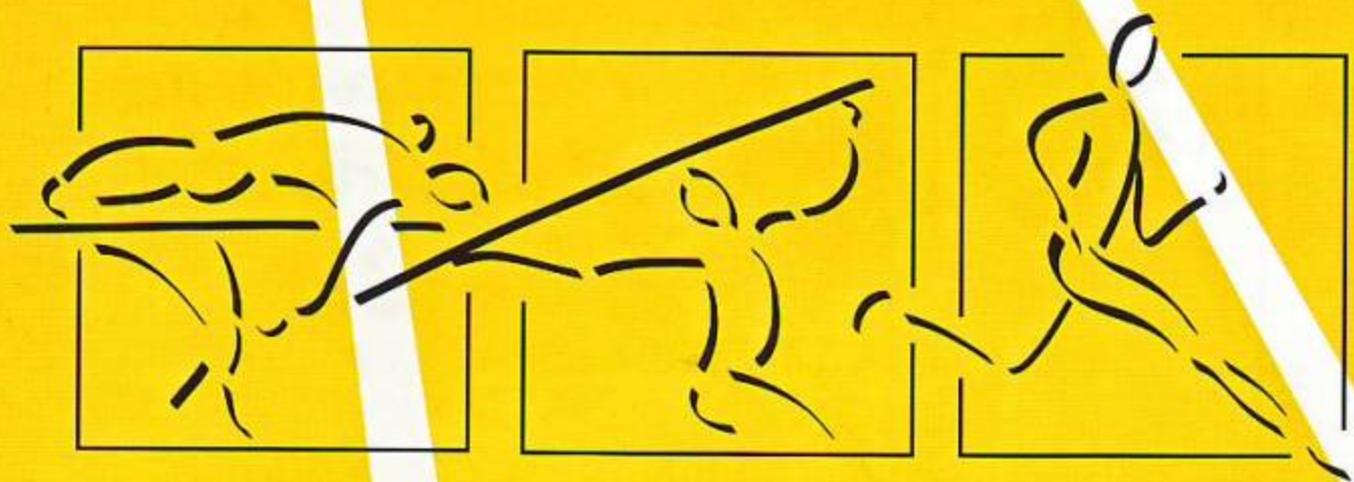


Bulletin d'information

C.A.R.R.E. D'AS



CARE VEVEY Athlétisme

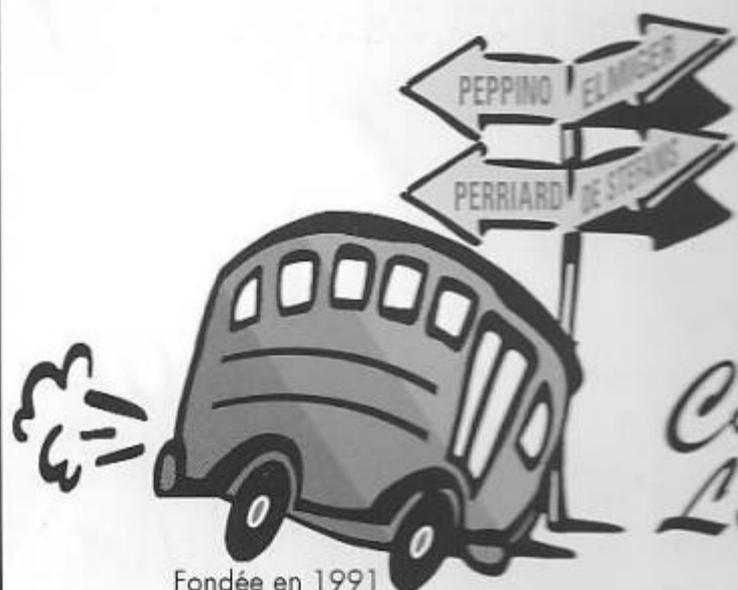
LA REDOUTE

Faites rimer performance avec
tendance, grâce à notre collection
sport.

Courez vite sur notre site
www.laredoute.ch

Et découvrez tous nos articles
de sport, chaussures et vêtements,
avec les marques suivantes:

Adidas, Puma, Nike, Asics, Reebok...



Fondée en 1991

*Carrosserie de
La Veyre S.A.*

T 021 943 47 70
F 021 943 47 80

carr.veyre@bluewin.ch

Z.i. de la Veyre B
Case postale 109
1806 Saint-Légier

CENTRE ATHLETIQUE REGION EST

CARE VEVEY - Athlétisme

Case postale 276

1800 Vevey 1

Internet: www.care-vevey.ch

E-Mail: infos@care-vevey.ch

CARE D'AS N° 283

AVRIL 2012

Responsable
Annonceurs
Imprimerie

Pierre-Alain Forestier
ad. Isabelle Tavazzi
Mury Blonay Sàrl

SOMMAIRE

- 3 *BILLET DU PRESIDENT*
- 5 *DANS LA SOCIETE*
- 6 *PLAN DES ENTRAINEMENTS*
- 7 *ENTRAINEMENTS HORS STADE*
- 9 *APPEL AUX BENEVOLES*
- 10 *ASSEMBLEE GENERALE 2011*
- 14 *COMITE 2012*
- 17 *AVEC LES ANCIENS*
- 18 *60^{em}. ANNIVERSAIRE DU CARE-VEVEY*
- 21 *UNE ECOLIERE SE PRESENTE*
- 22 *FABIENNE + VINCENT MATTHYS*
- 25 *MEMORIAL LUC KILLER*
- 26 *LE DEFI DE L'OISANS*
- 38 *RESULTATS EN SALLE*
- 43 *COURSES HORS STADE*
- 45 *CROSS REGIONAL DE L'EST A BLONAY*

Délai rédactionnel pour le prochain bulletin : 4 juin 2012

A VOS MARQUES

VÊTEMENTS & MATÉRIEL POUR LE SPORT

TOUTES LES CHAUSSURES & ACCESSOIRES POUR L'ATHLETISME !



A VOS MARQUES - Case postale 252 - 1373 Chavornay
Tél. 024 441 07 07 - www.avosmarques.ch - info@avosmarques.ch

JAGGI + POUSAZ SA

TRAVAUX PUBLICS

MAÇONNERIE

BÉTON ARMÉ

RUE DU JURA 10 - 1800 VEVEY - 021 921 21 55 - jaggi-pousaz.sa@bluewin.ch



graphic-papiers.com Sàrl

Rte Industrielle 1 - 1806 St-Légier -

tél: +41 21 943 76 66 - Fax: +41 21 943 76 67

E-mail: info@graphic-papiers.com - www.graphic-papiers.com

Pour tous vos
besoins de
papiers,
cartouches d'encre,
imprimantes et
informatique.

Boulangerie - Pâtisserie

L'Oasis

A. Pasini

Av. des Alpes - Montreux

Tél.: 021 963 35 47

L'Espigas

M. Pasini

Bd Paderewski 12 - Vevey

Tél.: 021 922 50 56

pro de la pub !

COLLIARD
PUBLICITE - VEVEY

www.colliard-pub.ch

- ENSEIGNES - SÉRIGRAPHIE
- PANNEAUX DE CHANTIER
- AUTOCOLLANTS
- BANDEROLES
- VÉHICULES
- VITRINES
- STANDS... T. 021 921 19 15

BILLET DU PRESIDENT

WANTED

Comme vous le savez, une société comme le CARE-Vevey ne peut pas fonctionner sans comité, sans bénévoles et sans annonceurs et sponsors.

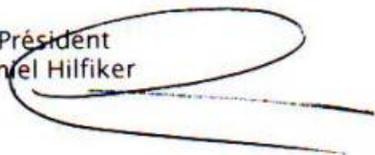
Vous vous direz très certainement, mais pourquoi il nous parle de quelque chose que tout le monde sait déjà depuis longtemps. Comme vous avez pu l'entendre ou lire par le canal de votre journal préféré, le CARE D'AS, la personne en charge de la recherche et du suivi de nos annonceurs a désiré remettre son mandat à la date de notre assemblée générale qui s'est tenue le 3 février dernier. Je profite une fois encore pour la remercier pour tout le travail effectué pendant ces années.

A ce jour, votre comité n'a pas encore trouvé la perle rare pour remplacer Isabelle Tavazzi. C'est pourquoi, je lance aujourd'hui un appel urgent afin de trouver quelqu'un (éventuellement plusieurs personnes) pour reprendre cette importante (plus par le fait qu'elle est indispensable que par le temps demandé pour l'effectuer) tâche au sein de notre comité.

Je remercie d'ores et déjà, les personnes intéressées par le poste de me contacter au plus vite.

En espérant que mon appel sera entendu et que les candidats se bousculeront au portillon, je vous souhaite à tous une excellente saison 2012 et espère vous rencontrer nombreux lors des diverses manifestations que nous allons organiser en 2012 ainsi que lors des festivités de notre 60^{ème} anniversaire.

Le Président
Daniel Hilfiker



LA SUISSE BOUGE, JEUDI 10 MAI 2012

" 8 èm. DUEL INTERCOMMUNAL COOP "
COURSE POPULAIRE DE 5 KM. SUR LES QUAIS



PIZZERIA BAR VECCHIA NAPOLI

Pizza au feu de bois
Livraison à domicile

Rue des Bosquets 11 Tél. 021 921 63 07
1800 Vevey 021 922 92 12

CHARPENTE B+F



1807 Blonay

sàrl

Ch. des Grand'Portes 9 Tél. 021 943 45 80
1807 Blonay Fax 021 943 45 42

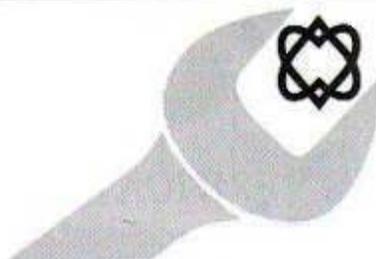
Grandchamp_services_sa

- _ transports
- _ manutention grue
- _ location machines
- _ service voirie

Rue du Village 57
1803 Chardonne
Tél. 021 922 69 59
Fax 021 922 87 46
grandchamp.services.sa@bluewin.ch



Garage de Blonay



Yves RIBORDY
Maîtrise fédérale
Champ-Belluet 16 c
Tél.: 021 943 33 36
Fax 021 943 36 75

Service + réparations mécaniques et carrosserie toutes marques
Concessionnaire FORD - Spécialiste OPEL



Téléphone ■ Electricité

Entreprise d'installations
Maîtrises fédérales
Articles ménagers - Lustrerie

Vevey
Avenue Paul-Ceresole 12
Tél. 021 925 80 80



**NEW
CONCEPT
SPORTS**
WWW.NCSPTS.CH

COURIR JUSTE.

- 15 ans d'expérience au service des coureurs
- l'analyse personnalisée, unique et gratuite
- le plus grand choix en Suisse romande

1066 Epalinges - Vaud / Tél. 021 784 34 44 / www.ncsports.ch



**NEW
CONCEPT
SPORTS**
WWW.NCSPTS.CH

DANS LA SOCIÉTÉ

AUTO-CENSURE

Il a fallu attendre près de six mois pour avoir connaissance par le canal de notre confrère "MOUVEMENTS" (bulletin du Stade-Lausanne Athlétisme) d'une mésaventure survenue à l'un de nos caristes lors du déplacement de l'équipe juniors de la CoA Lausanne Riviera à la **COUPE D'EUROPE DES CLUBS** à Tuzla (Bosnie) le 16 septembre dernier.

En effet lors de l'embarquement à Kloten, oh! stupeur, notre athlète arrivé avec quelques minutes de retard s'est vu dans l'impossibilité de rejoindre ses camarades à bord de la carlingue.

Mais il en fallait plus que ça pour décourager notre athlète, qui n'écoulant que son courage, s'est admirablement pris en charge en prenant un avion pour Belgrade (Serbie) à 150 km. de Tuzla, puis grâce à une connaissance sur place, finit par dénicher un taxi qui lui permit de rejoindre ses camarades après quelques péripéties aux douanes et barrages de police.

Quelle ne fut pas la surprise de l'équipe de retrouver ce camarade après un voyage aussi mouvementé et plein d'émotions.

Comme quoi, c'est bien connu, "les voyages forment la jeunesse !!!"

TOUR DU LAC

Afin de marquer son 75^{ème} anniversaire, notre camarade **RAYMOND JAN** invite tous ses "potes" à l'accompagner le 1^{er} août prochain pour un tour du lac Léman à vitesse modérée !!! Possibilité de rejoindre le peloton à Lausanne pour les 20 derniers kilomètres et de poser pour la photo souvenir sur les escaliers de la Grenette à 19h30 (confirmer votre participation par internet à raymondjan@yahoo.fr)

NOUVEAU STADE

En mars dernier nous avons été invités à une séance mise sur pied conjointement par les délégués aux sports des communes de Vevey et Montreux afin de définir nos besoins quant à l'aménagement du futur **STADE DE LA SAUSSAZ**.

Aux dires de nos interlocuteurs les travaux pourraient débuter en 2013 et se terminer en 2014. Affaire à suivre...

DECES

Nous avons le pénible devoir en ce début d'année de vous faire part du décès de trois camarades.

- **GEORGES KENNEL**, ancien président de la Fédération Suisse d'Athlétisme
- **LASZLO BAJUSZ**, 80 ans, ancien coureur de notre groupe "Nestlé"
- **MAX GRIFFON**, 67 ans, coureur hors stade habitant Chernetz

A leurs familles, notre société présente ses plus sincères condoléances.

Entraînements d'été du lundi 16 avril au 12 octobre 2012

Jours	Catégories	Heures	Lieux	Entraîneurs	
Lundi	U16 - U 23 dès 1998	17h30 - 19h30	Stade de Copet III	Christiane Imhof	021 943 78 88
	Hors stade groupe 2	18h10 - 19h30	Mont-Pèlerin	Erhard Vetsch	021 943 39 08
Mardi	U 12 (2001-2002)	17h30 - 19h00	Stade de Copet III	Fabienne Matthys	021 922 38 76
	U 14 (1999-2000) Kids 2003	17h30 - 19h00	Stade de Copet III	Elisabeth Küng	021 943 13 04
		17h30 - 18h45	Stade de Copet III	M-C Deladoey-Joye	021 943 24 43
	U 16 - U 23 dès 1998	17h30 - 19h30	Stade de la Saussaz	Christiane Imhof	021 943 78 88
	Hors stade groupe 1	18h00 - 19h30	Stade de Copet III	Claire+Bernard Bolay	021 943 55 74
Jeudi	U 14 (1999-2000)	17h30 - 19h00	Stade de Copet III	Elisabeth Küng	021 943 13 04
	U 16 - U23 dès 1998	18h00 - 20h00	Stade de la Saussaz	Christiane Imhof	021 943 78 88
	Kids (2004-2005-2006)	17H30 - 18H30	Stade de Copet III	M-C Deladoey-Joye	021 943 24 43
	Hors stade groupe 1 Hors stade groupe 2	18h15 - 19h45 18h00 - 19h00	Mont-Pèlerin Pl.parc Eglise St-Légier	Claire+Bernard Bolay Erhard Vetsch	021 943 55 74 021 943 39 08
Vendredi	U 16- U 23 dès 1997	17h00 - 19h00 (muscultation)	Salle de muscultation Coppet	Max Dössegger	021 922 90 56

ENTRAINEMENTS "HORS STADE"

GROUPE 1

(Resp. Claire + Bernard)

Lieu de rendez-vous

GROUPE 2

(Resp. Erhard)

Lieu de rendez-vous

Lundi

Mt.-PELERIN à 18 h10

Place de parc Refuge de Reule

Mardi COPET III à 18h00

Judi Mt.-PELERIN à 18h10 EGLISE ST.-LEGIER à 18h00

Place de parc Refuge de Reule

ATTENTION : **GROUPE 1** coureurs confirmés
GROUPE 2 50 à 60 min. les 10 km en compétition

Découvrez notre plan d'entraînement sur le site: www.care-vevey.ch

Erhard

Tél. 021/943'39'08

QUELQUES COURSES HORS STADE

- 28 avril 20 km. de Lausanne
- 2 mai Tour du Chablais, Etape IV à Champéry
- 5 mai La Montée du Nozon à Croy
- 6 mai Marathon + Semi-Marathon à Genève
- 9 mai Tour du Chablais, Etape V aux Diablerets
- 12 mai Grand-Prix de Berne
- 16 mai Tour du Chablais, Etape VI à Monthey
- 25 mai A Travers Pully
- 2 juin 40 èm. Course à Dingler à Savigny
- 2 juin Grand Prix Jeunesse Riviera Chablais à Chailly s/Montreux
- 3 juin 1 er. Trail Event des Paccots
- 7 juin Trail Verbier – Saint Bernard
- 8 juin A Travers Romanel
- 10 juin Course Féminine Suisse à Berne
- 16 juin Grand Prix Jeunesse Riviera Chablais à Blonay
- 24 juin Course des 2 lacs, Le Bouveret-Taney
- 24 juin Fyne Terra ½ Marathon à Yverdon
- 8 juillet Montreux – Les Rochers-de-Naye
- 18 juillet Trail en l'honneur de Franziska Rochat-Moser à l'Etivaz



www.torgon-excursions.ch

*Chez Torgon Excursions S.A. vous voyagez avec des cars grand luxe *** et **** équipés de tout le confort*

**DEMANDEZ NOTRE
CATALOGUE
POUR L'ANNEE 2012**



Case postale 39
1895 Vionnaz
tél. 024 481 29 53
fax 024 481 41 51
info@torgon-excursions.ch



**La Loterie
Romande**
soutient le
SPORT



Boucherie
Charcuterie
Blanc

Service traiteur
Sur commande: poisson frais
Spécialité de fumé de campagne
Viande de cheval

Les Arcades
Route du Village 5
1807 Blonay
Tél. 021 943 28 54

boucherie.traiteur.blanc@bluewin.ch

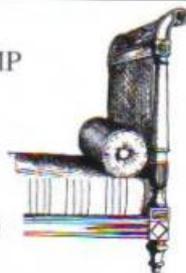


Livraison à domicile
Ouvert tous les jours
Fermé le dimanche

**ÉBÉNISTERIE
JOSÉ GRANDCHAMP**
Maîtrise fédérale

Création
Restauration - Copie

1800 Vevey
Rue des Bosquets 33 - CAB
Tél. + Fax: 021 921 37 02



**ROOS
ventilation**
UNE SOCIÉTÉ DU GROUPE HOLDIGAZ
AV. GÉNÉRAL-GUISAN 28 - CP - 1800 VEVEY 1
TEL. +41 21 925 83 80 - info@roos-ventilation.ch

APPEL AUX BENEVOLES

Comme il est de coutume au début de chaque saison athlétique je me vois contraint de faire appel à vous pour nous permettre de mener à bien l'organisation de nos différentes manifestations.

En effet, en plus des membres du comité, de nos fidèles jurés et de nombreux athlètes, nous sommes heureux de pouvoir compter sur une belle cohorte de parents sans qui l'organisation de nos meetings serait pas possible.

Grâce à vous tous, nous n'avons pas connu de trop gros problèmes durant ces dernières éditions et nous espérons qu'il en sera de même en cette année du 60^{em}. anniversaire.

Les tâches étant extrêmement simples, nous nous contenterons d'une brève instruction sur l'emplacement de la manifestation.

Alors n'hésitez pas davantage avant de nous retourner le talon ci-dessous dans les meilleurs délais au CARE-VEVEY, case postale 276, 1800 Vevey ou auprès d'Elisabeth Küng. Merci d'avance.

Responsable manifestations: Pierre-Alain Forestier

***** TALON REPONSE *****

NOM ET PRENOM :

ADRESSE :

oui/non **MEMORIAL LUC KILLER**, Stade de la Saussaz à Chailly s/ Montreux
Samedi 9 juin 2012, 13 h.00 à 17 h.45 (25 collaborateurs)

oui/non **MEETING DE CLOTURE**, Stade de Copet III à Vevey
Samedi 29 septembre 2012, 13 h.00 à 17 h.45 (25 collaborateurs)

oui/non **TRIATHLON BCV RIVIERA**, Préparation et contrôle course à pied
Dimanche 2 septembre 2012, 8 h.00. à 12 h.00 (5 collaborateurs)

oui/non **LAUSANNE MARATHON**, Ravitaillement + préparation parcours
Dimanche 28 octobre 2012, 9 h. à 14 h. (15 collaborateurs)

oui/non **COURSE DE LA VIEILLE VILLE VEVEY**
Samedi 3 novembre 2012, 8h./11 h. ou 13h. jusqu'à 17 h.30

En fonction de vos inscriptions, nous vous confirmerons votre engagement par une convocation en temps utile.

ASSEMBLEE GENERALE 2011

VEVEY, vendredi 3 février 2012

Pour la seconde année consécutive, nos assises se sont déroulées dans les locaux de l' Union Chrétienne à Vevey en présence de 45 membres.

Le quart d'heure vaudois est à peine entamé quand notre président Daniel Hilfiker ouvre sa 16^{ème}. assemblée en saluant André Stehlin président de l'ACVA et de nombreux membres d'honneur, enfin l'assemblée se lève afin d'honorer la mémoire des disparus.

L'ordre du jour étant accepté, après l'appel et l'adoption du procès-verbal du 18 février 2011 établi par Christiane Forestier, nous passons à la lecture des différents rapports:

Daniel fait part de sa satisfaction quant aux résultats obtenus par nos athlètes et peut qualifier l'année 2011 d'un excellent millésime et se réjouit de voir la réalisation prochaine des transformations du stade de la Saussaz. Concernant l'état des membres, nous enregistrons une légère augmentation avec 222 actifs, 12 membres du comité, 23 entraîneurs, 27 membres d'honneur, 165 membres supporters et 90 annonceurs. Il remercie toutes ces personnes qui contribuent à la bonne marche de notre société.

Nous poursuivons avec le rapport sur notre bulletin dont vous avez pu lire les commentaires dans notre dernier CARE D'AS (billet de la rédaction).

C'est au tour de notre chef technique Elisabeth Küng de nous entretenir des brillants résultats obtenus par nos athlètes, nous n'y reviendrons pas, notre bulletin vous en faisant part tout au long de la saison. Elle souligne enfin le très gros travail de nos entraîneurs qui n'hésite pas à suivre des cours de perfectionnement afin d'être toujours mieux à l'écoute des athlètes. Elle termine son rapport en relevant la fréquentation du camp de Pâques mis sur pied à Digne-les-Bains avec 23 athlètes et 5 entraîneurs.

Au chapitre des manifestations Pierre-Alain, chiffre à l'appui nous fait part de sa satisfaction quant au succès de nos différentes organisations et remercie les nombreux bénévoles qui ont contribué à leur réussite.

Au point 6, notre caissier Christian Zurkinden nous fait part de façon très détaillée de la situation financière de notre société. Malgré un déficit de Fr. 4'172.16 dû essentiellement à la participation de nos athlètes U20 aux Championnats d'Europe des clubs (dépense de Fr. 8400.- non prévue au budget) l'exercice 2011 peut être taxé de très bon et la situation financière de notre club demeure extrêmement saine.

Cet état de fait sera confirmé par nos vérificateurs des comptes Joëlle et Marie-Clémence qui demandent à l'assemblée d'adopter les comptes par acclamation avec remerciements à notre trésorier.

Les cotisations ayant été réajustées l'an dernier, le comité propose le statu quo pour 2013.

Au chapitre du renouvellement du matériel, rien de particulier, les achats se feront au coup par coup en fonction des besoins.

Pour en terminer avec les finances, Christian nous présente et fait adopter un budget de Fr. 66'600.- avec un bénéfice présumé de Fr.500.-

Le programme des manifestations 2012 vous sera communiqué par le canal de notre bulletin CARE D'AS et par notre site Internet.

Dans les communications du comité figure le camp d'entraînement, les championnats du monde de CO et notre 60^{ème}. anniversaire.

Nous poursuivons avec le renouvellement du comité, hormis la démission d' Isabelle Tavazzi, les autres membres sont à disposition pour un nouveau mandat (composition dans ce présent bulletin). Relevons l'arrivée de Jouni Heinonen vérificateur des comptes qui remplace Marie-Clémence Mouron.

Arrive le moment toujours très attendu de la remise des récompenses :

- Athlète de l'année, Steve Zurkinden, 100 m en 10"91, 1005 points
- Classement à la progression, Nathalie Schönfeld, 101 points
- Challenge "Fair-Play", Mireille Jatou
- Challenge Gaillard, Jutta Heinonen, longueur 5.78 (gagné définitivement)
- Places d'honneur aux Championnats Suisses, B. Matz/N. Schönfeld/A. Joye J. Matthys/V. Mitchell/B. Mouthon/O. Nahon/A. & T. Overney/T. Sava/G. Touron/M. Vauthey/S. Zurkinden
- Prix spéciaux: Manon Wassenberg, Cloé Pointet, Elia Bianchi
- Membres d'honneur: Joëlle Hilfiker/Elisabeth Küng (présentation ci-après)

Dernier point de l'ordre du jour, les propositions individuelles:

- André Stehlin nous apporte les salutations et remerciements de l'ACVA.
 - Notre président d'honneur félicite les athlètes pour leurs résultats 2011.
- Il est 20 h30 quand Daniel peut clore notre assemblée générale et inviter les participants à partager un excellent repas chinois concocté par notre traiteur patenté, la boucherie Blanc à Blonay. Merci également à nos dames du comité qui ont confectionné un beau choix de desserts.





Créateur de
cuisines selon
vos désirs

Electroménager, Salles de bains, Carrelage

Revendeur officiel **AEG**
Il Saverio

Route de la Crottaz 5
1802 Corseaux/Vevey
Tél. 021 922 48 50
www.habitat-confort.ch



Habitat & Confort^{SA}

L'ÂGE D'OR

horlogerie-bijouterie
P+C STOUDMANN

58, rue d'Italie
1800 VEVEY
Tél. 021 921 18 13
Fax 021 921 21 30

www.agedor.ch

TISSOT
SWISS WATCHES SINCE 1853

Experience more at www.tissot.ch



TOUCH II

Touchez la glace et vivez une expérience unique avec
ses 8 fonctions tactiles dont un baromètre,
un altimètre et une boussole 925 CHF *

IN TOUCH WITH YOUR TIME

NOUVEAUX MEMBRES D'HONNEUR

Nous avons le plaisir de vous présenter ci-après les 41 & 42^{èm.} membres d'honneur de notre société :

JOELLE HILFIKER

Arrivée au CARE-VEVEY en 1991 à l'occasion de la course de relais Vevey-Carpentras, elle n'allait plus nous quitter et pour cause, en 1992 elle épouse notre président actuel.

Dès lors elle se montre active au sein de notre groupe de juges de concours pour finalement prendre dès 1996 la responsabilité de notre cantine lors de nos différents meetings. Durant plus de 10 ans, elle démontre à ce poste un dévouement sans limite et contribue de manière importante à la santé des finances du club par l'apport des bénéfices constants de notre buvette.

Après autant d'années passées derrière le comptoir, elle aspire à changer d'activité et dès 2008 elle seconde Régis au sein de notre bureau assurant la gestion des inscriptions et des résultats de nos meetings, du Cross et de la Course de la Vieille Ville.

En 2009 suite au départ de Régis pour le Brésil, elle assume avec courage et détermination ce poste oh! combien important de notre activité rendu toujours plus complexe en raison des exigences de Suisse Athlétiques.

Pour ces 20 années de dévouement, nous sommes particulièrement heureux de lui décerner le titre de membre d'honneur du CARE-VEVEY.

ELISABETH KUNG

A débuté l'athlétisme au sein du CA Fribourg où sa polyvalence l'amènera à pratiquer bon nombre de disciplines allant du sprint aux lancers en passant par les sauts et le demi-fond. Elle y rencontre celui qui deviendra son époux et ce jeune couple viendra s'établir à Blonay où elle finira par s'engager au sein de la société de gymnastique locale.

Mais le virus de l'athlétisme reprendra vite le dessus et Pierre-Alain n'aura pas trop de peine à convaincre Babeth à prendre du service au sein du CARE-VEVEY en 1996 déjà.

Dès lors notre camarade va donner un nouvel élan à notre mouvement jeunesse et en 1998 elle suit avec succès son premier cours J+S.

Toujours débordante d'activité avec un enthousiasme jamais démenti, elle accepte en 2003 le poste particulièrement important de chef technique de notre société. Malgré les nombreuses contraintes de cette fonction, Babeth trouve encore le temps de s'entraîner et reconvertie vers les moyennes et longues distances, elle participa entre autre au dernier marathon de Berlin. Depuis près de 10 ans, nous pouvons que nous féliciter de cette nomination et pour sa gentillesse légendaire et son extrême dévouement, nous sommes fier et heureux de pouvoir lui décerner le titre de membre d'honneur de notre société.

COMITE 2012

COMITE ADMINISTRATIF

PRESIDENT D'HONNEUR

FORESTIER Pierre-Alain Av. de la Gare 12 1800 VEVEY 021 921 97 64

PRESIDENT

HILFIKER Daniel Rt. de Bossonnens 38 1607 PALEZIEUX 021 550 00 81

VICE-PRESIDENT (vacant)

SECRETAIRE + P.V.

FORESTIER Christiane Av. de la Gare 12 1800 VEVEY 021 921 97 64

CAISSIER

ZURKINDEN Christian Av. de Sully 29 1814 LA TOUR 021 944 57 82

PRESSE (vacant)

CARE D'AS

FORESTIER Pierre-Alain Av. de la Gare 12 1800 VEVEY 021 921 97 64

ANNONCEURS (vacant)

ad. TAVAZZI Isabelle Ch. Bottassioux 13 1806 ST.-LEGIER 021 943 41 81

FICHIERS/COTISATIONS

DOSSEGGER Max Ch. de la Fin 4 1802 CORSEAUX 021 922 90 56

DELEGUEE ATHLETES

MOURON Marie-Clémence Chemin de Nant 10 1805 JONGNY 021 922 91 49

WEB MASTER

MESOT Richard Petit Maconnais 4 1805 JONGNY 021 921 63 28

MATERIEL

UMBEHR Marc Ch. de Valdezia 3 1012 LAUSANNE 021 943 47 26

CROSS REGIONAL DE L'EST

RESPONSABLES : Mary-Claire DELADOEY-JOYE * Marc UMBEHR

COURSE DE LA VIEILLE VILLE

RESPONSABLES : Pierre-Alain FORESTIER * Daniel HILFIKER

VERIFICATEURS DES COMPTES

HILFIKER Joëlle * NAHON Oliver * HEINONEN Jouni

COMITE TECHNIQUE

PRESIDENTE TECHNIQUE

KUNG Elisabeth Ch. du Poyet 16 1807 BLONAY 021 943 13 04

COACH JEUNESSE ET SPORTS

DOSSEGGER Max Ch. de la Fin 4 1802 CORSEAUX 021 922 90 56

MANIFESTATIONS/JUGES

FORESTIER Pierre-Alain Av. de la Gare 12 1800 VEVEY 021 921 97 64

GESTION INSCRIPTIONS/RESULTATS

HILFIKER Joëlle Rt. de Bossonnens 38 1607 PALEZIEUX 021 550 00 81

ENTRAINEURS

KUNG Elisabeth Ch. du Poyet 16 1807 BLONAY 021 943 13 04

DOSSEGGER Max Ch. de la Fin 4 1802 CORSEAUX 021 922 90 56

DELADOEY-JOYE Mary-Claire Chenalettaz 13 1807 BLONAY 021 943 24 43

DEL RIO Alexia Rt. de Blonay 120 D 1814 LA TOUR 021 691 26 60

IMHOF Christiane Rt. de la Chaniaz 33 1807 BLONAY 021 943 78 88

JACCARD Vincent Fontaine 59 1040 ECHALLENS 076 466 15 76

JATON Mireille Ch. du Jordil 4 1807 BLONAY 021 943 13 20

MATHYS Maude/Jean-Marc Ch. des Vergers 21 1867 OLLON 021 964 36 81

MATTHYS Fabienne/Vincent Bd. Charmontey 21 1800 VEVEY 021 922 38 76

MOURON Marie-Clémence Ch. de Nant 10 1805 JONGNY 021 922 91 49

NAHON Oliver Bosquets de Julie 14 1815 CLARENS 021 964 52 05

OVERNEY Albin/Tristan Esplanade 12 1804 CORSIER 021 922 37 61

ROCHAT Noémie Chemin de la Foge 1 1815 Clarens 021 964 47 11

TAVAZZI Jean-Paul Ch. Bottassioux 13 1806 ST.-LEGIER 021 943 41 81

TOURON Grégoire Clos d'Aubonne 1 1814 LA TOUR 021 944 06 89

WALTER Pascaline/Olivier Ch. de la Baillaz 29 1806 St.-LEGIER 021 922 59 08

ZURKINDEN Steve Av. de Sully 29 1814 LA TOUR 021 944 57 82

COUREURS HORS STADE

BOLAY Claire/Bernard Place de l' Eglise 13 1071 CHEXBRES 021 943 55 74

VETSCH Erhard Pré-des-Planches 31 1807 BLONAY 021 943 39 08

ENTRAINEMENT DES ANCIENS

FORESTIER Patrick Ch. du Bourdon 4 1802 CORSEAUX 079 205 91 38

CARE-VEVEY ORIENTATION

BAUMGARTNER Pierre-André Ch. de l'Aubousset 6 1806 ST.-LEGIER 021 943 27 78

IMPORTANT !!!

Changement d'adresse: Max Dössegger, Chemin de la Fin 4,1802 CORSEAUX



Bolomey & Borloz SA

constructions métalliques

Zone industrielle E
Route de Fenil 51
1809 Fenil-sur-Corsier

Tél : 021 921 76 65
Fax : 021 921 05 17
bolomey-borloz@bluewin.ch

Pâtisserie Tea-room Confiserie

fredy

toujours bon, toujours frais

Grand'Rue 19, 1814 La Tour-de-Peilz, tél. 021 944 18 23

Un petit cadeau
pour toi ou pour elle ...

Ptits bijoux maryclaire ❀

Mary-Claire Deladoey Joye
Bijoux et création - Blonay
021 943 24 43 <http://maryclaire.bleublog.lematin.ch>

Jean-Luc CHABLOZ
masseur diplômé

Massages:
sportifs - relaxants - amaigrissants
(agrée par les assurances)

Rte d'Andix 11 - 1807 Blonay
Tél. 079 210 20 11



SPORTXX

MIGROS

Denis Liaudat
Espaces verts



Machines et outils forestiers - Service STIHL
Route des Paccots - Châtel-St-Denis
Tél: 021 948 83 26

Chez John

Restaurant
CHEZ JOHN

ouvert 7 / 7
Rue des Moulins 62
1800 Vevey
021 / 921 29 96

AVEC LES ANCIENS ...

Une fois n'est pas coutume, délaissant nos cannes de uni-hockey nous avons profité d'une magnifique soirée de pleine lune pour nous éclater en raquettes malgré un froid de canard.

Nous étions pas moins de 16 présents au départ des Paccots pour une randonnée d'un peu plus d'une heure qui allait nous conduire par monts et vaux au restaurant du Lac des Joncs.

Dans cet établissement, une succulente fondue moitié-moitié pour les uns, 100 % vacherin pour les autres eut vite fait de réchauffer l'atmosphère. Un coup de blanc par ci, un coup de rouge par là, les langues se délièrent rapidement et les plaisanteries fusèrent jusqu'à l'heure du départ.

Chacun apprécia la proximité du parking à la sortie du restaurant afin de ne pas perdre le bénéfice des calories et de la chaleur stockées durant le repas.

Enfin nous ne voudrions pas manquer d'adresser nos plus chaleureux remerciements à Patrick pour l'organisation de cette sortie en particulier et pour les entraînements en général.





Le CARE fête ses 60 ans en 2012

Le 6 octobre 2012, stade de Copet III – Vevey

Grand relais

200 x 300 m (le tour de la piste) = 60 kilomètres.

200 coureurs, jeunes, anciens, membres actifs, supporters, entraîneurs... tous à Copet le 6 octobre.

Chaque coureur partira dans l'ordre des dossards, de 1 à 200. Le relais se déroulera de 9h30 à 12h30 environ.

En principe chaque participant court une seule fois, sauf si nous ne sommes pas arrivés à rassembler les 200 coureurs nécessaires.

Dans ce cas, on attribuera un nouveau dossard au coureur afin que les numéros se suivent.

Les départs se feront à la suite, c'est-à-dire que le dossard 1 passera le relais au dossard 2, etc. Chaque coureur sera chronométré.

Au terme du relais, nous proposerons un apéritif et un repas en commun (semi-repas canadien) sur le stade aux environs de 12h30-13h.

Les inscriptions se feront dans l'ordre d'arrivée et le dossard attribué en suivant.

Pensez que si vous avez le dossard 3, vous allez courir aux environs de 9h30 et si vous avez le dossard 198, nettement plus tard...

L'inscription se fait par mail, avec indication de vos noms – prénoms – date de naissance complète et adresse.

Merci de vous inscrire par e-mail: 60ansducarevevey@gmail.com uniquement!

Si vous n'êtes pas équipés en informatique, merci de m'appeler au 021 943 24 43.

Les inscriptions sont donc limitées à 200, pour courir, mais libre de participer et venir encourager, aider ou boire et manger!

Inscription nécessaire pour le repas, mais les informations suivront, par e-mail ou par courrier! D'ores et déjà merci pour votre participation à cette rencontre qui se veut conviviale – amicale et familiale.

Infos: Mary-Claire Deladoey Joye – Blonay – 021 943 24 43 – 079 791 01 41.

Pour terminer nos festivités liées au 60^e anniversaire, nous vous proposons de participer à une course à pied, dans un endroit original, le 8 décembre 2012 à ...



La Chaux de Fonds

pour participer à la Trotteuse,
Corrida de Noël en ville

Vous trouverez toutes les informations sur Internet: <http://www.latrotteuse.ch/>.

Le déplacement se fera en car, 52 places, et sur place, vous participerez à la course ou viendrez encourager les coureurs.

Le CARE vous offrira le repas sur place, pris en commun au centre de course (assiette de pâtes), l'inscription à la course ainsi que le voyage en car.

Un challenge interclub est proposé par l'organisateur, donc venez nombreux pour courir!!

Nous mangerons après les dernières courses, aux environs de 20h30.

Le retour se fera aux environs de 22h30 à définir encore.

Pour toutes les inscriptions:

- soit à la course
- soit pour le repas
- soit pour le trajet,

merci de me faire parvenir, un mail contenant:

Prénom, nom, adresse, date de naissance, n° de natel, adresse e-mail et n° de la catégorie.

A l'adresse suivante: 60ansducarevevey@gmail.com.

Vous pouvez aussi, si tel est votre souhait, vous rendre sur place par vos propres moyens et ensuite, participer et nous rejoindre pour le repas.

Néanmoins, pour toutes les options, merci de vous inscrire par mail.

Vous trouverez également une feuille d'inscription sur le tableau d'affichage au stade, vers le bureau et le vestiaire des hommes.

Pour toutes infos: Mary-Claire Deladoey Joye, 021 943 24 43 - 079 791 01 41 - famillejoye@bluewin.ch.



Rue du Collège 22
1800 Vevey
Tél. 021 921 32 60

YANNICK DUFRESNE

Café-Restaurant à la Valsainte

Assiette du jour / mets au fromage
Désossée et filets de perche du Léman
Propositions de menus sur demande
Chasse en saison
Salle pour groupe, réunion et banquet
2 jeux de quilles fédérés



ACHAT • VENTE • ESTIMATION GRATUITE

Grand-Rue 56
1814 La Tour-de-Peilz
Tél. +41 21 977.00.00
latour@cgs-immobilier.ch

Grand-Rue 98
1820 Montreux
Tél. +41 21 962.70.50
montreux@cgs-immobilier.ch

Également présents à Lausanne, Châtel St-Denis et Monthey.

www.cgs-immobilier.ch



Aebi Fleurs

Toutes décorations florales

Rue de Lausanne 1
Tél. 021 921 28 61
VEVEY



Place du Marché - 1800 VEVEY
Tél. 021 921 13 93
Fax 021 922 53 79

SÉVERINE RINSOZ

Ostéopathe D.O. MFSO

Rue du Village 2A
1803 Chardonne
Tél. 021 922 36 01
srinsoz@sunrise.ch

076 379 69 76
(en cas d'urgence)



Entretien • Création • Rénovation
Taille • Elagage • Dallage • Plantation • Traitements
Ch. de Crêt-Richard 9 Tél. 021 977 22 10
1814 La Tour-de-Peilz Fax 021 977 22 13

Willy METZENER

PAYSAGISTE
Vevey - Corseaux

Création et entretiens de jardins

Tél. 021 921 15 66 Fax 021 923 65 66



L'EMPREINTE DU SPORT

Rue du Théâtre 8 - Tél. 021 921 58 91

Une écolière se présente...



Hello!

Je m'appelle Léa et j'ai bientôt 13 ans.

Je suis en 7^e année et j'habite à La Tour-de-Peilz.

En dehors de l'école, je fais du piano et de l'athlétisme!

C'est là que j'ai rencontré mes meilleures amies!!!

Mes disciplines préférées sont le lancer de la petite balle, le poids et «la hauteur».

A bientôt...

C'est «à cause» d'elle...*



***ou grâce à elle !**

- Que nous nous sommes mis à courir pour l'accompagner à la piste finlandaise (elle avait 7 ans et nous arrivions encore à la suivre!)
- Que nous avons fait la connaissance d'Erhard et du groupe des coureurs hors stade du mercredi, pour la préparer à ses premiers 4 km de Lausanne...
- Que nous avons commencé à passer nos week-ends sur des stades d'athlétisme à l'encourager...
- Que nous nous sommes liés d'amitié avec Babeth, à force de la côtoyer aux abords des terrains...
- Que ses deux frères ont eux aussi souhaité s'inscrire au CARE; Julien en prenant part à un relais au «pied levé» et Fred en préférant courir plutôt que d'attendre la fin du meeting à regarder...
- Que nous avons proposé à Babeth de lui donner un «coup de main» avec nos... jambes (un peu facile, ok !), en allant courir le mardi avec les 10-12 ans, puis les 12-14...
- Que nous avons suivi les cours J+S, nous qui ne venions pas de l'athlétisme...
- Que nous jouons aux «GE», ou Gentils Entraîneurs (quoique...!), une fois par année, lors du camp d'entraînement de printemps, entre footing, starting block et match de foot...
- Que nous nous sommes fait de nouvelles et belles amitiés au sein du club...

Tout cela, avec plaisir et motivation... !

Fabienne et Vincent Matthys



Boulangerie
Pâtisserie
Tea-room
Veranda

Nos spécialités
Tartes truffées
Cakes à l'orange
Mousses aux fruits
Baguette à l'ancienne
Pains au levain
Glaces maison

Ouvert le dimanche
nouvelle terrasse

Route des Deux-Villages 21 - 1806 Saint-Légier - 021 945 38 17



koller orthopédie

votre mieux-être entre nos mains

Prothèses - Orthèses - Corsets - Bandages
Supports plantaires - Bas médicaux - Cannes
Chaises roulantes - Lits électriques - Exoprothèses de sein

1800 VEVEY Tél : 021 922 72 82
Av Général-Guisan 38 Fax: 021 921 52 52



**PHARMACIE
DE COPET**

- Sur votre chemin...
- Facilité de parking
- Livraison à domicile

Avenue de Corsier 7
1800 Vevey

Tél.: 021 921 97 22
Fax: 021 923 55 24

**EBÉNISTERIE
AGENCEMENT**

YANN BOVY SÀRL

Zone industrielle D y.bovy@yannbovy.ch
1809 Fenil s/Corsier www.yannbovy.ch

T 021 922 19 79
F 021 922 19 80
M 079 309 26 01

L'As Floral
Virginie Frête

Route des Deux-Villages 52
1806 St-Légier
021 943 42 12 - lasfloral@hotmail.fr

T-SHIRTS PRINT

PYTHON

DESIGN

**IMPRESSIONS TEXTILES
T-SHIRTS SWEAT-SHIRTS
POLOS JOGGINGS ETC...**

Ch. du Cèdre 37 - Burier
1814 LA TOUR-DE-PEILZ
Tél. 021 944 40 41 - Fax 021 944 40 51
web: www.pythondesign.ch

*De St-Légier
à St-Saphorin...*
venez déguster nos meilleurs crus

St-Légier - Les Curtis
Pinot Noir de Blonay
Chardonne
St-Saphorin



JEAN-MARC FAVEZ
VIGNERON
ST LÉGIER

Sentier des Curtis 2
1806 St-Légier
Tél / Fax 021 943 58 51
Mobile 079 647 77 49

Dégustation sur rendez-vous

MEMORIAL LUC KILLER 2012

CARE VEVEY

Athlétisme



SAMEDI 9 JUIN 2012 - STADE DE LA SAUSSAZ - CHAILLY S/MONTREUX

	Cadets B	Cadettes B	ECOLIERS - GARCONS			ECOLIERES - FILLES		
	U16M (1997-1998)	U16W (1997-1998)	A U14M (1999-2000)	B U12M (2001-2002)	C U10M (2003 et +)	A U14W (1999-2000)	B U12W (2001-2002)	C U10W (2003 et +)
13h30	POIDS	HAUTEUR	60 M		LONGUEUR		POIDS	LONGUEUR
13h45	JAVELOT	JAVELOT				60 M		
14h00				60 M				
14h15							60 M	
14h30		POIDS	LONGUEUR	LONGUEUR		POIDS		50 M
14h45					50 M			
15h00	80 M							BALLE
15h15		80 M						
15h30	LONGUEUR		POIDS	POIDS		HAUTEUR	LONGUEUR	
15h45	600 M				BALLE			
16h00		600 M						
16h10								1000 M
16h20				1000 M				
16h30			1000 M					
16h40					1000 M			
16h50							1000 M	
17h00						1000 M		

N.B. : la longueur et les lancers se dérouleront à 3 essais.

INSCRIPTIONS : **PAS D'INSCRIPTION SUR PLACE**
Par courriel à : j.hilfiker@jpnnet.ch ou sur Swiss Athletic / **délaï au mercredi 6 juin 2012**

FINANCES : A payer sur place, le jour du concours contre le dossier
Cadets B / Cadettes B Fr. 5.- par épreuve
Ecoliers A-B-C / Ecolières A-B-C Fr. 4.- par épreuve

INSTRUCTIONS : Ce meeting est autorisé par Swiss Athletics, organisé selon les règlements en vigueur.
La licence est obligatoire.
L'organisateur décline toute responsabilité pour les vols & les accidents survenus lors de ce meeting.

RENSEIGNEMENTS : Joëlle HILFIKER, Rte de Bossonnens 38, 1607 PALEZIEUX (021/550.00.81)

Le défi de l'Oisans

TOE pour les intimes

Edition collector

L'Oisans, bien sûr que vous savez où c'est, l'Oisans, en tout cas depuis que vous avez enlevé les petites roues de votre vélo... L'Alpe d'Huez, le Lautaret, les routes pour le Galibier, le Glandon, la Croix de Fer, mais pas seulement, c'est aussi le massif des Ecrins, et le GR 54 qui le ceinture. Une aubaine pour découvrir la région, ce que nous avons fait en 2010 lors du Défi de l'Oisans, course de 6 jours et 8 étapes.

À l'occasion des 20 ans de cette épreuve, est organisée une édition unique, en une seule étape non-stop. Un clic pour nous pré-inscrire en relais avec mon épouse, aussitôt les remords, la frustration et le sens des réalités me tourmentent: Tout coureur normalement constitué ne peut refuser une telle proposition: participer en solo. Petite persuasion psychologique, genre pas de problème, c'est juste un peu plus long que l'UTMB, avec une bricole de dénivelé en plus, on va pas se laisser effrayer par 12'000 m de montée étalés sur 180 km et quelques cailloux, d'ailleurs ça fait autant de descente

que tu aimes bien... faut savoir parler aux femmes!

Même pas peur! Après un début de saison basé sur du plat, 24h et 100km, j'arrive aux 2 Alpes avec plus de récupération que d'entraînement et un dénivelé à rendre neurasthénique un Hollandais, mais heureux de participer à ce que je ne vois pas comme l'objectif de la saison, mais plutôt une belle aventure qui s'annonce.

Départ sous un ciel couvert pour la première descente, aussitôt suivie par une succession de bosses, - 1400m quand même -, descentes techniques et raidillons, qui nous amènent à Besse en Oisans. Juste le temps de mettre un visage sur certains pseudos, d'échanger quelques mots, de me demander pourquoi les fabricants de chaussures vendent de la technologie quasi spatiale et ne sont pas capables de fournir des lacets qui ne se défont pas... La pluie s'invite par intermittence dès le col de Cluy. Un coureur m'annonce viser 70 heures, je lui signale qu'à notre rythme, j'estime plutôt 40 h. Non, il n'aime pas

courir la nuit et à planifié de dormir dans les différentes bases vies. Rapide ravitaillement, les lacets gras et raides du col Nazié permettent de pointer les premiers écarts, avant de relancer à travers le grand plateau d'Emparis, par une sente boueuse et glissante, sans la vue promise sur la Meije, perdue dans les nuages gris et un fin rideau de pluie. La redescente sur le Chazelet confirme que les grimpeurs n'apprécient guère les secteurs roulants, peu de monde en vue. Ravitaillement toujours rapide aux Terrasses, pour me laisser tomber en solitaire sur la Grave par un large chemin raide de gros sable où je m'étonne de ne découvrir que peu des nécessaires marques de freinage.... Tout ça pour attaquer en face les 250 m de montée bien là, et trouver la compagnie d'un petit peloton qui se forme le long de la rivière menant au Pas d'Anne Falque. Je mène ce petit monde à un bon rythme soutenu, dans ce secteur roulant qui me convient bien, pas trop vite, mais sans traîner. Ce n'est pas le moment de s'exploser en forçant l'allure, ni de trop vouloir s'économiser sur un faux train: utopique d'espérer récupérer le temps perdu sur la fin. Après 100km, plus personne n'accélère suffisamment pour compenser. Juste ne pas s'épuiser maintenant! Passage à la marche pour gravir le verrou rocheux à côté de la cascade, face aux randonneurs trempés. Montée menée à bon train avec Frédéric, si bien qu'au col d'Arsine, nous avons largué tous nos compagnons. Malgré la pluie,

je n'ai toujours pas mis ma veste, mais le vent glacé montant de la vallée me décide enfin. Faut dire que je n'avais pas le temps jusqu'à maintenant, j'utilise un sac avec une sacoche ventrale maintenue par trois sangles, donc un sacré boulot pour s'harnacher... et je n'apprécie pas trop la sensation d'étuve quand il ne fait pas trop froid. La dévalée sur le chemin caillouteux est bien tracée, mais fort raide et sinueuse, laissant juste le temps de plonger le regard dans le bleu blanc du lac de la Douche. Ne reste plus qu'à rejoindre la première des quatre bases vie, celle de Môtetier en compagnie d'Eric et Marc, bien meilleurs descendeurs que moi. 65°km, 8h50 de course, je me laisse déconcentrer par le passage envieux près des bains thermaux, et tombe dans le premier piège de cette course: les bénévoles trop accueillants... D'habitude plutôt efficace et rationnel aux ravitaillements, je me laisse tenter par une assiette de pâtes et un potage



Monetier (les bains) la douche... en compagnie d'Eric, Benjamin et Marc.



Boucherie des Tilleuls

Gérard SIMON
Rue des Tilleuls 5
1800 VEVEY
Tél. 021 921 44 11

ART' OPTIQUE

Lunetterie Lentilles de contact
Examens de la vue

1806 Saint-Léger Tél 021 943 40 20

SMART' CUIR

BAGAGES - ACCESSOIRES - VÊTEMENTS



LANCEL



Rue du Lac 49
1800 Vevey
Tél 021 921 52 41

Laiterie de Blonay



Spécialités de fromages
Crème double de la Gruyère
Mélange fondue - Raclette
Service à domicile
Sur commande plateaux
de fromages

Rte du Village 17 - 1807 Blonay - Tél 021 943 12 38

Drapeaux Baudois

Bannières-Fanions-Vitraux
Gadgets pour sociétés
Etain-Gravures



1814 La Tour-de-Peilz
Case postale 172
Tél./Fax 021 944 07 00

La Grange

restaurant • pizzeria

Cuisine italienne et française
Four à bois - Pâtes maison
Av. de la Gare 9 - 1800 VEVEY
Tél. 021 922 79 87
Natel 079 211 14 47



Services de dépannages

tel. 021 922 92 29
fax 021 923 67 85
natel. 079 413 31 29
079 206 69 29

AntonioVieira S.A
Maîtrise Fédérale

Installations
Sanitaires
Chauffage
Solaire

Ch. des vergers 7 - 1800 Vevey



GARAGE DU MONT-PÉLERIN SA

Z.I. DU RIO GREDON
1806 ST-LÉGIER S/VEVEY
TÉL. 021 943 32 41/42
FAX 021 943 32 26

garagemontpelerin@bluewin.ch
www.garagemontpelerin.ch

ABC

DÉMÉNAGEMENTS

CH-1804 CORSIER / VEVEY
tél. 021/921 65 44 - fax 021/922 33 20

apportés avec sourires et gentillesse, ajoutés à ma boisson chocolatée c'est légèrement roboratif! Je prends surtout le temps de soigner mes pieds: Pour protéger des restes de cloques, j'avais placé un compeed en plus de mes tapes habituels, mauvaise idée! Avec l'humidité tout vagabonde au fond de mes chaussettes. Une nouvelle bande et je repars bien après mes compagnons à l'attaque du col de l'Eychauda.

Oh surprise, en dixième position! Je pensais vraiment avoir plus de monde devant. Y'en a pas mal qui ont dû traîner aux ravitaillements!

Mauvaise surprise! Non seulement c'est raide et détrempé dans la forêt, mais mon estomac proteste contre ma gloutonnerie. Des remontées acides me gênent à chaque gorgée, ça ne va pas être facile de s'hydrater et je me traîne avec lourdeur sur ce monotrace étroit.

Bonne surprise! En débouchant sur les pistes de ski de Serre Chevalier, Eric et Marc sont juste devant, peut-être bien que le chemin était aussi raide pour eux... Je les reprends avant de basculer dans la longue descente, où, évidemment, Eric, le roi de la descente, disparaît rapidement alors que je tente de m'accrocher à Marc. 13 km pour 1275 m de dénivelé, c'est long et pas très pentu sur chemin, sentiers et routes, mais au moindre passage technique, pierrier ou éboulis, je perds 20 minutes sur mon compagnon, que je reprends pour reperdre au prochain arrêt pipi. Les jambes lourdes, je prends

conscience que je manque un peu d'affûtage pour mon rythme de course. Va falloir me refaire une santé...!

Vallouise, 85 km, deuxième base vie. Déjà une demi-journée de passé. Concentré, je refais soigneusement les pleins, sans manger, prépare la frontale, profite des toilettes. Eric croira m'avoir causé deux minutes sans réponse de ma part. Pauvre garçon! Il devait être bien fatigué... D'un commun accord, Marc m'accompagne pour cette longue étape nocturne. C'est plus sécurisant et surtout je sens qu'il compte sur ma diligence pour négocier notre passage dans les parcs à moutons avec d'éventuels patous!

Au parking d'Entre les Aygues, nous quittons après moult papotages de coureurs les 6 km de route montant gentiment, pour nous engager plein sud et pleine nuit vers le col le plus haut - 2735m - du parcours. Suite de petites bosses et de replats, le début rend désespérant l'accès à la lampe qui clignote au col. Elle reste toujours aussi haute, ou est-ce un satellite?... Et quand on monte véritablement, c'est sur une pente schisteuse, raide et en dévers. Lunaire et magnifique de jour, hasardeuse dans le noir. Mieux vaud ne pas oublier de tourner aux lacets! Un coup de barre brutal m'assoit carrément dans le dernier virage, souffle épais. Bouf! Je récupère trente secondes face à la pente, cherchant les rares frontales et la limite invisible entre les crêtes et le ciel tant la nuit est noire. Encore quelques pas poussifs, un salut

au bénévole chaudement emmitoufflé et je rejoins Marc moyennement en confiance au milieu de la trace traversant de biais sur le Pas de la Cavale. Il cherche du faisceau de sa lampe le bas de la pente, je le «rassure» y'a pas de fond à cette vallée!

900 m plus bas, une minuscule lueur situe le refuge du Pré de la Chaumette, qu'il suffit de rejoindre pour une petite sieste bienvenue. Il suffit de suivre précisément le chemin afin d'éviter les sauts de falaises. Pour trouver, le chemin il suffit de suivre le balisage du GR. Pour trouver le balisage, il suffit qu'il y en ait, car parc national des Ecrins oblige, pas de flèches sprayées par l'organisation, mais guère plus de marques rouges blanches officielles. Autre solution, utiliser le GPS obligatoire. Ces engins, un acheté pour mon épouse, l'autre emprunté – merci Peter – m'auront déjà fait perdre assez de temps à l'entraînement, à paramétrer, capter les satellites, apprivoiser l'outil, me perdre à suivre des traces connues... J'opte pour la mémoire des lieux et entraîne Marc «en visuel» sur les traces de moutons, tournant autour des rochers, sautillant au-dessus d'une cascade, évitant les cailloux encombrant les nombreux lacets. Connaître le parcours n'est pas forcément un avantage psychologique en cas de coup de pompe dans une «petite» côte, par contre, c'est un plus indéniable pour l'orientation. Pas de doute, pas de stress, pas de perte de temps pour consulter le GPS.

Comme prévu, nous nous ravitaillons, plein des gourdes, et hop, au dodo sur les matelas disposés au sol. Décidément, cet exercice d'endormissement rapide reste ma hantise, pas moyen de plonger dans un sommeil réparateur, je me relève après 35 minutes vaseuses, secoue mon compagnon et relance frileusement dans la nuit. Pas longtemps ! En 100 m je bascule deux fois dans les éboulis, sans aligner trois pas en rythme ! Penaud, je demande à Marc de passer en tête, et me cale derrière, hypnotisé par ses semelles dans le faisceau de ma frontale. À chaque virage, j'ai l'impression que les yeux tournent alors que le cerveau continue en ligne droite... Malgré cela, je suis étonné de buter plutôt rapidement 860 m plus haut sur une tente posée à cheval sur le col de la Valette. Au fond de la tente, dans la pente, une couverture de survie en boule fait semblant de dormir, une autre couverture bredouille en grelotant «n° de dossard?»... Je me sens soudain bien mieux à ma place... D'autant que la suite est amusante: Pensez, une descente en zigzag réguliers sur une trace noire, dans une pente en schiste noir, dans la nuit noire. Super rigolo, et je suis enfin réveillé. Un petit plateau caché entre deux cols, 100 m de remontée et descente en biais nous lancent à l'assaut du col lunaire de Vallonpierre. L'aube nous accueille lorsque nous débouchons face au Sirac fraîchement enneigé. Reste une grosse quinzaine de kilomètres à redescendre pour re-

joindre la Chapelle en Valgaudemar, troisième et prochaine base vie. Rien ne nous est épargné: Pente raide et schisteuse, pelouse détremnée, lacets dans la caillasse, et surtout 6 km de route où il faut dérouler une foulée passablement fatiguée. Le temps de passer deux coureurs qui clopinent et les 24 h de course, de croiser quelques accompagnants à la recherche de leur poulain et on recommence le cérémonial – plein des gourdes – soins des pieds – dodo.

Schbling boing, le container à verre disposé derrière la tente dortoir est particulièrement efficace comme diane, malheureusement réglé à peine dix minutes après mon endormissement cette fois parfaitement réussi. Un pacer – un accompagnateur et soutien moral autorisé – me propose ses services. Il a appris l'abandon de son coureur et cherche à se rendre utile pour quelqu'un d'autre, mais je préfère interioriser ma course, me gérer seul ou en compagnie d'un autre coureur aussi fatigué que moi. Marc étant déjà reparti, je trottine en solitaire la longue route menant à Villard Loubière, sans même songer à placer une petite pointe de vitesse, content de tourner soudain plein nord dans ce qui représente un retour quasi en ligne droite vers l'arrivée. Droite mais pas plate.... Quoique je ne me préoccupe guère des 5000 m de montée en 46 km restant à parcourir. Je me contente de gérer en «flux tendu» les quelques mètres qui me précèdent, un pas après

l'autre, dans l'instant présent, à l'écoute des mes sensations. La distance ou le dénivelé ne sont d'ailleurs pas les plus gros problèmes, mais plutôt la gestion du sommeil en fonction des heures passées sur les chemins. 30 h: ça va, 40: ça commence à devenir pénible, plus: impose quasiment le repos où le rendement physique se dégrade tant qu'il ne compense plus la perte de temps passé à dormir.

J'attaque d'un pas énergique, soutenu d'une bonne poussée de bâtons, les 1600 m bien sévères du col de Vaurze. Assis en-dessous du refuge des Souffles, Marc souffrant d'un genou à décidé d'abandonner au Désert, je l'encourage en argumentant que ce hameau à 10 km d'ici est tellement isolé qu'il ne faut pas compter être évacué avant le repli des bénévoles, mais son père est déjà en route pour affronter les 70 km sinueux du cul de sac. Ce parcours à l'intérieur du Parc National des Ecrins est de toute beauté, brut et sauvage, voir limite pour les plus sensibles au vertige, deux petites gorges aériennes et leur torrent freinent un peu les ardeurs, et encore, je les traverse durant les 10 minutes de soleil de la journée, pour beaucoup, ce sera de nuit... Un grand cirque de pierriers et de pentes herbeuses habité des plus grosses marmottes que je n'ai jamais vu, et je pose un pied sur le col, l'autre pied visuellement sur le village du Désert, 1250 m plus bas. Technique est un terme qui convient parfaitement à la descente, concentré est mon état, si



Pour nous... Le client est roi!

MONNARD SA
Plâtrerie - Peinture

1809 FENIL-SUR-CORSIER
Tél. 021 922 73 83-76 - Fax 021 922 73 06
www.monnard-sa.ch



Philippe Savoy

Tél. 021 921 10 83
Fax 021 921 00 26

Rue du Théâtre 6
1800 Vevey



L'esprit du terroir!

**LES VIGNERONS
DE CORSEAUX
EN LAVAUX**

Rue du Village 20 • CH-1802 CORSEAUX • Tél. +41 21 921 31 85
Fax +41 21 921 31 10 • www.avc-vins.ch • info@avc-vins.ch



courtage - ou tous conseils immobiliers

D. Guyot Vermont & G. Fawer

Place de l'Ancien-Port 14 - 1800 VEVEY - Tél. 021 922 29 02
dumuidimmobiliersa@bluewin.ch - www.dumuid-immobilier.ch

**VITRERIE
MIROITERIE**

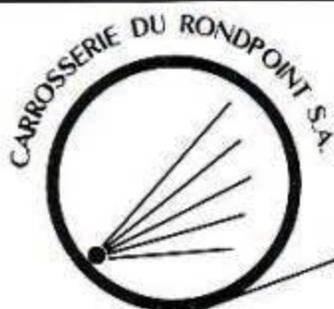


1800 Vevey

Rue Louis-Meyer 21

Tél. 021 921 10 12 +
021 921 10 91

Fax: 021 922 58 84
Atelier Fenil: 021 922 94 88



Z.I. 1806 St-Légier
Rlo Gredon

Jean-Luc EMCH Tél. 021 943 40 63
Fax 021 943 23 02

bien que les traversées vertigineuses, les sauts de cailloux dans les hautes herbes, les lacets gravillonnés, les pierriers vaguement tracés, tout est dévalé comme dans un rêve, juste le temps de saluer les soudains nombreux randonneurs à la peine dans la pente. Le ravitaillement du Désert consiste à un simple abri et deux chaises au frais près de la rivière. En remarquant la sollicitude des bénévoles, je prends soudain conscience de mon classement, ils n'ont pas encore vu passer grand monde, une dizaine de participants au plus, on n'est pas trop bousculés! La montée de Côte Belle est parmi les plus courtes du coin... à peine 1046 m, mais alors, quelle montée... Droit dans le pentu! Je me rapproche de Nicolas et de son amie pacer, quand un formidable coup de barre me tombe dessus. Mélange de fatigue physique, de manque de sommeil, de ravitaillement bâclé à cause de la concentration dans la descente, d'entraînement un peu trop léger, d'hypoglycémie, je laisse pas-

ser Alexandre que j'avais si aisément doublé dans le col précédent, et imitant ainsi les chèvres vautreées sur un gros rocher, je mâchonne mollement une barre énergétique. De nouveau seul au monde, je relance tranquillement, histoire d'arriver dans les lacets terreaux à temps pour un gros orage qui transforme le sentier en piste de bob boueuse. Quelques mètres de crapahut acrobatique, jambes écartées sur les rebords pour trouver une zone moins glissante et je me retrouve un virage plus bas, pieds plaqués contre les bâtons plantés pour stabiliser la situation. Une plaisanterie qui m'aurait fort amusé en d'autre temps, mais là, pas trop! Me reste plus qu'à couper directement en direction de ce que j'espère être le col, marchant sur les mottes molles, tirant sur les longues herbes, soufflant dans la pente dégoulinante. Bienvenu, une tente fermée répond à mon appel. Un coup d'œil droit derrière sur le col de la Vaurze, un autre droit devant sur le col de la Muzelle, qui émerge



Les quelques lacets du col de la Muzelle, c'est aussi sympa sous la pluie...

des nuages, j'attaque heureux cette descente facile avec plein de relance. Passage somptueux sous d'immenses aiguilles de schiste, quelques lacets, la végétation et le sol changent... Finit la caillasse laminée et les mousses rases, vive la terre et les fougères, ce qui permet de me vautrer trois fois en 15 m sans me salir, enfin, pas plus! Je suis bien assez mouillé et décide de traîner des pieds en papy pépère et prudent. Bizarre cette course, j'ai passé dans du velours une descente que je redoutais, et galère sur le boulevard tant attendu...

Un aller-retour de deux kilomètres à Valsenestre permet de croiser quelques concurrents. Ayant participé l'année précédente à la course par étape, je connais la majorité des bénévoles, qui étaient déjà là, parfois comme coureur. C'est assez drôle et sympa de courir à 350 km de la maison et d'avoir l'impression d'être régional de l'étape, ce qui m'a valu d'ailleurs un usage nettement plus soutenu que prévu des bases vies, près de 1h40 au total, où on était particulièrement bien accueillis.

La fête d'arriver à un poste et de trouver un grand sourire accompagné d'un «salut comment tu vas» fraternel. Des bénévoles particulièrement efficaces et stoïques, changeant de poste au fur et à mesure de l'avancée de la course, ou passant trois nuits sur un col étroit et venteux. Je profite de faire percer des cloques qui n'ont pas trop aimé les 160 km précédents de glissades et travers humides. Prudent le podologue les

protège avec une bande de gaze stérile sous le tape, mauvaise idée, car je sens le tout se déplacer rapidement, mais je ne vais pas chipoter pour les vingt derniers kilomètres.

La pluie me reprends en même temps qu'un concurrent, j'en reste surpris, pas l'habitude de me faire poser pareillement à la marche dans une montée. Mon moral se retrouve dans le même état que la peau des pieds: tout flétri... J'ai l'impression de vraiment manquer de tonus, et crains maintenant le retour en masse d'un tas de sagouins qui viendraient m'empêcher de finir cette course sans stress. Y'a plus de respect pour les vieux, ma bonne dame! Je regarde avec inquiétude où Benjamin passe. On monte latéralement dans une zone rocheuse où les contrôleurs ont disséminé leurs tentes sur les rares semblant de rochers plats disponibles avant d'attaquer le dernier mur, pas loin de la verticale. Un chemin vient d'y être tracé, il manque encore un peu de stabilité, mais reste plus facile que l'escalade directe sur les arêtes schisteuses.

Ouf, encore 1330 m de pris, et en face du col de la Muzelle, les Deux Alpes, l'arrivée! Petit détail, y'a pas de pont pour éviter les 1740 m de descente. Un semblant de chemin mène à un névé, que je parcours au maximum, c'est plus rapide que de sauter sur la caillasse, suffit d'éviter les zones d'écoulement. Derrière, quelques bouts de traces hasardeuses, pas vraiment évidentes, un choix de cailloux aléatoire pour

traverser la rivière, la rive du lac de la Muzelle et son refuge. En fait le site emblématique qui trône sur tous les prospectus de tourisme, mais pas un panneau indicateur ni même un cheminement correct... et quand il y a un chemin, il est traversé d'énormes marches à sauter...

Gauche, gauche, gauche... Plié en deux, je suis accaparé par une mission importante: je balise assidûment de mon pied gauche les cailloux sur lesquels les coureurs suivant doivent poser le pied! Y'a du boulot, j'espère qu'ils sont attentifs. Une pause pour sortir ma lampe frontale dissipe cette hallucination, houlà, 2 km que je n'ai pas vraiment vu passer! Un coup d'œil derrière moi pour vérifier la concurrence, aucune lumière dans cette vallée profonde sans pollution lumineuse, c'est tout bon, je peux continuer à trotter le long des cascades bouillonnantes, sauf sur le pavage de cailloux glissants et ronds qui annonce l'imminence de Bourg d'Arud. Casse gueule le secteur!

Personne dans la rue. La soirée fraîche et humide étant peu propice aux ballades touristiques, je continue la mienne au petit trot jusqu'au ravitaillement de la télécabine de Venosc. Plus que 700 m de montée. Arrêt à l'entrée du village, je ne trouve pas le balisage, pas l'envie de perdre du temps à allumer le GPS, sortons le road book. Hum, la pluie s'est infiltrée dans la chemise en plastique... pas facile à lire, cette bouillie de papier! Malgré des neurones qui doivent ressembler



De nuit, c'est noir!

à du bircher, je parviens à prendre la décision pointue de monter, bon choix, je retrouve les flèches roses.

Milieu de la remontée sur les Deux Alpes, la brume enveloppe les virages et j'ai un colis à transporter à la station, je n'arrive pas à me rappeler à qui le donner. Qu'y a-t-il dans ce paquet? J'aimerais bien qu'on me dise à qui il est destiné, ça m'inquiète, franchement, ils auraient bien pu l'envoyer par la poste, non, j'ai une course sur le feu, moi... Ah ben oui, c'est ça, le spot éclairant violemment l'arrivée de la benne m'éclaire sur ma situation: je ne transporte rien, à part mes hallucinations, et j'ai une course à finir. Dédoulement de conscience, que ça s'appelle.

La traversée des Deux Alpes ne se passe pas comme prévu, je pensais suivre la route principale, et les flèches que je cherche en balayant frénétiquement le sol de ma frontale m'envoie à l'extérieur, près du golf. C'est pas possible ce qu'il est long ce kilomètre, pourtant pas plus que par le centre.



J.-P. GÜNTENSPERGER Sàrl

Ferblanterie - Couverture

Appareillage - Installation sanitaire

Maîtrise fédérale

Chemin Ancien Four 28

1815 Tavel/Clarens

Tél. 021 964 16 74

Fax 021 964 74 02



RT DE FER

CONSTRUCTIONS/
CREATION/ ET
DECORATIONS/
METALLIQUES/

PIERRE ZENTNER

Zone industrielle D

1809 Fenil s/Corstler

Tél. & fax 021 922 60 60

Natel 079 279 26 70



Pharmacie du marché

LABORATOIRE D'HOMÉOPATHIE

Jacqueline Badoud-Wildhaber

Place du Marché 2 • 1800 Vevey • T 021 923 82 10 • F 021 923 82 11

pharmacie.marche@bluewin.ch • www.automedication.ch

non stop 8h-18h30 • samedi 8h-12 en hiver / 8h-14h en été



Jemax

Jemax SA

Route de Sichoze 6

1814 La Tour-de-Peilz

Tél. 021 944 33 45

Fax 021 944 33 21

**JOINTS DE RACCORDEMENT
POSE D'ASPHALTE COULÉ
ET D'ÉTANCHÉITÉ**

Rue des Deux-Marchés 30

1800 Vevey

Tél. 021 921 29 59

Favre

Boulangerie

*Flûtes au beurre - Pains spéciaux - Salées à la Crème
Réalisation de Tourtes et Spécialités de saison*

H. Liniger

MAÎTRISE FÉDÉRALE

Plâtrerie et Peinture
Dorure et Décoration

Fax 021 922 56 75 Natel 079 285 72 22 www.hliniger.ch

Casse postale 46 1804 Corsier-sur-Vevey

Diites Môôssieur, vous faites un trek, làà ??? Non, un trail, une course à pied, je cherche l'arrivée... Aaah cool, vous en avez encore une taf, ça doit être de la bonne... trois jeunes, casquette trop grande posée sur le haut du crâne, assis sur une barrière dans la nuit...

Et je la trouve enfin, cette arrivée, dans le calme et le froid, peu avant minuit. Parfaitement satisfait mais un poil trop fatigué pour être euphorique, 39 h 38 de crapahut, ça calme un peu! Une 12^e place pas évidente au vu de la forme du moment et 1^{er} vétéran 2, ça fait plaisir de prendre de l'âge...

Une goinfree de sandwiches jambon-Brie et 5h de sommeil sur un lit de camp au fond de la salle me remettent d'aplomb. Une tartiflette au soleil sur la terrasse en face de l'arrivée fini de me contenter. Les concurrents continuent d'arriver, ma mission dorénavant consiste à trouver une paire de tong pour mon épouse et à l'accueillir à Bourg d'Arud. Elle souffre d'ampoules aux petits doigts et à carrément décou-

pé ses chaussures... Mais elle a aussi dormi quelques heures à Vallouise et au refuge des Souffles, fait une bonne part du tour en compagnie de diverses connaissances et est en bonne forme. Nous remontons donc aux Deux Alpes plus vite que ce que je l'avais fait, cette fois à deux mais tout seul dans ma tête! Elle me mets la pression pour arriver en moins de 60 h, parfait, elle finit en 59 h 48, en 106^e position. Avec 163 arrivants sur 242 participants, un 70% exceptionnel de réussite, dans une ambiance décontractée et digne d'une époque où les courses n'étaient pas hyper cadrées, où les coureurs ont pu user de liberté d'initiative et d'autonomie.

Bref, un immense plaisir, une grande satisfaction d'avoir participé à une aventure particulière et unique, même si j'étais assez loin de ma meilleure forme.

Belle course, beaux souvenirs:

Pierre-André



Du schiste à foison.

RESULTATS EN SALLE

CHAMPIONNATS ROMANDS A AIGLE. 15 janvier

HOMMES	50 m	Grégoire Touron 6"53
	Longueur	5 Grégoire Touron 5.71
U 20 M	50 m	1 Bastien MOUTHON 6"05 record du CARE (5"91man.)/8 Victor Mitchell 6"35 (6"23 m.)/Albin Overney 6"24 (m.)/Fédérico Conzelmann 6"64 (m.)
	Longueur	8 Fédérico Conzelmann 4.74
U18 M	Poids 6 kg	2 Albin Overney 13.74
	50 m	Guillaume Fauchereau 8"46
	50 m h.	1 Julien MATTHYS 7"19
	Poids 5 kg	3 Julien Matthys 12.74
DAMES	Poids 4 kg	5 Noémie Rochat 8.73
U 18 W	50 m	Tamara Dobrosavljevic 7"44/Céline Sauthier 7"57/Christelle Imhof 8"17
	Longueur	9 Tamara Dobrosavljevic 4.62/16 Camille Leneuf 4.02/18 Christelle Imhof 3.87/19 Léa Neyroud 3.87
	Poids 3 kg	3 Tamara Dobrosavljevic 10.75/12 Léa Neyroud 7.34/13 Camille Leneuf 7.04

CHAMPIONNATS VAUDOIS A AIGLE. 21 janvier

HOMMES	50 m	Grégoire Touron 6"56
	Longueur	8 Grégoire Touron 5.83
U 20 M	50 m	1 Bastien MOUTHON 6"08 (6"11)/Albin Overney 6"51
	Longueur	2 Albin Overney 5.99
U 18 M	Poids 6 kg	1 Albin OVERNEY 14.16
	50 m	2 Julien Matthys 6"28 (6"39)
	50 m h.	1 Julien MATTHYS 7"25 (7"34)
	Perche	1 Julien MATTHYS 3.20
	Longueur	2 Julien Matthys 5.87
	Poids 5 kg	2 Samuel Delaloye 9.89
U 16 M	50 m	Thomas Furrer 7"08/Quentin Dupraz 7"23/Luc Valentin 7"27
	Hauteur	6 Luc Valentin 1.45
	Longueur	7 Bastien Macheret 4.26
	Poids 4 kg	3 Quentin Dupraz 10.19/4 Thomas Furrer 10.18/5 Luc Valentin 8.59/6 Bastien Macheret 8.22
U 20 W	50 m	1 Camille MATTHYS 7"25(7"23)4 Lorena De Nobili 7"56(7"49)
	50 m h.	1 Camille MATTHYS 8"60 (8"60)
	Longueur	1 Camille MATTHYS 4.75
	Poids 4 kg	2 Noémie Rochat 8.93
U 18 W	50 m	3 Lynne Nougou 7"18 (7"15)/8 Margaux Spehler 7"29 (7"29)/Céline Sauthier 7"64
	Longueur	2 Lynne Nougou 4.71/6 Margaux Spehler 4.29
U 16 W	50 m	Christelle Imhof 7"75/Alicia Blanco-Goffinet 8"73
	Hauteur	9 Emelie Arthurs 1.30
	Longueur	20 Léa Neyroud 4.01/27 Alicia Blanco-Goffinet 3.44
	Poids 3 kg	3 Emelie Arthurs 7.89/5 Léa Neyroud 7.73

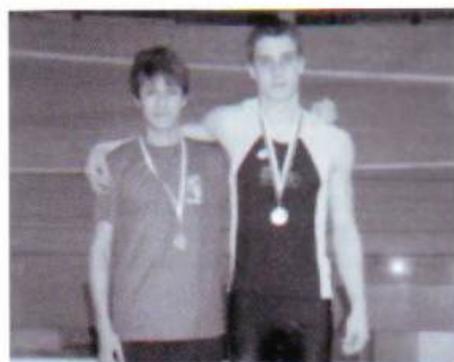
Quelques «Caristes» en or aux Vaudois en salle – 2012



Bastien Mouton, 1^{er} au 50 m, U20.



Triplé au poids U16 !



Julien Matthys, 1^{er} aux haies, U18.



Camille Matthys, 1^{er} 50 m, U20.



Albin Overney, 1^{er} et Noémie Rochat, 2^e au poids, U20.



Le coin des entraîneurs.

Johann Klauembesch

Chocolatier Artisan
Montreux



Au du Chocolat

Un chocolat personnalisé selon vos souhaits

Coffret cadeau "Vin et chocolat"

Plaque de chocolat

"Montreux vue du lac, port et Marché couvert"

Pour votre commande
aucoeurduchocolat.ch
078 821 17 78



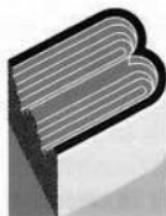
ALTMANN SPORTS

VENTE | LOCATION | RÉPARATIONS |

AVEC DES SPÉCIALISTES POUR VOUS SERVIR

Rue de la Madeleine 22 | 1800 Vevey | T 021 921 96 77
altmann.sports@bluewin.ch | www.altmannsports.ch

INTERSPORT



BARBEY FRÈRES SA

MAÎTRISE FÉDÉRALE
MAÇONNERIE - BÉTON ARMÉ
TRANSFORMATION - RÉNOVATION

ROUTE DE FENIL 56 - 1809 FENIL-SUR-CORSIER
TÉL. 021 921 39 43 FAX 021 921 76 02
barbeyfreres.sa@bluewin.ch

**IMPRIMERIE
MURY
BLONAY** SARL

Route de Prélaz 1
1807 Blonay

Tél. 021 943 26 52
Fax 021 943 42 32

e-mail: info@mury.ch
web: www.mury.ch



HANS KESSLER

DUMAS - KESSLER SA

Installations Chauffage - Sanitaire

Brûleurs mazout et gaz

Détartrage chauffe-eau - Régulations

Dépannage - Toutes transformations

1800 Vevey
Ch. des Pinsons 7
Tél / Fax 021 944 47 85

Atelier: ZI La Rotte
1816 Chailly-Montreux
Natel 079 412 86 83

RESULTATS EN SALLE

CHAMPIONNATS VAUDOIS JEUNESSE A LAUSANNE. 29 janvier

U 14 M (pentathlon : sprint/hauteur/poids 3 kg/obstacles/1000 m)

10 Colin Schmutz 1017 p 9"36/1.05/4.50/40.34/5"18"57

U 13 M (pentathlon : sprint/hauteur/poids 3 kg/obstacles/1000 m)

1 TIEGO SAVA 2348 p 8"04/1.25/8.30/28.28/4'45"00 * 9 Arnaud Dürrenmatt 1420 p 9"46/1.05/5.50/33.53/4'46"00

U 12 M (tétrathlon : sprint/poids 2,5 kg/obstacles/1000 m)

1 LEO WALTER 1613 p 8"84/8.50/32.75/4'35"12

U 11 M (tétrathlon : sprint/poids 2,5 kg/obstacles/1000 m)

2 Jolan Favez 1151 p 10"16/4.78/33.63/4'26"60 * 4 Gabriel Chiavuzzo 1016 p 9"38/4.41/39.81/4'34"39 * 8 Flori Schmutz 842 p 10"01/3.91/38"40/4'45"13 * 9 Hugo Novello 785 p 9"81/4.31/38.43/5'08"72

U 10 M (tétrathlon : sprint/poids 2 kg/obstacles/1000 m)

1 GUILLAUME FIAUX 1446 p 9"50/4.81/32.91/4'39"48 * 4 Flavien Thibaud 535 p 11"13 4.01/43.37/5'35"58

U 9 M (tétrathlon : sprint/poids 2 kg/obstacles/1000 m)

3 Simon Gonin 723 p 10"66/3.86/39.97/5'20"58 * 4 Matthieu Dürrenmatt 632 p 10"20 4.93/46.63/5'40"13 * 5 Sven Wassenberg 594 p 10"87/3.70/43.91/5'16"76 * 8 Alexis Favez 341 p 11"84/3.09/45.81/5'41"81

U 14 W (pentathlon : sprint/hauteur/poids 3 kg/obstacles/1000 m)

1 CECILIA CONFORTO GALLI 2536 p 8"47/1.20/4.88/30.56/4'12"68 * 3 Eveline Schick 2520 p 8"80/1.30/6.55/33.16/4'10"23 * 4 Chloé Pointet 2278 p 8"51/1.20/6.47/33.20 4'38"06

U 13 W (pentathlon : sprint/hauteur/poids 3 kg/obstacles/1000 m)

1 JULIE HENZELIN 2659 p 8"42/1.20/5.80/29.05/4'19"00 * 13 Claire Chiavuzzo 989 p 10"19/1.00/4.65/42.07/5'32"31

U 12 W (tétrathlon : sprint/poids 2,5 kg/obstacles/1000 m)

1 NATHALIE SCHONFELD 2285 p 8"51/6.70/29.64/4'12"02 * 3 Léonie Pointet 1535 p 9"92/4.96/32.89/4'25"50

U 12 W (tétrathlon : sprint/poids 2,5 kg/obstacles/1000 m)

5 Manon Wassenberg 1385 p 8"98/4.93/35.03/5'02"16 * 9 Aurélie Schick 885 p 9"67/3.59/36.72/5'41"27

U 10 W (tétrathlon : sprint/poids 2 kg/obstacles/1000 m)

5 Lois Rankovic 692 p 10"63/4.03/44.52/5'54"79

U 9 W (tétrathlon : sprint/poids 2 kg/obstacles/1000 m)

2 Moesha Kibibi 1097 p 9"50/4.85/39.28/6'05"15

Un grand bravo ! à nos jeunes filles et garçons qui remportent pas moins de 6 victoires dans ce concours multiples.

MEETING A MACOLIN. 28-29 janvier

60 m Bastien Mouthon 7"07/Victor Mitchell 7"38/Albin Overney 7"56/Grégoire Touron 7"60/Tristan Overney 7"79

100 m Bastien Mouthon 11"34/Grégoire Touron 12"09/Albin Overney 12"12/Tristan Overney 12"62

RESULTATS EN SALLE

MEETING A MACOLIN (suite)

200 m Bastien Mouthon 22"96/Grégoire Touron 23"70/Albin Overney 23"97/
Victor Mitchell 24"08/Tristan Overney 25"50
Poids 6 kg 1 Albin Overney 14.34

MEETING NATIONAL A MACOLIN. 4 février

DAMES

60 m Margaux Spehler 8"32/Lynne Nougou 8"49/Céline Sauthier 8"77
Poids 4 kg Noémie Rochat 8.62

HOMMES

60 m Victor Mitchell 7"37/Grégoire Touron 7"49/Albin Overney 7"61/Fédérico
Conzelmann 7"82/Tristan Overney 8"01
200 m Albin Overney 23"87/Victor Mitchell 24"07/Tristan Overney 25"48/
Fédérico Conzelmann 26"35
400 m Grégoire Touron 52"28

CHAMPIONNATS SUISSES MULTIPLES A ST.-GALL. 11 février

DAMES JUNIORS U20W

Dans cette catégorie, notre représentante Camille Matthys obtient le 8^èm. rang de ce pentathlon en salle avec 2939 points avec les performances suivantes :
60 m haies 10"34/hauteur 1.48/poids 4 kg 8.46/longueur 4.84/800 m 2'25"95 (record du CARE en salle, ancien Florence Thürler 2'26"71, le 7.02.1988 !!!)

CHAMPIONNATS SUISSES JEUNESSE A MACOLIN. 26 février

U20W

60 m Camille Matthys 8"36

U18W

60 m Margaux Spehler 8"26/Lynne Nougou 8"50

U16W

60 m Tamara Dobrosavljevic 8"66
Poids 3 kg 6 Tamara Dobrosavljevic 11.16

U20M

60 m 4 finale B Victor Mitchell 7"43 (7"55)/Albin Overney 7"65
Poids 6 kg 5 Albin Overney 13.64

U18M

60 m 3 finale B Julien Matthys 7"37 (7"44)
60 haies Julien Matthys 9"75
Poids 5 kg 17 Julien Matthys 11.05

Dans l'ensemble nos athlètes n'ont pas affiché la grosse forme lors de cette réunion. Si les filles se sont montrées à la hauteur, nous sommes plutôt déçus des performances obtenues par les garçons et spécialement au poids où Albin a déjà obtenu plus de 14 m et Julien plus de 12 m50.

.....

MEETING DE CLOTURE A VEVEY, SAMEDI 29 SEPTEMBRE 2012

COURSES HORS STADE

CROSS DE VIDY A LAUSANNE. 14 janvier

(2 km) Malik Joye 7'27"33 (9e U14M)/Eveline Schick 8'09"26 (9e U14W)/Oxana Mroczek 8'21"57 (12e U14 W)

(4 km) Axel Joye 14'37"28 (9e U16M)

(8 km) Daniel Hilfiker 30'25"85 (9e M50)/Gian Gross 33'14"47

COUPE DU VIGNOBLE A CORTAILLOD. 18 février

(8 km 200) Alexandre Roth 30'19 (4e H2)

CHAMPIONNATS SUISSES DE CROSS A NAFELS. 4 mars

Magnifique succès de NATHALIE SCHONFELD en catégorie U12W en 7'42"6 pour 2 km.

10 KM DE PAYERNE. 10 mars

(900 m) U12W 7e Aurélie Schick 4'05"3

(1500 m) U10W 1ère EVELINE SCHICK 5'46"4/2e Cécilia Conforto Galli 6'01"7/4e Oxana Mroczek 6'05"6

(10 km) M50 10e Daniel Hilfiker 38'28"5

SEMI MARATHON DE CORTAILLOD. 11 mars

Alexandre Roth 1h21'34 (3e cat.8)/Flavio Allesina 1h37'32

DERBY DES BOIS A VERSOIX. 11 mars

Walter Suter 37'05 (6e V2)

15 KM. DE KERZERS. 17 mars

Christophe Boehi 1h02'45"0/Peter Bugmann 1h07'29"4/Flavio Allesina 1h13'07"3/

Kathrin Gruber 1h14'17"6/Willi Schwarz 1h19'05"7/Jacqueline Lugin 1h23'57"3/

Nicole Dumas 1h25'33"3/Montserrat Vauthey 1h32'39"2

TOUR DE PRESINGE. 18 mars

(10 km) Patricia Dautreppe 42'50"8 (2e F2)/Marie-Sylvie Métraux 53'00"8



sport info riviera

du sport pour tous 0840 20 14 00 www.sportinforiviera.ch

A VOS MARQUES
SPORT & LOISIRS



www.avosmarques.ch

Le spécialiste de l'Athlétisme

A VOS MARQUES

Grand'Rue 30 b - 1373 Chavornay
Tél. 024 441 07 07 - info@avosmarques.ch

Chez Bastian



LES MOULINS

Boulangerie - Pâtisserie
Confiserie - Tea-room

Spécialités:

Tuiles - Flûtes au beurre
FABRICATION ARTISANALE
Pain décoré - Pièce montée
Glace maison - Pain surprise

*Ouvert le dimanche
et jours fériés, toute la journée
Fermeture: le mardi*

Rue des Moulins 19 - 1800 VEVEY
Tél. 021 921 40 48
Cheseaux: Tél. 021 731 14 60

OBRIST

ARTISANS DU VIN DEPUIS 1854

CURE
D'ATTALENS



EN VENTE
DANS NOTRE MAGASIN

OBRIST
vinaria

Nouvel horaire :
du lundi au samedi

OBRIST SA VEVEY - Av. Reller 26 - 1800 Vevey
Tél. 021 925 99 25 - Fax 021 925 99 15
www.obrist.ch - obrist@obrist

56 èm. CROSS REGIONAL DE L'EST

CHAMPIONNATS VAUDOIS DE CROSS

BLONAY, 11 février 2012

Les années se suivent mais ne se ressemblent pas, un parcours enneigé localement très glissant, une température sibérienne depuis quelques jours (- 9 degrés), une bise extrêmement tenace sur les bords du Léman mais peu perceptible à Blonay, tout était réuni pour retenir les concurrents à la maison. Les 167 présents (288 en 2011) en ont eu que plus de mérite, tout comme les bénévoles et plus particulièrement l'équipe présente sur le terrain le matin déjà.

Heureusement pour nous la commune de Blonay bienveillante à notre égard a mis à notre disposition les locaux très confortables de la Maison Picson pour la remise des prix et la buvette. Un grand merci à son intendant Monsieur Bricod et ses collaboratrices pour l'accueil très chaleureux.

Mais revenons à la course en relevant le succès de notre cadette B Nathalie Schönfeld et les places d'honneur de Alexi Favez 3 èm écoliers D, Audrey de Kalbermatten 3 èm écolières A et Jane Moraz 3 èm dames-vétérans.

Félicitations et chaleureux remerciements à Mary-Claire Deladoey Joye, Marc Umbehr et tous les bénévoles pour la parfaite organisation de cette manifestation ainsi qu'à la Commune de Blonay et aux nombreux sponsors pour leur précieux soutien.

RESULTATS

ECOLIERES D 600 m.

1 Jamie Arthurs Blonay 3'21

ECOLIERES D 600 m.

1 Romain Savoyen Lausanne-Sports 3'06/3 Alexi Favez 3'32/6 Esteban Lacroix 3'50

ECOLIERES C 950 m.

1 Chloé Savoyen Lausanne-Sports 4'34/8 Loïs Rankovic 5'56/10 Malvina Mroczek 6'18/11 Noémie Blaser 6'21/12 Lena Schmutz 6'46

ECOLIERES C 950 m.

1 Rémy Rossier Stade-Lausanne 4'18/4 Guillaume Fiaux 4'35/10 Matthieu Dürrenmatt 5'45

ECOLIERES B 1350 m.

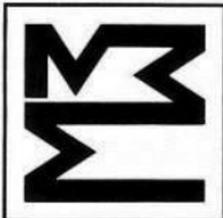
1 NATHALIE SCHONFELD 5'43/5 Léonie Pointet 6'36/9 Emilia Sorce 7'10

ECOLIERES B 1350 m.

1 Loïc Triponez Prilly 5'28/4 Jolan Favez 6'00/6 Léo Walter 6'23/9 Nathan Ernst 6'50/10 Flori Schmutz 6'53/11 Falco Ten Cate 6'54/15 Luca Grosso 7'17

ECOLIERES A 2400 m.

1 Camille Rusch Lausanne-Sports 10'06/3 Audrey De Kalbermatten 11'06/ 5 Cécilia Conforto Galli 12'07/6 Joanne Martineau 12'14/7 Oxana Mroczek 12'54/8 Cloé Pointet 13'06/11 Manon Schmocker 13'27



MICHAUD & MIETTA

CH 1802 Corseaux-Corsier

Tél. 021 921 34 74 Fax 021 921 84 44

Menuiserie

Agencements



AU SERVICE DE L'ENVIRONNEMENT

TOUS TRAVAUX D'ASSAINISSEMENT ET D'HYGIÈNE PUBLIQUE

Vidanges, curages, fraisages, inspections télévisées.

Lavages routes et chaussées.

Ramassage et transport déchets spéciaux.

Interventions 24/24



www.kunzli.ch
info@kunzli.ch

1844 Villeneuve
Tél. 021 967 20 30
Fax 021 967 20 31

1896 Vouvry
Tél. 024 481 34 01
Fax 021 967 20 31

1180 Rolle
Tél. 021 825 34 34
Fax 021 825 40 40

Garage de la Montagne AUTO 24h

Alexandre Bonjour

Zone Industrielle D
1809 Fenil-sur-Corsier

Tél. 021 922 34 46
Natel 079 350 83 83
www.garagedelamontagne.ch

réparation
toutes
marques



PROTECTION INCENDIE

JACQUES DURGNAT

Champsot 6
1822 Chernex

Tél. 021 963 01 82

Zim ! Boum ! Quel choc !

Carrosserie R. Zimmermann

Peinture au four - Marbre

1800 VEVEY Avenue de Gilamont 27
Tél. 021 921 57 17
Fax. 021 921 57 55



GRISONI
CARRELAGES VEVEY

MAÎTRISE FÉDÉRALE
CHEMIN VERT 20, 1800 VEVEY
TÉL : 021 922 89 39
FAX 021 921 79 44

La Cave Albert Mayor sa



Grands crus du Vignoble de Lavaux en appellation d'origine contrôlée

Dezaley - St-Saphorin - Epesses - Chardonne - Vevey/Montreux - Spécialités
Caveaux de dégustation - Vente directe - Visite de cave

Avenue de Gilamont 50 - 1800 Vevey - Tél. 021 921 13 41 - www.cave-mayor.ch

ECOLIERS A 2400 m

1 Mathias Vauthey Running Prilly 9'41/4 Malik Joye 10'32/7 Yohan Jatou
10'53/11 Arnaud Dürrenmatt 11'54/12 Simon Ferrari 11'55/13 Tiégo Sava
12'11/18 Dominique Scurti 14'52/19 Colin Schmutz 16'22

CADETTES B 3450 m

1 Maureen Jordan SG St.-Maurice 15'10/7 Olivia Virchaux 20'17/8 Emelie
Arthurs 20'22

CADETS B 3450 m

1 Samuel Caillet-Bois T-R-T Monthey 14'38/4 Quentin Dupraz 18'35/5 Félix
Breal 18'44/6 Luc Valentin 20'10

CADETTES A 3450 m.

1 Marine Antille Pully 15'38

CADETS A 3450 m.

1 Sylvain Fridelance Stade-Lausanne 12'45

DAMES JUNIORS 4500 m

1 Induja Suter Footing Club Lausanne 22'34

HOMMES JUNIORS 4500 m.

1 Adrien Briffod Triviera 17'14

DAMES 4500 m

1 Nisa Camelo AVG Genève 20'53

DAMES VETERANS 4500 m

1 Françoise Ulrich-Holden CAS Jaman 21'47/3 Jane Moraz 22'29

VETERANS I 6600 m.

1 Robert Rottigni Footing Club Lausanne 26'17/8 Marc Umbehrr 35'09

VETERANS II 6600 m

1 Nico Turelli Mézières 27'02/5 Christian Keller 30'08

HOMMES 6600 m

1 Valentin Fridelance Stade-Lausanne 24'57

PS. Vous pouvez consulter les résultats complets ainsi que les nombreuses
photos de notre camarade Richard Mesot sur notre site www.care-vevey.ch





RUNNING PLANET

*Votre nouveau spécialiste
des chaussures de running, trail, walking
sur la Riviera*

Avenue des Alpes 64
1820 Montreux
021 558 38 87
www.runningplanet.ch

A 60 m de la gare de Montreux | Parcage aisé.

Analyse de votre foulée en vidéo





BOUCHERIE-CHARCUTERIE

Stuby

*Viande de qualité
rassie sur os*

1800 VEVEY
Av. Général-Guisan 17
Tél. 021 921 66 51

Bûcheronnage
Travaux acrobatiques
Entretien de propriété...

Julien Lerch



Route de Chenarlier 36 ☐ 1872 Troitortrents ☐ 079 450 70 29 ☐ lerch.julien@gmail.com



Avenue Nestlé 51
1800 Vevey

RUPP S.A.
CH-1800 **VEVEY**

Tél. 021 925 00 00
Fax 021 925 00 01
www.pneusrupp.ch
info@pneusrupp-ch



GRISONI-ZAUGG SA

ROUTES • GÉNIE CIVIL • BÂTIMENTS • ENTREPRISE GÉNÉRALE

BULLE - VEVEY - DOMDIDIÉ



*Transports en tous genres
Fourniture sable et gravier
Vidange de fosses
curage de canalisations
Camions multibennes*



021 921 10 92



Camion multi-lift



0FT



56 èm. CROSS REGIONAL DE L'EST

CHAMPIONNATS VAUDOIS DE CROSS

BLONAY, 11 février 2012

De chaleureux remerciements à nos sponsors, donateurs et fournisseurs d'infrastructures ainsi qu'à toutes les personnes bénévoles qui ont œuvré au bon déroulement de notre manifestation.

COMMUNE DE BLONAY
COMMUNE DE ST.-LEGIER-LA CHIESAZ
FONDS DU SPORT VAUDOIS
PAROISSE DE ST.-LEGIER - BLONAY
LA MAISON PICSON BLONAY
SERVICE DES SPORTS COMMUNE DE VEVEY
ALTMANN SPORTS VEVEY
AQUAPARC LE BOUVERET
BANQUE RAIFFEISEN DE LA RIVIERA
BIO FAMILIA SACHSEN
BUFFET EXPRESS - PHILIPPE CARITA VEVEY
CAISSE D'EPARGNE RIVIERA
CARROSSERIE DE CORSEAUX
CARROSSERIE DE LA VEYRE SA ST.-LEGIER
COMPAGNIE INDUSTRIELLE DU GAZ SA VEVEY
CONUS PHILIPPE
CRAFT SUISSE
DG DESIGN - DANIELE GUEX BLONAY
GARAGE DE LA VIGIE CHAILLY s/MONTREUX
GETAZ ROMANG ST.-LEGIER
GOLDEN PASS SERVICES MONTREUX
JORDAN MOQUETTE VEVEY
PESENTI MAURO PEINTURE BLONAY
PIRALLI SA VEVEY
PLANET ENDURANCE ECUBLENS
POSTFINANCE
RECATEC CPA ETAGNIERES
RIVELLA
ROMANDE ENERGIE MORGES
STABILO HERMANN KUHN BASSERSDORF
VAUTHEY JEAN-MARIE CONSTRUCTIONS ST.-LEGIER
VICTORINOX

7PLUS 7EN BOIS LOFT



LE MEILLEUR
POUR VOTRE
INTERIEUR...
AGENCEMENT
CUISINE-BAIN
MOBILIER
& DECORATION
T. 021 922 07 00
WWW.7ENBOIS.CH

gaz naturel



L'énergie qu'on aime

www.holdigaz.ch

COMPAGNIE INDUSTRIELLE ET COMMERCIALE DU GAZ SA
UNE SOCIÉTÉ DU GROUPE HOLDIGAZ

 **GAZ**
VEVEY

JMV CONSTRUCTION

Démolition - Terrassement - Génie civil
Maçonnerie - Béton-armé

Jean-Marie VAUTHEY
Chemin de la Crausaz 4
1806 St-Légier

Mobile: 079 607 86 84
jmvconstruction@bluewin.ch

Association Bâtiment UCJG - YMCA



Anniversaires

Fêtes de famille

Location de salles

Cuisine professionnelle - Scène - Salle de gym - Salle de cours

Chemin du point-du-Jour 2 - Case postale - CH-1800 Vevey 1
Contacts: 021 922 38 76 ou 021 922 93 91 - www.ucjg-vevey.ch