



Newsletter - janvier 2015

**AMIGNE
DE VÉTROZ**
LE VIN AUX ABEILLES



RAIFFEISEN



Loto - Merci !!!

Un grand merci à nos membres et amis du club pour votre participation à notre loto du 18 janvier dernier ! L'organisation s'est parfaitement déroulée, les joueurs étaient nombreux et les prix fort appréciés (merci PM Venetz !).

La saison en salle a démarré !

La saison en salle a démarré sur les chapeaux de roues pour nos athlètes ! Tout d'abord commençons avec les championnats VS U16 et plus âgés en salle à Aigle (le 10 janvier). 8 médailles sont revenues en terre vétrozaine ! Mentionnons la réalisation des limites pour les championnats suisses en salle pour Christelle Zillweger (sprint), Timothée Moix (hauteur), Kevin Pacios (poids) ainsi que les médailles suivantes : Kevin Pacios (or au poids), Timothée Moix (or en hauteur), David Erard (argent au poids), Loann Gabioud (argent en hauteur), Lucie Rey (argent au poids), Stéphane Perissutti (bronze au poids), Mandy Mauron (bronze en longueur).

Merci également à la famille Moix qui est venue travailler à l'emplacement de la hauteur !

Une semaine plus tard ce fut au tour des championnats romands en salle, à Aigle toujours. Une très belle médaille de bronze pour David Erard au poids. David qui s'est également rendu ce week-end à Macolin pour un meeting national en salle, où il termine 5^{ème}, toujours au lancer du poids.

Tous les résultats détaillés se trouvent sur le site du CA Vétroz : www.cavetroz.ch !



David en pleine action !

Dernière news du comité

Suite à sa séance du 8 janvier, le comité vous informe des points suivants :

- Le camp « des Grands » se déroulera du 4 au 11 avril au Lavandou
- Le camp des U14 (anciennement appelé « des moyens ») aura lieu à Ovronnaz, du mercredi 13 mai au soir (le 13 après-midi aura lieu l'éliminatoire sprint & KM à Sion) au samedi 16 mai à midi
- Le camp des U12 et plus jeunes aura lieu à Vétroz la journée du 15 mai et la matinée du 16 mai
- L'éliminatoire UBS Kids Cup aura lieu en soirée, le mercredi 17 juin à Bresse

- La date du tournoi d'unihockey sera communiquée ultérieurement, en fonction des disponibilités des salles. Mais il aura lieu un dimanche, autour d'une sympathique pasta-party !
- La 2^{ème} grand organisation 2015 pour le CA Vétroz sera la finale du Sprint Swiss-Athletics et KM Nouvelliste et l'éliminatoire du MilleGruyère qui aura lieu le 27 mai à Sion

Toutes les dates des compétitions et manifestations du CA Vétroz sont affichées très tôt sur le calendrier du site. Merci donc à tous les membres de réserver ces dates !

21 février : Championnats VS de cross A VETROZ !

J-25 avant une des grandes organisations de l'année pour le CA Vétroz : les championnats VS de cross ! Cette compétition de « cross-country » se déroulera dans la région de Bresse. Cantine, vestiaire et cérémonie protocolaire seront situés dans la salle de gym de Bresse, le cross, lui, se courra dans les champs à l'ouest de l'école.

Pour mener à bien cette manifestation, le comité remercie d'ores et déjà chaleureusement les sponsors qui nous soutiennent mais surtout tous les bénévoles qui donneront quelques heures de leur temps pour nous donner un coup de main ! Réservez donc la date ! Merci à chacun de réserver un bon accueil si vous êtes contacté pour nous aider !



Le cross de 2013 avait rencontré un grand succès !

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 Sam Gaillard et de notre coach des fondeurs, Sylviane Bruchez :

Nom : Gaillard
Prénom : Sam
Date de naissance : 22.10.2000
Domicile : Ardon
Ta principale qualité : énergétique
Ton principal défaut : distrait
Tes hobbies (à part l'athlétisme) : ski, snowboard, raide (trotte)
Ton / tes entraîneur(s) actuel(s) : Grégoire et Nathalie
Décris-le(s) en quelques mots : ils sont très motivés et toujours présent aux entraînements
Tes principaux records : mille 3.15, hauteur 1m35
Tes prochains objectifs : 3.00 au mille et 1m40 en hauteur
La/les performance(s) qui t'a fait le plus plaisir jusqu'à aujourd'hui ? : 5ème valaisan tournée des cross cantonaux
Ta/tes discipline(s) préférée(s) : cross, disque, javelot



Nom : Bruchez
Prénom : Sylviane
Date de naissance : 3.12.1984
Domicile : Le Châble
Ta principale qualité : L'imagination
Ton principal défaut : une tendance à remettre à demain ce que je pourrais faire aujourd'hui...
Tes hobbies (à part l'athlétisme) : la peau de phoque, la montagne, le violon
Ton « job » au sein du club : j'accompagne le groupe de fond le mercredi soir
Comment as-tu atterri au CA Vétroz ? : J'ai toujours aimé faire comme mes grands frères, et ils étaient parmi les premiers athlètes du CA.

Si tu as été athlète, quels sont tes principaux records : Mes résultats dont je suis la plus fière, c'est 4h02 à Sierre-Zinal en 2009 et 19'39" à la course de Noël en 2014.

Si tu es entraîneur, quel groupe entraînes-tu ? peux-tu le présenter en quelques mots ? : Depuis peu, j'ai repris le groupe des fondeurs le mercredi soir. Il s'agit d'un groupe composé de gens de niveaux et d'âges variés et ayant des objectifs différents, mais qui se retrouvent autour du même plaisir de courir. Et qui bien entendu adorent faire des séries le mercredi soir, surtout sous la pluie et dans le froid comme c'était le cas quelques fois cet automne ☺

Comment as-tu découvert l'athlétisme ? : Toujours en suivant mes grands frères... Et aussi en participant aux Jeux Olympiques organisés par ma maman dans le jardin pour la voisine et nous !

Pour moi, le CA Vétroz c'est... : un club super sympa, avec une ambiance familiale et qui donne un excellent encadrement aux jeunes comme aux moins jeunes.

Le chiffre du mois : 14'500

Tel est le montant que le CA Vétroz a payé en 2014 en frais d'inscriptions aux compétitions. C'est un montant non négligeable mais nous tenons à ce que nos athlètes soient soutenus au maximum afin de réaliser leurs objectifs sportifs. En contrepartie, le club attend de la part de ses athlètes que ces derniers soient présents aux compétitions auxquelles ils s'inscrivent, portent les couleurs du club et se donnent à 100% ! Mais n'oubliez pas, **l'important est de participer !!!**

En bref...

- Après une semaine intensive en Finlande, Laurent s'est rendu 2 semaines en camp d'entraînement au Portugal avec le club d'Aix-Les-Bains. Une préparation optimale, pour, espérons-le, une saison fantastique !



Laurent a pu côtoyer le champion du monde en titre du lancer du marteau

- La nouvelle salle de musculation sous les vestiaires du FC Vétroz aux Plantys est désormais opérationnelle et le CA Vétroz a définitivement quitter les locaux sous le Hôme. Merci à toutes les personnes qui ont passé des heures et des heures à déplacer ces engins lourds, à nettoyer, à ranger et à décorer ! De nouveaux appareils ont également vus le jour, puisque le club a investi environ 5'000.— CHF dans cette nouvelle salle. Elle permettra sans aucun doute à nos athlètes de renforcer leur musculature pour toujours de meilleures performances !

A vos agendas !

31 janvier 2015 : Tournée cantonale de cross – 3^{ème} manche à Naters

7 février 2015 : Finale régionale de l'UBS Kids Cup à Payerne

21 février 2015 : **Tournée cantonale de cross – 4^{ème} manche (champ. VS) à Vétroz**

22 février 2015 : Championnats CH jeunesse en salle à Macolin

28 février 2015 : Championnats CH masters en salle à Macolin

7 mars 2015 : Championnats VS jeunesse en salle à Sion

Sportives salutations, bonnes fêtes et à bientôt !