

## AR2 en SUISSE pour le STRONGMAN RUN le 27 mars 2011

### AR2 : STONGMAN RUN !

Dimanche 27 Mars, une équipe de l'AR2 s'est rendue à Thoune en suisse, pour représenter le Combat Russe, lors d'une course européenne; la Strongman Run.

Le Défi, rentrer un parcours d'obstacle de 16Km en moins de 3h30. Il n'y a rien à gagner! Sauf pour ceux qui souhaitent se connaître un peu mieux et rechercher leurs limites!

Au Programme, des côtes à fortes pentes, des bois et des troncs d'arbres, des bosses, des ballots de paille, des marres de boue, des filets pirates, des murs et des conteneurs à escalader, ainsi que des tuyaux et des grillages pour ramper!

Un beau petit parcours qui demandait compétence physique, endurance, agilité, et une bonne dose de " moraline et de motivex " !

La température extérieure était de 8°C, mais l'ambiance était chaude! En effet beaucoup des participants étaient deguisés, et la bonne Humeur et la cohésion étaient bien présentes!

L'équipe AR2 composée de Cédric Vermand, Romain Danlos, et Jean-Charles Fautré a rallié l'arrivée en 2h48! Donc parie réussi pour notre petite Team qui a passé un bon moment, et qui donne rendez-vous à tous les volontaires pour la prochaine édition le 16 Octobre dans les Vosges!VOUS AVEZ PRIS NOTE !

Je félicite cette équipe qui montre que les qualités physiques que l'on développe à l'entraînement produisent leurs effets dans d'autres domaines  
...et inversement !  
BRAVO LES GARS !