



Newsletter – Février/Mars 2016

AMIGNE
DE VÉTROZ
LE VIN AUX ABEILLES



RAIFFEISEN



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

La saison en salle touche à son terme

Les championnats VS jeunesse de samedi prochain (à Naters) permettront de clore la saison en salle de nos athlètes.

Après 3 médailles aux championnats romands (Loann 2^{ème} à la hauteur, Samuel Coppey et Adrien Rey tous deux 3^{ème} au poids), nos athlètes se sont attaqués aux championnats CH en salle.

Mais avant cela, ils sont passés par quelques compétitions de préparation, telles que le meeting Hauteur en Musique à Ste-Croix, où Timothée termine 4^{ème} à la hauteur et le meeting en salle de la GGB à Macolin auquel 8 de nos athlètes ont participé (cf les résultats sur le site).

Pour résumé les championnats CH jeunesse du week-end du 21 février, place à nos jeunes écrivains, Christelle et Timothée :

« Revenons sur ce weekend hilarant.

Après avoir passé deux longues heures à chanter et jouer aux cartes dans notre bien beau bus, nous sommes enfin arrivés à notre hôtel. Après avoir mangé des pousses de soja (c'était du céleri mais Tristan ne le savait pas), nos gentils amis Martignerains nous ont rejoints afin d'essayer de comprendre les règles du jeu de cartes du Président. Le lendemain matin nous avons rejoint les deux stressés (à savoir Nathalie et Tristan) pour le déjeuner.

Tristan a réalisé une belle course malgré la pression due à un pari de la veille, à sa première participation aux Championnats Suisses et son semblant de chute. Il a couru le 60m en 7.65. Christelle, quant à elle, a réalisé son deuxième meilleur temps de la saison, mais elle espérait qu'il soit meilleur.

Au lancer du poids, nos deux lanceurs Kevin et Adrien n'ont pas fait le poids face à leurs concurrents. Ils ont tout de même lancé respectivement 10m87 et 11m13.

Timothée de son côté n'a pas chuté à la hauteur. Après avoir fait quelques frayeurs à son public, il a finalement fait un bond à 1m78.

La suite de la journée s'est poursuivie par la recherche de l'eau chaude sous la douche et nous sommes redescendus de la colline où se trouvent de nombreuses installations sportives et une large étendue de forêts.

Nous nous sommes ensuite arrêtés au Mcdo afin de remplir nos estomacs déjà bien pleins (surtout chez certains amateurs de gâteaux et de boules de Berlin). Finalement, ce weekend fort en émotions s'est terminé avec nos choristes officiels qui nous ont chanté de belles chansons jusqu'à Vétroz.

Merci à notre Fan Club : Lucie, Célia et Nath »



Après l'effort, le réconfort !

Du côté des masters, David Erard a également participé aux championnats CH de la catégorie, en raflant la médaille d'or au 60m et celle de bronze au poids.

De nombreuses photos de ces compétitions ont été publiées (merci Kevin Pacios) sur le site du club : www.cavetroz.ch !

Bravo à tous nos athlètes pour cette saison en salle et continuez ainsi pour la saison sur piste !

En parlant de saison sur piste, ptit clin d'œil à nos lanceurs qui ont bravé le froid zürichoïse lors du meeting Winterwurf Event le 28 février passé. Quand on voit leurs tenues sur les photos, « ça devait cailler ! »

Et celle de cross aussi !

Avec les championnats CH de la discipline, la saison de cross est elle aussi terminée ! On vous parlait des excellentes performances de Martin Masserey dans la précédente newsletter. Malheureusement sa saison se termine sur une grosse déception, puisque la grippe a eu raison de Martin pour ces championnats CH. Déception d'autant plus grande qu'un podium était certainement à sa portée ! Cependant, ses bonnes performances lors des précédents cross lui permettront certainement de rester dans le top 20 du classement de la Cross Cup et de participer au 1500m dans l'Avant-Programme d'Athletissima 2016 à Lausanne !

Au niveau cantonal, la tournée de cross s'est également terminée avec les championnats VS de Gamsen, où le jeune Robin Vouillamoz termine 3^{ème} et Mandy Mauron 2^{ème}. Au classement final de la tournée, relevons les 3^{ème} places de Bénédicte, Mandy et Louis dans leurs catégories respectives.

13 mars – tournoi d'unihockey

Si vous n'y êtes pas encore inscrit, c'est le moment ! Athlète, entraîneur, membre passif, parents ou amis du club, vous êtes tous conviés à notre traditionnel tournoi d'unihockey samedi prochain, à 13h30, à la salle de gym de Bresse !

Afin d'être équilibrées, les équipes seront faites par l'organisateur. L'ambiance conviviale et chaleureuse du club sera au rendez-vous ainsi que quelques gâteaux !

Alors pour vous inscrire, contactez Grégoire Gaillard (gregoire.gaillard@netplus.ch) et rendez-vous samedi prochain !

Sortie « Peau » des fondeurs

Texte de Sylviane

Vendredi 26 février, une douzaine de fondeurs ont échangé leurs basquettes contre skis, bâtons et peaux de phoque pour une petite sortie conviviale de nuit. Après nous être retrouvés au parking des Marécottes, à l'heure prévue malgré les sms de Céline qui a tout fait pour semer le doute :-), nous avons pris le chemin de la Chaulée à travers la forêt. Un sympathique itinéraire nous a menés un peu plus haut que le restaurant de la Creusaz. Après avoir dépeauté, nous avons attaqué la descente vers le resto, mais certains n'avaient apparemment pas eu assez de dénivelé, car une partie du groupe a tenu à se tromper de piste pour avoir le plaisir de remonter 50 m en escaliers (il fallait bien remplacer la séance de renforcement...) Après avoir récupéré les calories perdues (+/-20%) à la pasta party, nous sommes tranquillement redescendus jusqu'aux Marécottes. Un grand merci à Céline pour l'organisation!



Camps 2016

J-19 avant le début du camp du Lavandou !

Hé oui, cette année encore, cette belle commune de la Côte d'Azur va accueillir la 30aine d'athlètes et d'entraîneurs pour une semaine d'entraînements intensifs, sous la direction de la cheffe de camp, Nathalie. Même si les courbatures seront au rendez-vous, rires et convivialité le seront également ! Alors bon camp à tous et ramenez nous des photos et des news croustillantes !

Les plus jeunes devront encore patienter jusqu'à l'Ascension pour pouvoir eux aussi vivre ces bons moments que sont ces camps.

Les 2003-2006 se rendront 4 jours à Ovronnaz au centre sportif, sous la conduite de Véronique et de ses entraîneurs de choc !

Les plus jeunes se retrouveront 2 jours dans la région vétrozaine et, grande nouveauté cette année, passeront la nuit ensemble au Gîte des Vergers ! Nous ne pouvons que remercier et souhaiter plein de plaisir à Célia Martin et à toute son équipe !

Autre nouveauté cette année, un camp pour les fondeurs a vu le jour ! Il aura lieu à la Pentecôte au célèbre centre sportif de Tenero. Bravo à Sylviane et Céline pour l'initiative et bon camp à nos 9 fondeurs qui y prendront part !

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, Timothée Moix :



Nom : Moix

Prénom : Timothée

Date de naissance : 21 juillet 2000

Domicile : Vétroz

Ta principale qualité : à l'écoute des autres

Ton principal défaut : J'accepte pas la défaite

Tes hobbies (à part l'athlétisme) : Cuisiner des p'tits desserts

Ton / tes entraîneur(s) actuel(s) : Nathalie & Michaël

Décris-le(s) en quelques mots : Toujours (ou presque) de bonne humeur et ils transmettent bien leur passion

Tes principaux records ? : 1m80 en hauteur

Tes prochains objectifs ? : 1m90 en hauteur

Ta/tes discipline(s) préférée(s) : Saut en hauteur, High Jump et Hochsprung

Comment as-tu découvert l'athlétisme ? En accompagnant un ami à l'entraînement

Pour moi, le CA Vétroz c'est... : Un super groupe qui sait mélanger sérieux et joie.

En bref...

- Dans moins d'une semaine Laurent Carron commence son école de recrue ! Même si ce n'est pas une période optimale dans la carrière d'un athlète, cela reste une belle expérience et nous lui souhaitons plein de courage et de plaisir !
- Voici une belle vidéo réalisée par Marianne Tremblay sur la 11^{ème} édition de la Grimpette des Bedjus : <https://youtu.be/vF0wik8CiQQ>. Vous pouvez également la visionner sur la page Youtube du CA Vétroz : www.youtube.com/cavetroz

A vos agendas !

12 mars 2016 : championnats VS jeunesse en salle à Naters

13 mars 2016 : **tournoi interne d'unihockey à Bresse**

20 mars 2016 : Course du Soleil à Sierre

26 mars 2016 : Début du camp du Lavandou (fin 2 avril)

26 mars 2016 : Inauguration du bus de l'ASOV à Bresse (le CA y animera un concours d'athlé)

03 avril 2016 : Championnats CH et VS de 10km sur route à Saxon

23 avril 2016 : Meeting d'Ouverture à Sion

Sportives salutations et à bientôt !