

# les foulées et .....le Ventoux





# briefing





















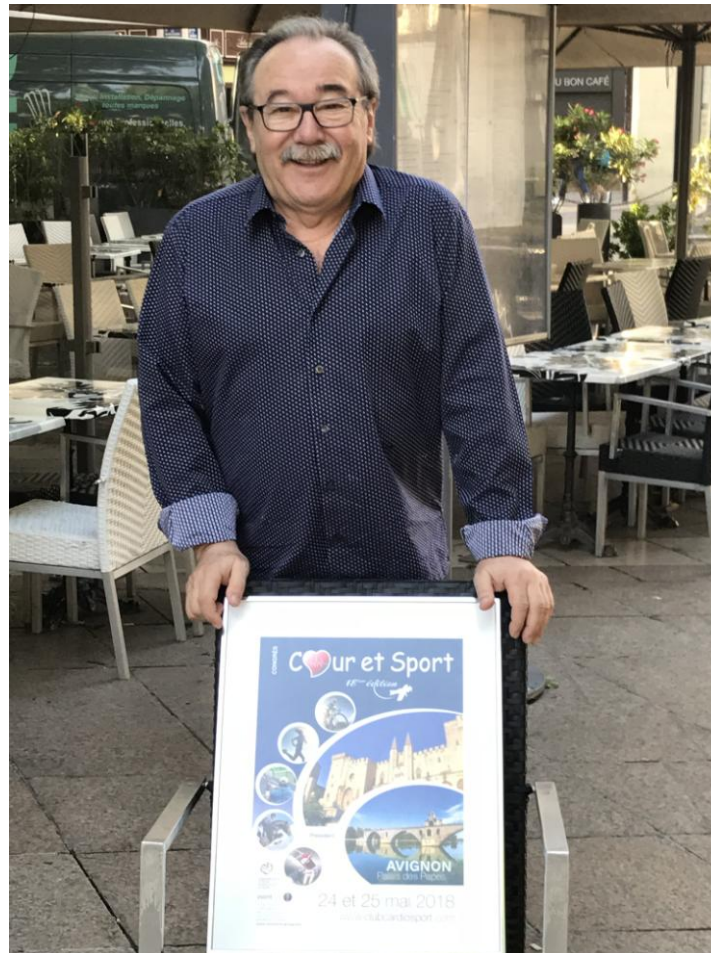


# Debriefing





# Merci pour l'accueil



# LE VENTOUX avant le départ









OUF !



# Le debrief du VENTOUX

- Malgré une météo capricieuse, ce furent 23 courageux dont 8 cardiologues, des partenaires de l'industrie, des universitaires de la faculté de sport d'Avignon et des amis. qui se sont attaqués au ventoux, le lendemain de la clôture du congrès cœur et sport d'Avignon. 2 femmes ont fait parti de l'aventure, avec des performances à rendre jaloux les membres du CA du CCS.

- Le président du congrès Vincent Mazoyer nous a servi d'escorte pour la montée en assurant l'assistance technique et le support "vêtements chauds" pour la descente.

- Après une mise en jambes de 12 km, nous avons grimpé chacun à notre rythme, en 1h35 pour les meilleurs, un peu moins de 3 h pour le plus courageux d'entre nous, qui avait acheté un vélo de course 1 mois avant pour s'entraîner. Chapeau !

- La montée a été magique comme d'habitude, grand moment de sport, de partage et d'introspection dans le silence, la brume et le froid arrivé au sommet.

- Rendez-vous à Pau en 2019 pour l'ascension du TOURMALET, en espérant être encore plus nombreux et nombreuses.

- Clément unal