

Tour de Presinge

Le Tour de Presinge nous met à l'honneur! Free Runners organisera les entrainements pour le TDP à Jussy les **samedis 1er, 15 et 22 mars!**
Pour les Juniors U12 et U14

Pour les adultes, allez vite sur le site découvrir le tout nouveau **DÉFI RIVE GAUCHE!**
Presinge / Meinier / Jussy

Comme toujours, ne tardez pas à vous inscrire!

Infos et inscriptions:

<https://tourpresinge.ch/#infos>

Communication

POUR TOUTES INFOS OU DEMANDES:

free-runners.ch

[instagram.com/free_runners_geneve](https://www.instagram.com/free_runners_geneve)

freerunnersgeneve@gmail.com

079'905'95'34

Le coach vous recommande!

COURSES CLÉS DES ENVIRONS DE JANVIER ET FÉVRIER

Championnat de Cross Genevois, Collonge > 08/02/2025

Tour de Presinge > 30/03/2025

A travers le coteau, Bernex > 12/04/2025

Generali Genève Marathon > 10 et 11/05/2025

N'OUBLIEZ PAS DE RAPIDEMENT VOUS INSCRIRE POUR LE GENERALI GENEVE MARATHON, via le lien qui vous a été transmis pour l'équipe Free Runners Genève

Pour info, vous trouverez toutes les courses en Suisse par ici: guide.swiss-running.ch

INFORMATIONS DES FÊTES



Décembre 2024 / Janvier 2025

Chers Runners,

Le comité vous adresse, pour commencer, ses meilleurs voeux pour cette nouvelle année qui démarre!
Souhaitons tous ensemble la meilleure des santé, des défis, des podiums, et toujours plus de dépassement de soi.

Le mois de décembre a été marqué par la présence des Free Runners sur de nombreux podiums, notamment pour la Course de l'Escalade, ce qui démontre la qualité de nos entrainements et la ferveur de nos athlètes. **BRAVO!!!**

Nous sommes très fiers de la réussite si rapide de notre club qui, d'après les échos entendus lors des dernières courses, est devenu un acteur incontournable de la course à pied genevoise.

Ce début d'année 2025 voit arriver de nouveaux membres, tant chez les Adultes que chez les Juniors, ce dont nous nous réjouissons beaucoup!

Les entrainements ont repris pour les Juniors ce lundi 6 janvier sous la pluie, la bise et dans la nuit, mais plus courageux et déterminés que jamais! L'école de course Adultes (16:00) et Juniors (16:15) reprend à Jussy dès ce mercredi 8, et les entrainements Adultes aux Eaux-vives dès samedi 11.

Il fait toujours très froid et parfois sombre, continuez à bien vous couvrir après l'effort et à bien vous signaler au bord des routes!

A très viiiiite....!

Le comité Free Runners Genève

