



## Activités Adhérents Foulée Muroise

Piste fermée du 23/12 au 03/01

Reprise le 8 janvier 2025



**03**

DECEMBRE

DPG  
LIFE IS  
TRAINING



Chaque mardi soir à 19 H15, David et Jean Marc se proposent d'animer une séance hebdomadaire de PPG. Christine et Laurent mettent à disposition une salle avec une capacité limitée de 9 personnes (hors animateur) à Genas. Selon l'attrait et la faisabilité, le dispositif pourra être déployé aux beaux jours à la piste pour accueillir davantage de tortues. Les séances démarreront à partir du mardi 3 décembre 19H15. Inscriptions et détails à venir sur le groupe WhatsApp *LFM piste*.

**14**

DECEMBRE

Sortie déplacée à Saint Pierre de Chandieu le samedi 14 décembre, 2 parcours 10 et 15 Km, venez avec un accessoire de Noël pour courir !!!

**11**

JANVIER



Notre célèbre sortie galette annuelle se déroulera le 11 janvier. Tous les membres sont invités à nous rejoindre pour courir avec la joëlette. Ce sera l'occasion pour le bureau de vous présenter ses vœux et nous profiterons de votre présence pour réaliser une photo de groupe (tee-shirt/coupe-vent de la Foulée obligatoire). Nous distribuerons le tee-shirt manche longue à ceux qui n'ont pu le récupérer jusqu'à présent...

**29**

MARS

**MARA3** du Marathon des Vins de la Côte Chalonnaise 29 mars 2025

Le concept > 1 tortue court un 42 K qui est rejoint par 1 tortue qui court 20K qui sont rejoints par une tortue qui court 10K. Les 3 tortues terminent ensemble. Compléter le fichier agenda des courses onglet MARA3 2025 pour que nous puissions lancer les inscriptions.

Cet événement sera suivi d'une soirée festive à la salle de la Charpenterie.