



Newsletter – mai 2015

AMIGNE
DE VÉTROZ
LE VIN AUX ABEILLES



RAIFFEISEN



PHYSIOTHERAPIE
DES GALERIES SEDUNOISES
S. ELSIG - M. BRUNOLD
WWW.PHYSIOFORME.CH

Camps des moyens et des jeunes

Durant les vacances de l'Ascension se sont déroulés les camps des moyens et des jeunes.

Camp des moyens

Les U14 et U12 se sont retrouvés pour 4 jours (et 3 nuits !) d'entraînements à Ovronnaz, dans son magnifique centre sportif. Encadrés par Véronique, Nathalie, Joséphine, Daniel et Steve, nos 25 athlètes ont pu s'adonner aux différentes disciplines de l'athlétisme et en découvrir de nouvelles, qu'ils ne pratiqueront que dans quelques années (disque, javelot, perche,...).

Le camp a démarré le mercredi après-midi, avec une prise des chambres à Ovronnaz et un retour direct à Sion pour l'éliminatoire Sprint & KM. La première soirée a donc passé très vite puisque tout le monde n'a rejoint le campement que vers 22h. Une douche plus tard, tout le monde était au lit !

Le jeudi et vendredi ont été des journées intensives. Debout à 7h15 puis petit dej à 7h30 pour prendre des forces. Car des forces il en a fallu pour affronter les presque 6 heures d'entraînement quotidien. Mais apparemment ces entraînements ont été bien supportés, vu l'ambiance qui régnait le soir dans les chambres.



La journée du vendredi s'est aussi terminée par une sortie aux Bains d'Ovronnaz, où chacun a pu se relaxer à sa manière... Pour animer les soirées, le jeudi fut consacré à une soirée cinéma et le vendredi à la traditionnelle « Boum » du camp où chacun a pu démontrer ses talents de danseur...

Le camp s'est terminé en beauté le samedi matin, avec une grande course d'orientation dans la forêt (et dans le froid, puisqu'il a neigé 10 bons centimètres le vendredi...) puis avec un relais sous la forme de « Team Cross » dans une des salles de gymnastique.

Vous en découvrirez normalement plus prochainement, une vidéo devrait en effet sortir ! Un grand merci à tous les athlètes pour la superbe ambiance apportée, aux entraîneurs pour leur encadrement de choc et surtout à Véronique, la cheffe de camp, pour cette organisation impeccable !

Camp des jeunes

Les plus jeunes se sont donné rendez-vous le vendredi et le samedi matin (sans la nuit ☺) à Vétroz, aux alentours de Bresse. Une bonne 20aine d'athlètes, âgés de 9ans et moins, ont pu également pratiquer différentes disciplines de l'athlétisme, encadrés par Célia et Elodie ainsi que par d'autres athlètes, membres du groupe des « Grands » et futurs entraîneurs, que nous remercions aussi fortement.



Les journées ont également été chargées, mais le sourire était toujours présent sur les visages de nos ptites têtes blondes le samedi à midi lors de l'apéritif de clôture, ce qui est en général un bon signe !

De nombreuses photos feront leur apparition prochainement sur le site du CA Vétroz : www.cavetroz.ch



CSI Hommes/Femmes

Les Interclubs de LNB se sont déroulés le samedi 16 mai 2015 à Colombier. L'équipe valaisanne des hommes arrache le titre de champion suisse de LNB et se voit promue en LNA pour la saison prochaine! Il s'agit d'une promotion historique pour la Communauté d'athlétisme du Valais romand (COAVR)! Bravo aux athlètes!

Plusieurs athlètes du CA Vétroz ont contribué au succès de l'équipe. Dans les courses, relevons la victoire de Wehlye dans sa série du 800m en 2:02.95, alors que pour son premier 400m, Massimo fait une très jolie course avec un chrono de 54"94. Chez les lanceurs, David lance le poids à 12m10, juste devant Samuel qui effectue un jet à 11m92. Pour terminer, au lancer du disque, on reprend les mêmes, 4ème place pour David avec un jet à 41m39, suivi à la 7ème place par Samuel avec 36m85.



Quant à l'équipe féminine, elle termine à la 5ème place et se maintient en LNB.

La saison 2015 est lancée des plus belles manières, vivement les prochaines compétitions!
(Texte de Nathalie Duc)

Saison sur piste – ça continue !

Avec un démarrage sur les chapeaux de roue, la saison sur piste continue de très belles manières. Après le meeting d'Ouverture, nos jeunes athlètes ont pu participer aux CSI multiples à Sion où de très belles performances ont été réalisées !

Outre les CSI élites (cf ci-dessus), les plus grands se sont déplacés à différents meetings, compétitions importantes pour préparer au mieux les grandes échéances de cet été, à savoir les championnats CH !

Mais la route est encore longue et nous retrouverons tout d'abord les championnats VS, le 12 et 13 juin à Martigny, compétition à laquelle nous espérons voir un maximum d'athlètes du CA Vétroz y participer !

Pour les plus jeunes, notez également la date du 17 juin dans vos agendas. En effet, le CA Vétroz organisera le mercredi soir, vers 18h, une finale régionale de l'UBS Kids Cup. Et cette année cet éliminatoire aura lieu à Vétroz ! En effet, du tartan a été posé à l'école de Bresse, permettant de faire du sprint en toute sécurité. Cet emplacement offre désormais la possibilité de pratiquer le lancer de la balle, le saut en longueur et le sprint, tout ce qu'il faut pour une UBS Kids Cup !

Et pour terminer avec les plus grands, Félicitations à David (40m47 au disque) et Amandine (35m81 au javelot) (athlète du CA Sion qui s'entraîne en commun avec ceux du CA Vétroz) qui ont pris part à la Finale des Interclubs Elites à Lille en France. Accompagnés par leur coéquipier Christophe Lemaître, ils terminent à la 4ème place avec l'équipe d'Aix-les-Bains.

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 nos membres Kevin Pacios et Gérard Lambiel :

Nom : Pacios

Prénom : Kevin

Date de naissance : 18/02/1999

Domicile : Vétroz

Ta principale qualité : Je suis assez calme

Ton principal défaut : Peut-être trop calme parfois

Tes hobbies (à part l'athlétisme) : La guitare

Ton / tes entraîneur(s) actuel(s) : Michaël Duc

Décris-le(s) en quelques mots : Il est très attentionné et c'est un super entraîneur

Tes principaux records : 12m36 au poids 5kg, 34m11 au disque 1.5kg et 35.99 au marteau 5kg

Tes prochains objectifs : 12m50 au poids, 37m au disque et 38m au marteau

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

Les championnats suisses de marteau la saison passée

Ta/tes discipline(s) préférée(s) : Le disque, le marteau et le poids

Comment as-tu découvert l'athlétisme ? : J'ai voulu essayé l'athlétisme en primaire et je n'ai plus arrêté depuis

Pour moi, le CA Vétroz c'est : Pour moi le CA Vétroz c'est une grande famille (ou un grand bateau) dans laquelle il y a une super ambiance et où tout le monde s'entend à merveille.





Nom : Lambiel

Prénom : Gérard

Date de naissance : 02.12.1953

Domicile : Iséables

Ta principale qualité : Déterminé et motivé

Ton principal défaut : Impatient et exigeant

Tes hobbies (à part l'athlétisme) : La musique et le football

Ton / tes entraîneur(s) actuel(s) : Sylviane

Décris-le(s) en quelques mots : Méritante (a osé accepter le « challenge » de coacher un groupe de sportifs, d'âge et de niveau différents). D'autres, avant elle, avaient également « fait le job » et contribués à conserver un groupe de fond au sein du CA Vétroz. Dommage qu'il ait perdu de sa substance !!!

Tes principaux records : En tant que coureur populaire, pas vraiment de records (faire du mieux possible, en essayant d'améliorer la performance précédente ; le record proprement dit, ça n'a jamais été un objectif en soi).

Tes prochains objectifs : Pouvoir continuer à courir pour le plaisir.

La/les performance(s) qui t'a fait le plus plaisir jusqu'à aujourd'hui ? : Pouvoir courir la 80ème édition de la course commémorative « Morat – Fribourg », en 2013, en compagnie de mes 4 enfants, comme cadeau d'anniversaire pour mes 60 ans.

Ta/tes discipline(s) préférée(s) : Les courses en ville et celles d'une distance approximative de 10 km

Comment as-tu découvert l'athlétisme ? : En accompagnant et en encourageant mes enfants sur les compétitions.

Pour moi, le CA Vétroz c'est :

Un club qui me permet de m'adonner à une discipline sportive tout en côtoyant d'autres sportifs de tous âges, et de tisser ainsi des liens d'amitié qui perdurent.

J-1 !!

Demain, mercredi 27 mai, aura lieu la finale VS du Swiss Athletics Sprint et du KM Nouvelliste, ainsi que la finale régionale du Mille Gruyère, à Sion. Cette manifestation, organisée par le CA Vétroz, qui regroupe 3 compétitions en une seule, permettra à plus de 300 athlètes de se mesurer sur le sprint (60-80m) et le 1000m.

Pour participer à la finale du Swiss Athletics Sprint et du KM Nouvelliste, il fallait s'y qualifier lors de l'une des 3 finale régionale (Sion, Martigny et Naters). Rappelons que le vainqueur du Sprint pourra se mesurer aux meilleurs suisses, lors de la finale du 19 septembre à Langenthal.

La participation au Mille Gruyère reste ouverte à tout le monde ! Là également, les 2 premiers de chaque catégorie se retrouveront sélectionnés pour la finale suisse, le 13 septembre, à Nottwil.

Le CA Vétroz remercie dorénavant et déjà tous les bénévoles qui vont œuvrer à la bonne marche de cette organisation. N'hésitez pas à nous rendre visite demain, dès 16h, au centre sportif de l'Ancien Stand à Sion !

En bref...

- Toutes nos félicitations à Philippe Lamon, membre du comité et à Daniel, entraîneur des U14, et surtout à leur femme pour la naissance de Timothée et respectivement Elise, futurs membres du club !
- Les entraînements se termineront officiellement avec l'arrivée des vacances scolaires. Chaque membre du club recevra prochainement un courrier d'information.
- Bravo à nos coureurs qui se sont rendu à la 6^{ème} étape du Tour du Chablais !
- Félicitations à Wheliye Keynan, qui a battu de 7 centièmes le record du CA Vétroz sur 600m, l'abaissant à 1'26''38 lors du Meeting d'Ouverture de Sion. Ce record, qui datait de 2001 était détenu par Cédric Normand. Les statistiques seront prochainement mises à jour.

A vos agendas !

27 mai 2015 : Finale VS du Swiss Athletics Sprint et KM Nouvelliste et finale régionale du Mille Gruyère à Sion, organisé par le CA Vétroz

31 mai 2015 : Match des 6 cantons

06 juin 2015 : CSI Simples (U14 – U16) à Martigny
12-13 juin 2015 : Championnats VS à Martigny
17 juin 2015 : Elimatoire local de l'UBS Kids Cup à Vétroz (Bresse)
20 juin 2015 : Championnats CH-Ouest à Thoune

Sportives salutations et à bientôt !