



Newsletter - mai 2014

**RAIFFEISEN**



### **Camp d'entraînement de Pâques, Arles, 19-26.04.2012**

Changement de lieu pour le camp 2014, direction Arles, suite aux inondations qui ont rendu Le Lavandou inaccessible 1 mois avant le jour-J.

Nous n'étions pas seuls à commencer la saison. La saison touristique à Arles débutait également ce qui explique l'organisation quelque peu mitigée lors de notre arrivée à l'hôtel :-).

Passé ce moment de flou organisationnel, la semaine fût des plus belles. Les installations sportives étaient au top, ce qui a rendu les conditions d'entraînements optimales et des plus agréables. Nouveauté du camp 2014: petit échauffement inédit avec le déplacement à vélo entre l'hôtel et le stade.

En quelques mots, cette semaine fût un mélange de bonne humeur, de journées intenses d'entraînement, d'activités ludiques en soirée avec notamment le moment fort du jeu de la bûche et du quizz, de moments de détente (visite des arènes d'Arles) et de plages de récupération à la piscine de l'hôtel. Le camp prit fin avec une sympathique course d'orientation.

En résumé, une magnifique semaine durant laquelle chacun a participé au parfait déroulement de celle-ci. Bravo à tous et bon début de saison 2014!

*Nathalie Duc, co-chef de camp*

De nombreuses photos sont en ligne, sur le site du club [www.cavetroz.ch](http://www.cavetroz.ch)

### **Laurent Carron s'expatrie à Aix-les-Bains**

Dans le cadre des Championnats Nationaux Interclubs Elite de France, l'équipe d'AS Aix-les-Bains a proposé à Laurent de venir lancer le javelot pour leur équipe.

Tout a commencé le 4 mai dernier. Tout impressionné par l'ambiance ainsi que ses coéquipiers d'un jour (notamment Christophe Lemaître), Laurent remporte le concours du javelot avec un nouveau record à 61m91.

Clin d'oeil à l'esprit d'équipe bien présent en France : Renaud Lavillenie (recordman du monde à la perche) qui joue la carte de l'équipe, et ce à quelques mois des européens, en faisant le 110m haies et la longueur.

Puis, le 18 mai, nouveau déplacement à Aix-Les-Bains pour Laurent et son coach Michaël pour la finale. Après s'être échauffé à côté de Jimmy Vicaut (9.95 s sur 100m le jour-là = 2ème meilleure performance mondiale de l'année) et prenant part à la même équipe que Christophe Lemaître, Laurent réalise 58.10m dans un concours très relevé.

Commentaire de Laurent, qui résume bien cette expérience exceptionnelle : « Petite claquounette dans les dents, héhéhé »



## La Suisse Bouge à Chamoson !



Nous vous en parlions dans la dernière Newsletter, le CA Vétroz a accepté l'invitation de la commune de Chamoson pour venir animer les 3 journées de sports de la Suisse Bouge, du 8 au 10 mai.

Le vendredi soir, initiation à l'athlétisme, notamment aux haies, javelot, disque et balle. Ce fut un grand succès puisqu'une 40aine de jeunes étaient présents, encadrés par nos entraîneurs de chocs, dont nos 2 champions CH du javelot et du disque, Laurent et David.

Le samedi, nous organisons une petite course à travers les vignes. Malheureusement, cette dernière n'a pas eu l'effet escompté puisque peu de monde a participé à l'évènement... Chose à modifier pour une éventuelle prochaine édition !

Encore une fois, merci à tous nos bénévoles qui sont venus encadrer ces ptites têtes blondes pour l'occasion !



## 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 Océane Schöpfer et aide-entraîneur Marine Maye :

**Nom** : Schöpfer

**Prénom** : Océane

**Date de naissance** : 15 décembre 1997

**Domicile** : Vétroz

**Ta principale qualité** : Généreuse

**Ton principal défaut** : Timide

**Tes hobbies (à part l'athlétisme)** : Danse, shopping

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

**Décris-le(s) en quelques mots** : courageuse (de nous supporter)

**Tes principaux records** :

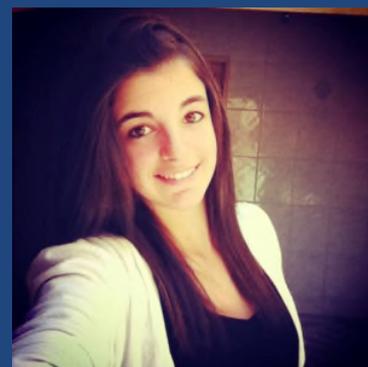
**Tes prochains objectifs** :

**La/les performance(s) qui t'a fait le plus plaisir jusqu'à aujourd'hui ?** : la qualification pour le 1000m

**Ta/tes discipline(s) préférée(s)** : 1000m, longueur

**Comment as-tu découvert l'athlétisme ?** : Grâce à une amie

**Pour moi, le CA Vétroz c'est** : un club génial



**Nom** : Maye

**Prénom** : Marine

**Date de naissance** : 8 août 1997



**Domicile** : Vétroz

**Ta principale qualité** : Généreuse

**Ton principal défaut** : bordélique :)

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

**Ton « job » au sein du CA** : Aide-entraîneur

**Comment as-tu atterri au CA Vétroz ?** : par une bonne pub de mes amies, athlètes du club

**Tes principaux records** : ...

**Que groupe entraînes-tu ?** : Groupe du mercredi avec Elodie et Célia, un groupe très vivant

**Comment as-tu découvert l'athlétisme ?** : A la télé

**Pour moi, le CA Vétroz c'est** : une bonne équipe

### Eliminatoires Projet Sprint & KM Nouvelliste

Mercredi passé, le CA organisait l'éliminatoire Projet Sprint et KM Nouvelliste à Sion. Une belle manifestation qui a accueilli environ 230 athlètes du Valais central.

Malgré de petits soucis de chronométrage en début de soirées, tout s'est déroulé parfaitement bien, si ce n'est un vent un peu violent, particulièrement sur les 1000m.

Les 4 premiers du sprint et les 5 premiers du 1000m se sont qualifiés pour la finale qui aura lieu à Martigny, le mercredi 4 juin prochain.

Bravo à nos 19 sélections au sein du club !

Et BRAVO à toutes les personnes qui nous ont aidés à organiser cette manifestation !

### En bref...

- Après un mois de mai et juin particulièrement chargés en organisations, il reste les camps de l'Ascension et l'éliminatoire de l'UBS Kids Cup à Sion. Merci aux parents qui seront contactés pour donner un coup de main de nous réserver un bon accueil !
- Nous n'en n'avons pas beaucoup parlé dans cette Newsletter, mais le mois de mai a été chargé en compétitions sur piste et hors stade ! De très bons résultats prometteurs pour les championnats VS de juin ! Tous les résultats sont en ligne.
- Le mardi 1<sup>er</sup> juillet, de 17h à 19h, si tu as entre 8 et 14 ans, tu as la possibilité d'aller t'entraîner à Sion avec quelques stars qui seront présentes à Athletissima !! Alors fonce t'inscrire sur le site [www.athletissima.ch/entrainement](http://www.athletissima.ch/entrainement) !
- Merci à Lucie Guntern, qui s'occupe désormais de saisir les résultats de nos coureurs sur le site ! ☺

### A vos agendas !

28-31 mai : Camp des moyens à Ovronnaz

30-31 mai : Camp des jeunes à Vétroz

4 juin : Finale valaisanne Projet Sprint et KM Nouvelliste et éliminatoire MilLe Gruyère à Martigny

7 juin : CSI simples à Sion

9 juin : Eliminatoire UBS Kids Cup du CA Vétroz à Sion (le matin)

13/15 juin : Championnats VS simples à Sion

21-22 juin : Championnats romands à Düdingen

*Sportives salutations et à bientôt !*