



### *Communication*

POUR TOUTES INFOS OU  
DEMANDES:

[free-runners.ch](http://free-runners.ch)

[instagram.com/free\\_runners\\_geneve](https://www.instagram.com/free_runners_geneve)

[freerunnersgeneve@gmail.com](mailto:freerunnersgeneve@gmail.com)

079'905'95'34

### *Le coach vous recommande!*

#### COURSES CLÉS DES ENVIRONS DE JANVIER À MAI 2026

Champ. vaudois cross > 31/01/2026  
Lausanne

Champ. genevois cross > 07/02/2026  
Collonge-Bellerive

Derby des bois > 08/03/2026  
Versoix

Champ. suisse cross > 07 et 08/03/2026  
Langenthal

Run Evasion Rhône > 14/03/2026  
Genève

Tour de Presinge > 22/03/2026

Champ. suisse 10km route > 22/03/2026  
Oberriet, y.c. courses juniors

A travers le coteau > 12/04/2026  
Bernex

20 km de Lausanne > 25 et 26/04/2026  
y.c. courses juniors

Courir pour Aider > 02/05/2026  
Meinier

Generali Genève Marathon > 9 et 10/05/2026  
y.c. courses juniors

Certaines dates se superposent,  
il faudra FAIRE DES CHOIX, Miguel  
est là pour vous conseiller!

Un sondage d'inscriptions sera lancé  
en janvier sur les groupes WhatsApp  
pour que nous sachions «qui court où».

Pour info, vous trouverez  
toutes les courses en Suisse  
par ici: [guide.swiss-running.ch](http://guide.swiss-running.ch)

# INFORMATIONS DES FÊTES

Octobre, Novembre,  
Décembre 2025

Chers Runners,

*Les fêtes de fin d'année sont déjà presque là!*

*Nous espérons qu'elles se profilent bien pour vous tous, chargées de réunions et de doux moments en familles et entre Amis.*

*En les attendant, vous avez été nombreux à vous surpasser sur de très nombreuses courses au cours du dernier trimestre, et nous sommes extrêmement fiers de vos performances à tous!*

*Nous sommes à présent 60 membres au sein du club!*

*Des remises en jambes aux défis les plus fous, les objectifs sont variés, et la belle ambiance et l'amitié auxquels nous assistons lors des entraînements sont le reflet d'un club sain et soudé, ce qui reste et restera notre première devise. Les «nouveaux» juniors progressent à vue d'oeil, leur volonté et leur bonne humeur nous enchantent! Les juniors «en place» continuent de progresser également et de se surpasser, et ont montré beaucoup de courage et de persévérance en dépit des diverses blessures, maux de croissance et maladies du trimestre, bravo!*

*Notre structure se développe mois après mois, de nouveaux sponsors nous rejoignent, que nous remercions chaleureusement, et notre joli petit succès local a entraîné la nécessité de mettre en place une liste d'attente pour les inscriptions des juniors, ceci afin de préserver leur sécurité, et la qualité des entraînements. Nous sommes activement à la recherche d'un entraîneur supplémentaire pour venir en renfort de notre Miguel, et pour rapidement pouvoir offrir notre qualité et notre éthique sportive à davantage d'enfants en demande. À bon entendeur! Si vous avez des pistes, n'hésitez pas à nous en faire part!*

*L'assemblée générale ordinaire annuelle du club s'est tenue le 20 novembre 2025 dans un climat très convivial à la Mairie de Jussy que nous remercions pour son soutien et sa présence, en la personne du Maire, Monsieur Stéphane Hostettler.*

*Petit rappel/conseil important pour finir: les journées sont courtes, et la nuit vous dissimule au bord des routes! Pensez à bien vous équiper pour vous signaler aux autres usagers!*

**JOYEUSES FÊTES!!!**

Le comité Free Runners Genève



# PODIUMS DU TRIMESTRE



Le **TOUR DE PRESINGE** nous remet  
à l'honneur! Free Runners  
organisera les entrainements  
pour le TDP les  
**samedis 28/02, 01 et 15/03**  
Pour les Juniors U12 et U14!  
Les plus jeunes pourront s'y  
joindre, entraînés par les  
organisateurs de la course!

Pour les adultes, allez vite sur  
le site (re)découvrir  
le magnifique  
**DÉFI RIVE GAUCHE!**  
Presinge / Meinier / Jussy

Comme toujours, ne tardez pas à vous inscrire!  
**Infos et inscriptions:**  
<https://tourpresinge.ch/#infos>

## MORAT- FRIBOURG

William 1er  
Côme 3ème  
2011

## CROSS POUR TOUS

Soéline 3ème  
U10 filles  
Lapo 2ème  
Jacob 3ème  
U14 garçons  
Arkadiy 2ème  
8000m hommes

## LA CHAVANNAISE

Alexander 2ème  
Cadets A  
William 2ème  
Cadets B  
Quentin 2ème  
Jacob 3ème  
Ecoliers A  
Lemy 3ème  
Ecoliers B  
Miguel 1er  
Vétérans H1

## TRANS' ONÉSIEENNE

Sasha 3ème  
Ecoliers B  
Nyls 1er  
Jacob 2ème  
Quentin 3ème  
Ecoliers A  
William 3ème  
Cadets B  
Alexander 2ème  
Cadets A  
Miguel 2ème  
H-V1

## MEYRIN RUN

Sasha 3ème  
U12 garçons  
Nyls 1er  
U14 garçons  
Arkadiy 2ème  
14 Km hommes  
Miguel 1er  
M40  
Manu L. 2ème  
M50+

## RUN AIRE

Lapo 3ème  
2 Km Ecoliers  
Arkadiy 1er  
10 Km

## LES TOPS 10 ESCALADE

Soéline 6ème  
Poussines A9  
Sasha 7ème  
Ecoliers B11  
Nyls 4ème  
Jacob 8ème  
Ecoliers A  
Miguel 4ème  
Hommes III - 3 tours

## COURSE DE NOËL - SION

Soéline 4ème  
Ecolières C  
Miguel 2ème  
H-Vet1

Arkadiy  
Hommes II - 3 tours

1  
2 "e" 3