



# LA NIOUZLETTEUR DES BASKETS DE SEUGY

Janvier/Février 2020

Chaque mois, retrouvez une synthèse des dates et évènements des BDS

## Le programme du printemps s'annonce chargé !

Pour commencer, le BDS averti ira user ses baskets sur **les pavés de Senlis** lors de notre **Sortie commune d'hiver**, le dimanche 9 février.

Puis, il n'oubliera pas de s'inscrire pour les 5 ou 10 km du **Tour de Bernes**, qui aura lieu le dimanche 23 février. Flash Promo ! **La course est offerte par l'association !**



Rue de Senlis



Nous irons visiter Ostia Antica

Il n'oubliera pas de réserver son billet pour partir **au moins 3 jours à Rome** le 6, 7 et 8 Mars, en expliquant à son boss qu'il a tout de même autre chose à faire de sa vie que de travailler !

Nous irons participer au **semi-marathon Roma-Ostia**, manger des pâtes et découvrir à qui nos irréductibles ancêtres résistaient encore et toujours.



Bouh !

Si le Basket est fatigué, il pourra toujours aller se planquer (définitivement) quand nous visiterons **les carrières de Marly-la-ville**, en mars.

## Marre de courir ? C'est pas grave, il y a aussi le vélo :

Le week-end du 18 et 19 avril, nous irons nous balader dans le Vexin, jusqu'à Saint-Clair-sur-Epte. Nous partirons de Seugy le samedi, pour 3 étapes de 20km. Arrivée à Saint-Clair en début d'après-midi, nous ferons une promenade bucolique de 7km en kayak sur l'Epte puis passerons la soirée dans un gîte. Retour le lendemain dimanche. Le parcours est sans difficulté mais nous avons prévu une camionnette pour rapatrier des vélos le cas échéant.



Cette balade sera l'occasion de tester la résistance d'un popotin de BDS en prévision de notre rando VTT, le long du canal de Bourgogne, durant 4 jours le week-end de l'Ascension (21 au 24 mai).

Plus d'info à suivre sur l'ensemble de ces événements par mail.

Retrouvez toutes les Niouzletters sur  
<http://lesbasketsdeseugy.e-monsite.com/>

---

# Les Baskets de Seugy

Association loi 1901

Mairie de SEUGY - Rue de la Fontaine - 95270 SEUGY

---

Pour vous désabonner ou nous contacter, envoyer un mail à "lesbasketsdeseugy@gmail.com "