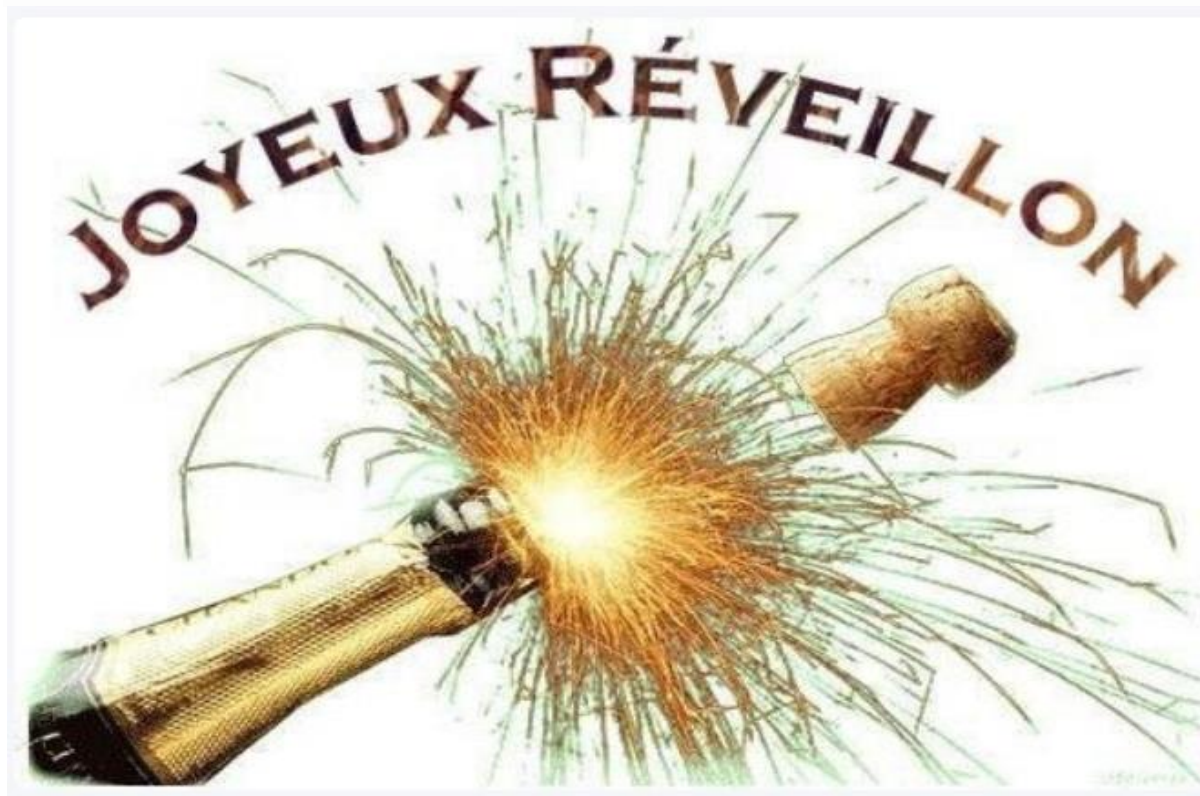


La Lettre du VCBS



Semaine 51

CHEPTAINVILLE (91)
3^{EME} SOPHIE DA COSTA
3^{EME} PAUL DA COSTA



« **Les 2 jours de Cheptainville** » ni plus, ni moins, qu'une course par étapes. Laurent était commissaire sur les deux jours.

Samedi 21 décembre - Cyclocross FSGT à Cheptainville (91)
Organisation AC Lardy

Une crevaison de ma voiture ne m'a pas permis de voir la course de Paul Da Costa. **Les CR de Sophie...**

1^{er} jour, totalement en sous-bois. Avec des parties techniques et très glissantes. Je me suis pris un arbre ça m'a arrêté direct ! 😊 Je me sentais bien, je me suis bien accrochée au départ. **Sophie 3^{ème} féminine**. Pour moi c'était une belle course.

Paul au départ se prend la rubalise et repart en dernière position. Il remonte, il est même 1er à un moment mais « la tête ne suis pas ». Il finira **3^{ème} minime**.

Christian comme toujours, donne tout ce qu'il a. Il finit 12^{ème}



Dimanche 22 décembre Cyclocross FSGT à Cheptainville (91) Organisation EC Morsang-sur-Orge

2^{ème} jour, le réveil était dur ! Circuit en prairie avec une partie en sous-bois. Beaucoup de devers et beaucoup de coups de culs, mal. Pour moi, Mal aux jambes, à fond aucun répit. Je finis 5^{ème}
Paul n'était pas bien malade. Il Christian il a tout pas crevé au aurait fini dans le quand même à tour pour place.

Classement

deux jours, Paul et drôle car on fait toujours les mêmes places tous les deux ! Christian 7^{ème}.



ce qui fait bien c'était le plus dur. le cardio toujours moment de féminine. motivé et surtout finit 5^{ème}. déchiré. S'il n'avait dernier tour, il top 5. Il réussit finir son dernier terminer à la 9^{ème}

général sur ces moi 4^{ème}. C'est

Dimanche 22 décembre Sortie entrainement cycloSPORT de 72 km

Beaucoup de vent, du crachin, parfois bien marqué, ils étaient quand même 4 au départ à 9h00 à Villejust, Loïc, Patrick, Baptiste et Jean Christophe. Motivés !