

En ce moment

au CAPS



@cap_saumurois



@CAPSaumur



www.cadupayssaumurois

.assoconnect.com

EN OCTOBRE AU CAPS ...

Ce mois d'octobre fut marqué par les Interclubs Jeunes (U18-U20-U23) où l'équipe masculine U23 du CAPS a réussi à se qualifier pour les Interclubs à St Renan.

A Montreuil-Bellay avait lieu la première course hors-stade CAPS de la saison : le Trail des Châteaux avec au programme un 5km et un 10km.

Le traditionnel cross de la section de Beaufort en Vallée, le cross de Brion, fut un succès avec de nombreux participants.

A eu lieu également le Championnat de France de 20km Marche pour lequel notre capiste Sébastien Delaunay est de nouveau Champion de France Master.

Pour les Championnats de France des 24h, Rudy Wedlarski, a terminé son 24h en parcourant 225km et 821m ce qui lui vaut la place de Vice-champion de France Master.

Enfin en octobre, à défaut d'arborer les couleurs du CAPS, les chemins du saumurois ont été arpenter en rose.

Bravo à tous pour vos performances que l'on peut retrouver sur le site du CAPS !



MARCHE NORDIQUE

Mois de septembre chargé pour la section Marche Nordique. Les activités continuent au grand air avec une augmentation substantielle du nombre de licenciés.

Forte participation aux foulées de Champigny, bénévoles ou athlètes, sur les 9 et 17km où certains comme Jacques MINARD ont montré leur ténacité et leur progression faisant ainsi l'admiration de tous.

La journée Nationale de la marche nordique a été l'occasion de faire la démonstration de notre activité aux nombreux participants avec initiation, calcul de VMA, marche de 11km au cours de laquelle Nadège SIMON et Michelle SXAY ont obtenu leurs bâtons d'argent.

Octobre a commencé avec la participation à la semaine bleue et au cours de laquelle Claude et Isabelle ont initié de nombreux seniors, rassuré sur les bienfaits de notre activité ou orienté vers d'autres activités douces (yoga, pilâtes) que le CAPS propose.



NEWSLETTER

#10

NOVEMBRE 2021



PASS SANITAIRE EXIGE
05.11.21
19H | LES ULMES
Salle du moussieu

INVITATION

Le CAPS vous convie à un cocktail le **Vendredi 5 Novembre 2021** aux **Ulmès** à 19h00 (Salle du moussieu).

L'occasion pour les dirigeants et acteurs de l'association de faire un point sur la feuille de route CAPS sur 2024, de présenter le bilan d'une saison écoulée, et de se projeter vers la saison en cours, qui s'annonce très riche !

COURSE NATURE DU BIOPARC

Le Dimanche 21 Novembre, aura lieu la course du Bioparc organisée par le RCDoué Athlétisme. Organisée au profit des actions de conservation du Bioparc, il est proposé un parcours de 11km et 19km ainsi que des courses enfants.

Inscriptions via ce lien :

<https://www.klikago.com/.../course-a.../1529629363508-1...>

COMPETITIONS A VENIR

11/11/21 Cross Courrier de l'Ouest
13/11/21 Meeting de NANTES EC – Perche Hauteur + Dptx Marche
20-21/11/21 Meeting Open U18 à MA NANTES
21/11/21 Relais Cross CA à MA Cross EA BE MI La Pommeraye + Lancers longs à Tours
27/11/21 : Lancers longs à St Julien de Concelles
28/11/21 : Départementaux Indoor 49 à Rennes + Lancers longs à Coullaines

DIM 21 11 2021

Course Nature du Bioparc
Au profit de ses actions de protection de la nature !

ECHAPPEZ AUX VAUTOURS ET DÉCOUVREZ DOUÉ EN ANJOU

by **RCD** Athlétisme

BIOPARC
ZOO DE DOUÉ-LA-FONTAINE

CAPS
CLUB ATHLETISME PAYS SAUMUROIS

Evénement à impact limité

LE TRAIL 11 KM LE TRAIL 19 KM COURSES ENFANTS

Renseignements et inscription sur cadupayssaumurois.assoconnect.com

SAUMUR VAL DE LOIRE AGGLOMERATION SUPER U RENAULT JCM CONFORT Crédit Mutuel Doué enjou