



Newsletter - septembre 2014

RAIFFEISEN



6 et 7 septembres : Championnats CH U16-U23

Le week-end passé se sont déroulés les championnats suisses U16-U18 à Thoune, alors que les U20-U23 étaient engagés à Genève.

Dans un concours relevé, Laurent Carron s'impose avec un jet à 65m69. Cette superbe performance clôture une saison 2014 incroyable au cours de laquelle il aura gagné 2 médailles nationales. Félicitations!

Le concours du marteau a aussi été très serré. Adrien Rey décroche la 2ème place avec un jet à 39m55 et améliore ainsi la meilleure performance valaisanne de tous les temps qui était détenue jusqu'à présent par Michaël Duc avec 36m91. Kevin Pacios termine 4ème et réalise la 2ème performance valaisanne avec 37m75. Kevin a également pris part au concours du disque où il lance à 36m04 et occupe la 13ème place.

Au lancer du javelot, Kevin Vuistiner arrache la 5ème place du concours avec un jet à 47m72 qui lui permet d'améliorer de plus de 5m sa meilleure marque de la saison. Sur 60m, il égale son record en 9''91.

Bravo aux athlètes ainsi qu'aux coaches qui achèvent en beauté une magnifique saison 2014!

Laurent Carron – re-record !

Quelques semaines après les CS élites, où Laurent avait terminé 2^{ème} (cf newsletter d'août) et avait également réalisé un record VS au lancer du javelot, voilà que quelques semaines plus tard, il améliore encore son propre record VS lors des championnats romands, en envoyant son engin à 66m47 !

10^{ème} Grimpette des Bedjuis : J-3 !

Ce samedi, le 13 septembre, aura lieu la 10^{ème} édition de la Grimpette des Bedjuis. Cette course, permettant de rallier Riddes aux Crêtaux en passant par Isérables, comprend 2 départ pour le grand parcours. Le premier à 9h30 pour les populaires et le second à 10h pour les coureurs.

Les plus jeunes auront l'occasion de faire chauffer leurs baskets à 11h30, sur une sympathique boucle au sein du village d'Isérables.

La météo s'annonce clémente, les bénévoles sont dans les starting-blocks, le nombre d'inscrit promet un record de participation. Donc vous aussi, venez courir (inscriptions sur place possible, gratuite pour les membres) ou encourager tous ces coureurs et partagez une sympathique grillade !

Toutes les infos ici : <http://grimpette.cavetroz.ch>

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 entraîneur Elodie Roh:

Nom : Roh

Prénom : Elodie

Date de naissance : 22.10.1994

Domicile : Vétroz

Ta principale qualité : Jamais pressée ☺

Ton principal défaut : Le chocolat ;-)

Tes hobbies (à part l'athlétisme) : Je fais de la danse, j'aime sortir avec mes amies, cuisiner des pâtisseries, aller au cinéma, ...

Ton « Job » au sein du club : Entraîneur du groupe du mercredi (U10)

Comment as-tu atterri au CA Vétroz ? : En ayant décidé de m'inscrire avec une amie.

Si tu as été athlète, quels sont tes principaux records ? : Avoir toujours terminé dans les 3... dernières ;-)

Quel groupe entraînes-tu ? Peux-tu le présenter en quelques mots ? : J'entraîne le groupe U10 du mercredi après-midi avec Célia. C'est un grand groupe, et c'est toujours un plaisir de venir aux entraînements qui se déroulent dans la bonne humeur, tout en faisant découvrir de nouvelles disciplines et exercices aux athlètes.

Comment as-tu découvert l'athlétisme ? : J'en avais entendu parler par mon entourage et des flyers étaient distribués à la sortie des écoles.

Pour moi, le CA Vétroz c'est : Un club au sein duquel il y a une bonne ambiance, de chouettes entraîneurs et des athlètes motivés.



Athleticum – Profitez de rabais et faites en profitez le CA !

Tous les membres du CA Vétroz peuvent bénéficier d'une carte-Club Athleticum.

Cette carte vous permettra de bénéficier de 10% sur tout achat de matériel concernant l'athlétisme (habits, baskets, souliers à pointes,...). Lors de tout achat, sur présentation de cette carte, vous permettrez également au CA Vétroz d'être gratifié d'une ristourne, quelque soit le matériel acheté. Alors que vous achetez des chaussettes, des skis ou une trottinette, sortez à tous prix votre carte !

De plus, 2 semaines par année, vous pourrez profiter de la semaine-club et bénéficier ainsi de 20% de rabais sur l'ensemble du magasin !

Si vous êtes un nouveau membre, patientez quelques temps, votre carte arrivera par l'intermédiaire de votre entraîneur. Si vous avez perdu votre carte, envoyez-moi un petit email (steve.roh@cavetroz.ch).

En bref...

- Un grand bravo à Floriane et David Erard qui se sont rendus en Turquie, afin de participer aux championnats d'Europe Masters d'athlétisme ! Tous les résultats sont consultables sur notre site.
- La reprise des entraînements s'est déroulée dans la joie et la bonne humeur ! Certains groupes sont complets mais d'autres ont encore quelques places ; donc n'hésitez pas à faire de la pub autour de vous !
- Un grand bravo à nos coureurs, ou plutôt nos coureuses (!) qui ont participé au NendazTrail !
- Bonne chance à Matthieu Normand, qui se rendra dimanche à la finale CH du projet Sprint à Thalwil
- A vos agendas ! L'assemblée générale du CA Vétroz aura lieu le 21 novembre prochain. Elle sera suivie du souper du club !

A vos agendas !

13 septembre : 10^{ème} édition de la Grimpette des Bedjuis

13 septembre : Championnats CH de relais (Zürich)

14 septembre : Finale CH du Projet Sprint à Thalwil

20 septembre : Meeting « Lance et Saute » à Sierre

27-28 septembre : Championnats VS multiples à Martigny

18 octobre : Championnat vétrozain d'athlétisme à Vétroz

Sportives salutations et à bientôt !