

## STAGE DE COHESION DU CL BARLIN

L'hiver se termine, les rencontres avec les coureurs, les stages se cumulent.

Aujourd'hui 11 février Bernard Duranel et son équipe ont mis à l'ordre du jour. un stage de cohésion avec la participation d'une quinzaine de coureurs du CL Barlin.

Au menu : la matinée du samedi

1 Duathlon

2 Course d'orientation à la base d'Olhain, un lieu stratégique où se mêlent les difficultés en pleine forêt.

3 Un moment de détente avec un tir à la carabine à 10 mètres

4. Puis rendez-vous au restaurant d'Olhain un repas en commun avec le vélo club Arrageois qui était en stage le même jour .

5. L'Après midi une sortie en groupe avec une voiture accompagnatrice conduite par Bernard Duranel. Deux heures prévues au programme, afin de se remettre dans le bain et préparation des courses à venir. Le retour à la base est prévu vers 16h30.

6. Le dimanche matin nouvelle rencontre avec les coureurs, rue de la Gare à Barlin. 3 heures d'entraînement sur route au programme.

Le prochain stage de cohésion et la préparation route vous seront divulgués prochainement par Mr Bernard Duranel, dirigeant du CL Barlin. La prochaine course FFC sera organisée par le CL Barlin et aura lieu le 10 Avril 2023 à la cité 5.

CONTACT : 03.21.25.73.91 ou 09.54.64.65.05