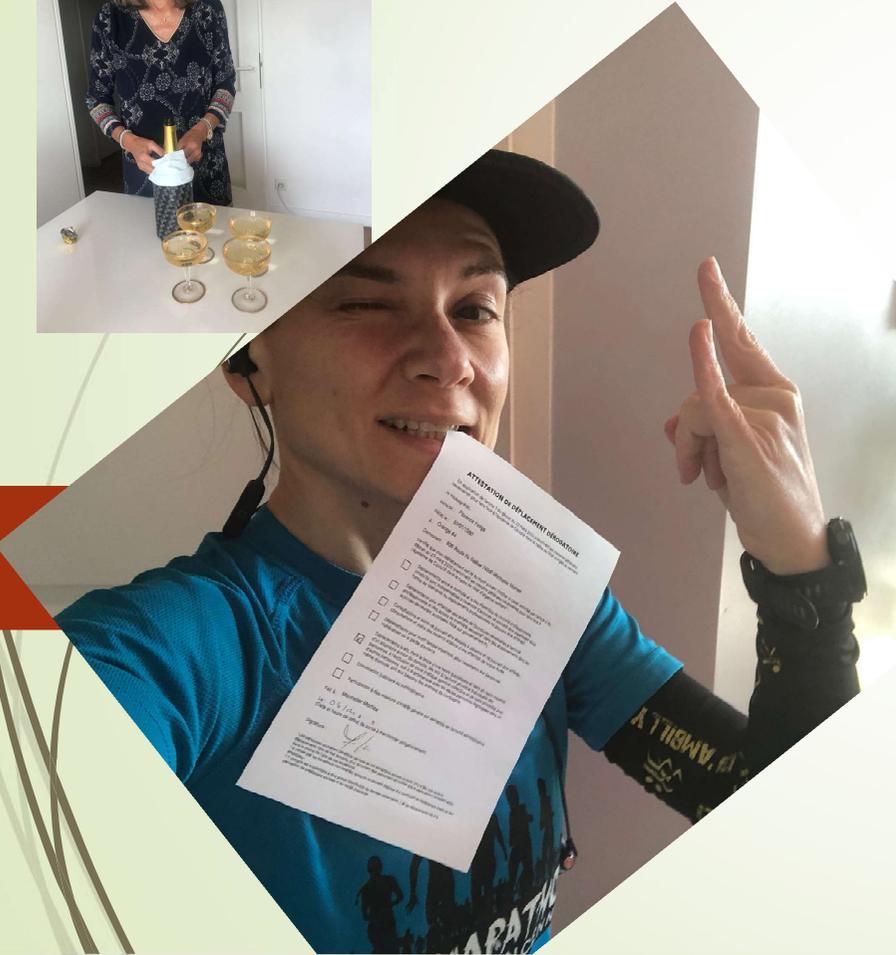
Claude Laurent - lun 11 Nov 2019

0

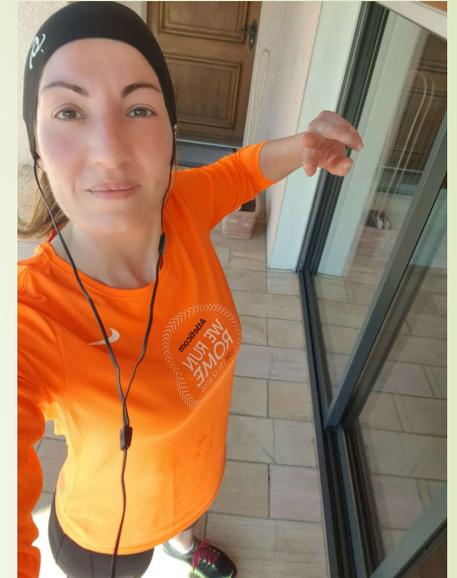
Pour cette 6<sup>ème</sup> édition de la Vitalavie, nos deux représentants d'Amicourse ont bravé la météo tempétueuse pour parcourir les 21 km (70 % routes, 30 % chemins) dans le magnifique cadre de la rive...

[Lire la suite](#)

Mais ça c'est vraiment nous !!!



Mais aussi ...c'est encore nous !!!



Merci à toutes et tous.  
On vous Aime les Amis  
A très bientôt.

