



Info Express CAV

N°35 / JUIN 08

Organe d'information du Club d'Aviron Vézenaz, CP 59, 1222 Vézenaz

www.avironvesenaz.ch - Rédaction : F. Grin Falquet - Parution : environ 3 fois l'an

Le billet du Président

A la suite de quelques incidents (et accidents) n'ayant heureusement entraîné que des dégâts matériels, notre comité a décidé de mettre sur pied une soirée d'information sur la sécurité. En effet, comme l'on peut être bon skieur et piètre montagnard, de bons rameurs peuvent ignorer les caprices du lac et leurs dangers. A ce propos, la nouvelle ordonnance sur la navigation intérieure sera également commentée. D'autres mesures, telles que des tests d'aptitude ainsi que des cours de formation continue sont à l'étude.

Mais revenons aux jeunes et à la compétition. Le début de la saison est prometteur avec des victoires remportées dans toutes les catégories d'âge, des minimes aux seniors en passant par les cadets et les juniors ! C'est donc pleins d'espoir que nous attendons les Championnats suisses à Lucerne.

De plus, deux de nos rameurs ont été sélectionnés pour représenter l'aviron suisse. Lucas Tramer ira à Brandenburg près de Berlin aux Championnats du monde U23 et Loïc Dechevrens s'est qualifié pour la Coupe de la Jeunesse qui se déroulera en Irlande.

Bravo à tous ces jeunes qui s'entraînent à fond et portent haut les couleurs de notre Club.

Rendez-vous à Lucerne pour le point d'orgue de la saison

Paul Naef

Sécurité

Comme écrit ci-dessus, une **séance d'information** sur la sécurité aura lieu le **jeudi 19 juin à 20h** au club. Mais voici déjà des directives générales en vrac, car on n'est jamais trop prudent, s'pas ?

- Munissez vous d'un téléphone portable protégé par une pochette étanche.
- Avant la sortie: vérifiez l'état et l'étanchéité du bateau.
- Consultez la météo (windguru, site web météo tsr, prévisions météo n° tél 162, etc...).
- Ne sortez pas en cas de menace d'orage ou si les signaux d'orage sont activés.
- En cas de lac instable (vent ou bise) commencez toujours votre sortie contre le sens des vagues.
- Ne sortez jamais en cas de Joran (vent en provenance du Jura).

- Ne traversez jamais le lac par temps instable.
- Si vous êtes en difficulté ou que votre bateau prend l'eau, approchez-vous du bord et rentrez immédiatement au CAV !
- Si vous n'êtes pas sûr de votre jugement ou de l'évolution du temps, renoncez à sortir, ou faites des aller et retour entre la Belotte et la pointe de Bellerive.
- Rappel des nouvelles directives fédérales : « Hors de la zone riveraine (à plus de 300m de la rive), lors de traversées de plans d'eau, sur les eaux courantes, les embarcations à rames doivent emporter des engins individuels de sauvetage. » Donc, vous êtes censés avoir avec vous un gilet de sauvetage !!! (cf ci-dessous).
- Méfiez-vous des Navibus et des icebergs!

En cas d'accident, vous devez après retour sur la terre ferme, avertir président, chef du matériel, responsable balade ou compétition selon les cas. Leurs numéros sont affichés au hangar à bateaux.

Pour les **gilets de sauvetage**, vous devez avoir le vôtre ou emprunter un des quatre exemplaires marqués au nom du club qui sont à disposition dans le hangar à bateaux. A remettre à leur place après usage, impérativement ! Pour acquérir un gilet, voici une adresse qui a l'air intéressante : <shop.lifejackets.co.uk/acatalog/Rowing_lifejackets.html>. Pour 60 £ environ, on a un gilet qui se met dans une pochette autour de la taille, qui ne gêne donc pas les mouvements, taille unique. Rabais de quantité possible, donc pour l'instant Florence regroupe les demandes (adresse e-mail ci-après).

En plus de toutes ces précautions, le comité a préparé une **liste d'attribution des bateaux fins**. Cette liste est évolutive. Si vous n'y figurez pas, c'est soit parce que nous ne connaissons pas votre niveau de rame, auquel cas vous pourrez passer un test, soit que votre niveau a été jugé comme actuellement insuffisant. Là aussi, pas de panique, des **cours de perfectionnement** vont être donnés pour accéder au Nirvâna ! Les personnes intéressées sont priées de s'adresser à Jean-Pierre ou Florence qui gèrent l'organisation des cours.

Head of the river mars 2008

Eh oui, c'est fait, pour la première fois, le 8+ du club d'aviron de Vézenaz est inscrit au « Head of the River » à Londres. Et de surcroît le 8+ féminin...

L'aventure commence pour Léna, Kerstin, Catherine E., Delphine, Catherine D., Anneke, Ruth et Marie-Elise, accompagnées de leur barreur-entraîneur au gabarit de rameur, Christophe.

Inscription, entraînements, ergo (pour les plus motivées), réservations diverses, démontage de bateau (toujours pour les plus motivées)... ça y est, tout est prêt, tout est sous contrôle, c'est le grand départ... on s'envole vers notre première aventure de grandeur internationale...

Et nous voilà à Londres, sur les bords de la Tamise, le saint des saints pour les rameurs : d'un côté des dizaines de clubs collés les uns aux autres, de l'autre, l'eau glacée (« Ce n'est pas vrai, faut vraiment entrer les jambes jusqu'à mi-mollets pour mettre le bateau à l'eau ??? » « Si, si, c'est comme ça que ça se fait ici »). Alors, haut les cœurs ! On se lance pour un premier contact.

Têtes, épaules, bras... allez, on y va, à l'eau, allez, on n'hésite pas, on entre les pieds. Oui, oui, oui... elle est vraiment froide... mais ce n'est plus un rêve, on y est, on rame sur le sanctuaire.

Samedi matin, une ambiance chauffée par un petit rayon de soleil pour saluer ces centaines et centaines de 8+ (420 exactement) qui se mettent à l'eau pour la course des hommes. Une foule amassée sur les bords, ambiance exaltée et hurlements des balcons des clubs pour soutenir leurs équipes respectives... le tout accompagné de litres de bière. Notre groupe de filles est à la hauteur pour les cris de soutien au moment du passage du bateau SNG.

Dimanche matin, c'est le grand jour, mais le temps n'y est pas. Pluie, vent... On s'organise, on remonte les jambes des pantalons et qui en bottes, et qui en tongues (les bottes, c'est quand même pas si mal...)

Têtes, épaules... STOP, rumeurs : la course est annulée... confirmation : la course est annulée. Un peu déçues, les filles... c'est sûr, mais bon, toujours emballées et surtout super motivées. Maintenant, la Tamise ne nous fait plus peur, alors à l'année prochaine...

Marie-Elise

Matériel

Vous avez remarqué ? le ponton est réparé ! Flambant neuve également après bien des mésaventures, la yolette La Genevoise est de retour. Absents, par contre, les deux doubles Vega blancs, pour cause rencontre brutale sur le plan d'eau....

Toujours la même rengaine : merci de signaler les dégâts faits aux bateaux dans le classeur ad hoc !

Sorties

In extremis, le délai d'inscription étant jusqu'au 16 juin, nous vous rappelons le marathon de Kreuzlingen le 28 juin. Il reste de la place sur la remorque de la Nautique. Informations sur le site <www.ruderclubkreuzlingen.ch/ruderfest2008.htm>

La sortie à Yvoire ou Excenevex n'ayant pas pu avoir lieu le 7 juin à cause du mauvais temps, elle est reportée au 21 juin (pas le 14, pour cause Bol d'or).

Les inscriptions pour les sorties se font auprès de Catherine E. ou de Florence. Les informations complémentaires ou sorties de dernière minute étant généralement transmises par e-mail, nous vous conseillons de nous transmettre votre adresse si ce n'est pas déjà fait. Et **vérifiez vos coordonnées** sur la liste de membres ci-jointe...

Agenda

14 juin : brunch canadien

19 juin : soirée d'information sur la sécurité

21 juin : sortie à Yvoire

28 juin : sortie à Kreuzlingen / ou Gand, 28-29, SNG

5 et 6 juillet : Championnats suisses ; repas en soirée du 6 au club pour accueillir les compétiteurs.

12 juillet : brunch

9 août : brunch

30 août, sous réserve de changement : lac de Joux

13 septembre : brunch

21-22 septembre : Bilac et Soleure

Adresses utiles

Président : Paul Naef : paul.naef@zurich.ch

Compétition :

Christian Chavannes : chris.chav@freesurf.ch

Sébastien Scheidegger : sebschei@hotmail.com

Responsable matériel :

Pierre Lehmann : Pierre.Lehmann@adm.unige.ch

Adresses e-mail et postale ; polos :

Léna Brina : lenabrina@bluewin.ch

Permanences, brunches et sorties :

Catherine Eckert : Eckert.Cat@bluewin.ch

Cours, clés, sorties :

Florence Grin Falquet : florence.grin@bluewin.ch

Cours : Jean-Pierre Stamm : jpstamm@iprolink.ch