



Newsletter du 20 avril 2014

**RAIFFEISEN**



## Bon camp !

Et c'est parti pour le 28<sup>ème</sup> camp « des grands » du CA Vétroz !!! Ce matin, de bonne heure, 38 sportifs ont embarqué dans le bus, direction Arles ! Au menu de la semaine prochaine : sueur, courbatures, douleurs, mais également rires, amitié et découvertes ! Merci à Nathalie et Michaël, nos chefs de camp, à nos entraîneurs, et à tous les participants !

Restez connectés sur le groupe FB du CA Vétroz, car j'imagine que de nombreuses news croustillantes feront leur apparition dans le courant de la semaine ☺.

## Nos coureuses en ballade !

Certaines de nos coureuses ont décidé de sortir de nos frontières pour aller découvrir le bitume d'une course non moins exceptionnelle, le marathon de Rome !

Le CA Vétroz a bien été représenté ce 23 mars dernier pour le 20<sup>e</sup> Marathona di Roma. Quatre filles de l'équipe des fondeurs ont pris part à la compétition. Le départ a été donné sous des cordes de pluie mais devant le décor majestueux du Colisée. Elles ont toutes terminé le marathon dans un temps record... et elles sont rentrées avec des tonnes de courbatures et pleins de bons souvenirs et d'anecdotes, telle que la « bombe coca » au contrôle de douane ☺.



Quelques jours plus tard, le 12 avril, nos 4 compères se sont attelées à une course bien plus particulière, à savoir la « Barjot Run » à Bière !

Une course déjantée, sans chrono, où l'objectif est de « courir » sur un parcours destiné à tout sauf à la course à pied ! Ramper, glisser, escalader des échelles, des obstacles d'env. 3 m de haut, bottes de foin, accéder à des passerelles à l'aide d'un filet ou autre, franchir des caravanes, troncs d'arbre, tunnels de pneus, courir dans de la boue, de la mousse, de la sciure, de l'eau, passer sous des jets d'eau, etc..

Bref, une véritable promenade du dimanche !

Encore bravo les filles pour ces belles aventures et je ne peux qu'encourager nos coureurs à les rejoindre !

## La Suisse Bouge à Chamoson !

Du 8 au 10 mai prochain aura lieu une manifestation sportive à Chamoson, intitulée, « La Suisse Bouge ». Vous en aurez certainement déjà entendu parler. Il s'agit, pour une commune, de proposer diverses activités sportives à ses habitants sur une période définie. Chaque minute de sport réalisée permet à la commune d'engranger des points face à des communes adverses.

Le CA Vétroz (société sportive de Chamoson également) a été convié à y participer, afin de proposer différentes activités liées à l'athlétisme.

Le vendredi soir (9 mai), de 18h00 à 20h00, nous proposerons à tout un chacun de découvrir des disciplines particulières de l'athlétisme telles que le lancer du javelot et du disque, sous la direction de nos champions CH de la discipline, Laurent Carron et David Erard ! Les plus jeunes pourront se mesurer sur une mini-course de haies.

Le samedi, de 9h à 11h, c'est la « Course du Johannis » qui permettra de collectionner des minutes sportives ! Chacun aura en effet la possibilité de réaliser une course avec un départ « à la carte », sur un parcours de 850m au milieu des vignes. Un classement sera réalisé selon le nombre de tours accomplis.

Alors, que vous soyez chamosards ou voisin de village, rendez-vous du 8 au 10 mai à Chamoson !

Vous trouverez le flyer de la manifestation en pièce jointe à l'email.

## Découvrez nos membres – T'es qui toi ?

Afin de permettre à nos lecteurs de découvrir des athlètes ou des membres de l'encadrement, chaque newsletter contiendra désormais un portrait d'un athlète et/ou d'un membre de l'encadrement (membre du comité, entraîneur,...) Chaque interviewé devra désigner la prochaine personne qui remplira le questionnaire. Découvrons dans cette newsletter les petits secrets de notre athlète Célia Rey :

**Nom** : Rey

**Prénom** : Célia

**Date de naissance** : 08.07.1997

**Domicile** : Vétroz

**Ta principale qualité** : dynamique

**Ton principal défaut** : parle beaucoup

**Tes hobbies (à part l'athlétisme)** : Ski, photographie

**Ton / tes entraîneur(s) actuel(s)** : Nathalie

**Décris-le(s) en quelques mots** : Patiente

**Tes principaux records** : ...

**Tes prochains objectifs** : ...

**La/les performance(s) qui t'a fait le plus plaisir jusqu'à aujourd'hui ?** : ....

**Ta/tes discipline(s) préférée(s)** : sprint, longueur, poids

**Comment as-tu découvert l'athlétisme ?** : mes parents m'ont inscrit quand j'étais petite !

**Pour moi, le CA Vétroz c'est** : une bonne ambiance ! ☺



## Eliminatoires Sprint & KM – Eliminatoires Kids Cup

Les 2 prochaines compétitions organisées par le CA Vétroz sont l'éliminatoires Sprint & KM du Valais Central, le 21 mai à Sion, et l'éliminatoire local UBS Kids Cup, le lundi matin 9 juin, à Sion également.

Réservez d'ores et déjà ces 2 dates. Nous aurons besoin de monde pour travailler, des bénévoles seront contactés prochainement. Nous aurons également besoin de nombreux parents pour encourager tous nos sportifs !

Les inscriptions se feront comme d'habitude par l'intermédiaire des feuilles distribuées dans les groupes.

Nous comptons sur vous, comme pour toutes les compétitions, à vous inscrire le plus nombreux possible !



## En bref...

- De nombreuses photos des championnats VS jeunesse en salle sont en ligne ! Merci à Kevin Pacios, notre webmaster-photos et à tous nos photographes !
- Nos amis du groupe « sport pop » ont organisé une petite sortie aux Jeurs. Une bien sympathique journée ! :



## A vos agendas !

20 avril 2014 : Début du camp des grands à Arles

3 mai 2014 : Meeting d'Ouverture à Sion

8-10 mai 2014 : La Suisse bouge à Chamoson

10 mai 2014 : CSI multiples à Martigny

10 mai 2014 : Meeting J.J Dumont à Lausanne

*Sportives salutations et à bientôt !*