Réveil difficile, très peu de motivation visible.

Départ avec le bus à 7h45. Arrivée à 8h45 sur le site de course la chaleur n’étant pas au rendez-vous. A l’approche des premiers départs vers 10 h, la motivation renait malgré le froid mordant.

Des terrains très exigeants physiquement et techniquement par endroits, de quoi ravir la tête et les mollets. Des résultats mitigés et une fatigue bien présente à l’arrivée. Les animaux furent fort dépourvus quand les orienteurs furent venus. Après une courte sieste dans le bus, petite pause à la citadelle de Mont Louis, avec restauration pour certain et foot pour les autres.

Retour assez calme à l’hébergement. Séance d’étirement, goûter et douche ensuite.

Groupe du Vendredi 11…