



**CARIVIERA**  
— 1952 —



## Centre Athlétique Riviera



Retraites  
Populaires



Helvetia environnement

Transvoirie

*l'info N° 17*

[www.cariviera.ch](http://www.cariviera.ch)

# Horizonville

Station-service avec pompiste - Lavage à haute pression

1890 St-Maurice - Tél. 024 485 13 20

**EGT**



## Print Copyshop Blonay impression numérique

Photocopies couleur  
impression numérique

flyers - affiches - cartes de visite - faire-part - thèses  
cartes postales - cartes de vœux - brochures A4-A5 agrafées

imprimé en  
suisse

**IMPRIMERIE  
MURY  
BLONAY** SA

Route de Prélaz 1  
1807 Blonay  
021 943 26 52

info@mury.ch  
www.mury.ch



---

# CA RIVIERA, L'INFO

Chères lectrices, chers lecteurs,

Alors que nos athlètes commencent leur saison estivale, ce bulletin part à la découverte de la saison d'hiver et des camps d'entraînement de Pâques. UBS Kids cup Teams, championnats européens master, meeting des volcans, nos membres vous racontent leurs expériences.

Meilleures salutations sportives, et bonne lecture !

**Le CA Riviera**

## **CLUB ATHLÉTIQUE RIVIERA**

c/o Nicole Pointet,  
Ch. de Praz Maigroz 8,  
1805 Jongny – Suisse

**[www.cariviera.ch](http://www.cariviera.ch)**

**[info@cariviera.ch](mailto:info@cariviera.ch)**

CA Riviera l'info N° 17

Printemps 2024

Responsable du bulletin:

**Cloé Pointet,**

*[cloe.pointet@gmail.com](mailto:cloe.pointet@gmail.com)*

Responsable sponsoring:

**Christian Dössegger,**

*[christian.dosseger@cariviera.ch](mailto:christian.dosseger@cariviera.ch)*

Design et mise en page:

**DigitalEra,**

*[www.digitalera.ch](http://www.digitalera.ch)*

Impression:

**Imprimerie Mury Blonay Sàrl,**

*[www.mury.ch](http://www.mury.ch)*

# Nos engagements

+ silencieux

+ écologique

+ innovant



=



Helvetia environnement

Transvoirie

## **TRANSVOIRIE, VOTRE ACTEUR DE PROXIMITÉ POUR LA GESTION DE VOS DÉCHETS**

Basée dans le canton de Vaud et historiquement implantée à Bussigny, Transvoirie vous accompagne dans la gestion, la collecte, le tri et la valorisation de vos déchets. Nous proposons une offre complète :

- Collecte et traitement des déchets
- Location et mise à disposition de bennes
- Vente et location de matériel pour la gestion de vos déchets
- Nettoyage et balayage de voirie



Helvetia environnement

**Transvoirie**

RIEN NE SE PERD, TOUT SE TRANSFORME

0800 820 821

[www.transvoirie.ch](http://www.transvoirie.ch)

---

# SOMMAIRE

---

4

**BILLET DE LA  
PRÉSIDENTE**

---

7

**NOS PENSÉES**

---

7

**FÉLICITATIONS**

---

8

**LES COULISSES  
D'UN CONCOURS  
D'ATHLÉTISME : LA  
TOUR CHRONO**

---

12

**UN BRIN  
D'HISTOIRE : LUC  
KILLER, PORTRAIT  
DE NOTRE  
FONDATEUR**

---

14

**MEETING DES  
VOLCANS**

---

16

**RÉCIT D'UNE  
ÉQUIPE À L'UBS  
KIDS CUP TEAMS**

---

21

**CAMP  
D'ENTRAÎNEMENT**

---

27

**ASSEMBLÉE  
GÉNÉRALE 2023**

---

29

**CHAMPIONNATS  
EUROPÉENS**

---

32

**AGENDA 2024**

---

33

**CONTACTS**

# 7 EN BOIS



**FABRICATION SUR MESURE  
MENUISERIE  
AGENCEMENT  
CUISINE  
MOBILIER  
PORTE  
PLACAGE  
FENETRE  
ESCALIER**



T. 021 922 07 00  
INFO@7ENBOIS.CH  
WWW.7ENBOIS.CH

---

# BILLET

## DE LA PRÉSIDENTE

Chers caristes et amis du CA Riviera,

Faire vivre un club d'athlétisme, c'est ...

La liste des activités assurées par nos membres, supporters et bénévoles serait bien trop longue à établir et forcément incomplète. Et, dans quel ordre les présenter ? Car le moindre détail, parfois méconnu, est important pour que nos athlètes puissent s'entraîner et concourir dans les meilleures conditions possibles.

Pratiquement, pour le bon déroulement d'un meeting, de nombreuses petites mains travaillent, parfois dans l'ombre et bien avant le jour de la manifestation.

Ce bulletin vous permettra de découvrir les aventures de nos chronométreurs perchés dans leur tour. Venez pousser la porte du donjon bleu lors d'une de nos prochaines compétitions pour vivre en live leurs poussées d'adrénaline et pourquoi pas – vous asseoir à leur place pour attribuer les temps aux athlètes qui passent la ligne d'arrivée. L'équipe des stars du chrono cherche des renforts intéressés à se former. Et croyez-en votre présidente qui en fait partie, avoir l'occasion de manier des outils de haute précision tels que notre caméra Swisstiming est passionnant !

Si l'électronique et l'informatique sont des outils incontournables pour le traitement des inscriptions et résultats par le team du bureau qu'on vous présentera lors d'une prochaine édition, le maniement de la perceuse-visseuse est une discipline non moins indispensable sur le terrain. Ainsi, une joyeuse équipe composée de membres du comité, entraîneurs, amis et jeunes athlètes s'est retrouvée un samedi d'avril pour réorganiser et réaménager notre local de matériel. Un grand merci à eux, on est désormais fin prêts pour une mise en place efficace de nos prochains événements !

L'assemblée générale, dont la dernière édition a eu lieu le 22 mars dernier, permet quant à elle de régler les points statutaires de notre association (rapports annuels, comptes, élection du comité et autres). Elle est aussi l'occasion de récompenser les performances de nos athlètes et de se retrouver autour d'un bon buffet pour faire le bilan et lancer la saison à venir. L'année 2023 a vu tomber non moins de 4 records du club – ne manquez pas de consulter les résultats et classements 2023 sur notre site !

Voilà des exemples de tâches indispensables pour faire tourner une association telle que notre club. Tâches qui sont assumées par des bénévoles et qui offrent aux jeunes et moins jeunes la possibilité de pratiquer une activité sportive au sein d'un groupe. On ne reviendra jamais assez sur la richesse qu'apportent les activités associatives à notre société, tant au sens propre que sur le plan humain.

Ceci dit, nous voici dans les starting-blocks pour une année 2024 olympique chargée de grands événements pour l'athlétisme. À l'heure de mettre sous presse notre bulletin, 6 athlètes vaudois dont une cariste, s'apprêtent à s'envoler en direction des Bahamas pour les « World Relays », et on croise les doigts pour que ce ne soit qu'un début.

Un bel été sportif à toutes et tous,

Votre présidente et membre des stars du chrono



La Présidente,  
**Nicole Pointet**

A stylized handwritten signature in black ink, consisting of a large 'N' followed by a series of loops and a long horizontal stroke.



Réaménagement de notre local matériel



# CHRISTOPHE CHAPPUIS

*depuis 1335*

« Des Vins de Qualité »

*Christophe Chappuis  
En Bons Voisins 1  
1071 Rivaz*

078 863 54 11  
info@domainechappuis.ch  
www.domainechappuis.ch

## RECA AG

RECA | HÄLT. WIRKT. BEWEGT.



**Pierre-Alain Rossier**  
Directeur régional des ventes

Fon 044 745 75 75  
Fax 044 745 75 00  
Mobil 079 559 96 70  
E-Mail pierrealain.rossier@reca.ch

RECA AG

Stationsstrasse 48d  
8833 Samstagern  
Schweiz

www.reca.ch • info@reca.ch

---

## NOS PENSÉES...

Le CA Riviera présente ses plus sincères condoléances à Raymond Jan, membre d'honneur, qui vient de perdre sa femme Tina. Nous lui transmettons toute notre amitié.

C'est avec une grande tristesse que le CA Riviera a appris le décès de Franco Vaccher, entraîneur, juge-arbitre, et membre d'honneur de notre club. Franco a fait vivre l'athlétisme régional et suisse, et a inspiré ainsi qu'entraîné de nombreux athlètes et jeunes talents. Nos pensées vont à sa famille et à ses amis.



FRANCO VACCHER

---

## FÉLICITATIONS

Nous avons le plaisir de vous annoncer la naissance d'Eva Robert, pour la plus grande joie de son Grand-papa, Christian Zurkinden.

---

# LES COULISSES D'UN CONCOURS D'ATHLÉTISME : LA TOUR CHRONO

Les facettes de l'organisation d'un concours d'athlétisme sont nombreuses. De la préparation de la buvette à la recherche de bénévoles en passant par le bureau technique, quelles sont les activités qui occupent nos bénévoles et membres les plus fidèles et engagés ? Aujourd'hui, nous partons à la rencontre de Christophe Wodiuwig, bénévole de l'année 2023, qui nous ouvre la porte de la fameuse tour chrono qui se dresse au-dessus de la ligne d'arrivée.

C'est lors de notre emménagement au stade de la Saussaz qu'une équipe responsable du chronométrage, les « stars du chrono » a été mise en place. Sa mission : assurer le chronométrage des différentes courses lors des concours. C'est déjà quelques jours avant l'évènement qu'une partie du

groupe vient tester l'équipement. Suivant l'horaire du jour J, l'installation du matériel se fait le jour avant ou le matin même. Il s'agit de brancher les différents appareils ensemble, puis de tester avec leurs principaux partenaires que sont les starters et le bureau technique. Ces branchements et la mise en réseaux des composants sont relativement complexes. En effet il faut mettre en relation deux ordinateurs, deux cellules et une caméra, avec quelques spécificités dans l'ordre des tâches. Par exemple, la caméra communique avec l'ensemble des autres appareils, et doit donc être allumée en dernier afin qu'elle puisse trouver tous ses partenaires.

Mais comment est-ce que notre chronométrage fonctionne ? Le premier ordinateur reçoit les données d'une part



de la caméra et d'autre part des starters, et les traite via un logiciel. Le deuxième ordinateur permet à l'équipe chrono de juger l'arrivée, puis d'envoyer les temps au bureau technique. Ici, juger signifie placer, sur la photo finish filmé par la caméra, la ligne du temps sur le torse des coureurs. Pour les courses de demi-fond, les stars du chrono sont secondées par cinq bénévoles. Deux équipes de deux notent les dossards à l'arrivée, alors que le dernier renfort filme cette même arrivée afin d'avoir une trace, notamment dans les cas où plusieurs coureurs arrivent en même temps. Le ralenti permet alors de déterminer plus précisément qu'à l'œil humain quel concurrent a franchi la ligne en premier. Les membres de l'équipe ont deux tâches principales : juger, et gérer les participants avec les starters. Le jugement peut se faire un peu plus tard, ce qui arrive parfois quand les courses s'enchaînent.

Des pannes, l'équipe en a connu quelques-unes, particulièrement au début, lorsqu'il fallait apprendre à gérer



Belle vue depuis le haut du « donjon bleu »



Christophe et Nicole au chronomètre du cross 2023, avec un équipement plus léger

le nouveau matériel. Christophe se rappelle notamment du concours qui a suivi un changement d'ordinateur, avec pour conséquence plusieurs heures de retard et beaucoup de stress. Au moins, le groupe peut se concentrer sur les problèmes à résoudre, car dans leur tour, ils sont à l'abri des personnes qui râlent. Lors d'un autre concours, impossible de faire fonctionner les talki-walkies leur permettant de communiquer avec les starters, ce qui a résulté en un appel téléphonique de plusieurs heures pour remplacer le mode de communication habituel. Une panne un peu moins grave, mais qui le fait sourire. Il paraît que les talkies, c'est toujours la cata, car il faut trouver la bonne fréquence, et ne pas que d'autres utilisateurs des talkies la brouille en gardant le bouton de communication pesé. L'équipe a documenté ses différentes pannes, et surtout la façon de les résoudre, et est maintenant plus que rodée.

Ce qui plaît à Christophe, c'est le côté technique de la tâche, le côté un peu informatique. Mais il rassure tout de



# DigitalEra

Ensemble, donnons vie à  
votre histoire sur le web.  
[www.digitalera.ch](http://www.digitalera.ch)

## NOS SERVICES

Création de site vitrine  
Site E-Commerce  
Identité visuelle  
Création vidéo publicitaire  
SEO & Blogging  
Réseaux sociaux

## NOUS CONTACTER

 DigitalEra  
Route Mon-Repos  
1700 Fribourg

 079 902 42 11

 [contact@digitalera.ch](mailto:contact@digitalera.ch)



Saviez-vous  
que votre trognon de pomme  
est une pépite énergétique ?

[energiapro.ch/biogaz](http://energiapro.ch/biogaz)

  
**energiapro**

Votre fournisseur d'énergie

suite toute personne intéressée à rejoindre les « stars du chrono » : aucun prérequis n'est nécessaire. Ce poste de bénévole lui permet également de manipuler du matériel de pointe, qui vaut plusieurs milliers de francs. Mais, il faut aussi souligner la bonne ambiance dans la tour : l'équipe, composée en plus de Nicole, Jacqueline et Anton, s'entend bien, et profitent des rares pauses qu'ils peuvent trouver pour observer le stade depuis leur point de vue. Pour un concours, il faut être au grand minimum deux, mais l'idéal est d'être à trois. Il leur arrive de se retrouver à quatre, ce

qui permet à notre présidente de mieux jongler avec ses autres tâches.

Christophe a rejoint l'équipe lors des éliminatoires de l'ubs kids cup. Il s'est formé en venant aider aux concours. Lors de sa deuxième manifestation au chronométrage, il a même pu participer au concours en parallèle. Être bénévole à la tour est un engagement sur le moyen terme, car il faut compter une année pour maîtriser les outils. Mais si quelqu'un est intéressé à rejoindre les « stars du chrono », n'hésitez pas à passer au « donjon bleu » pour dire bonjour !



Une partie de l'équipe chrono dans la tour

---

# UN BRIN D'HISTOIRE :

## LUC KILLER, PORTRAIT DE NOTRE FONDATEUR

Comme beaucoup de nos athlètes, la première fois que j'ai entendu parler du nom de Luc Killer a été dans le cadre du meeting mémorial en son nom, le fameux meeting Luc Killer. Il m'a fallu attendre la fête de nos 60 ans, en 2012, pour apprendre que Luc Killer est notre fondateur.

Luc Killer fût d'abord un athlète brillant, spécialisé dans les concours multiples et le décathlon. Il remporta de nombreuses couronnes de laurier lors de ses participations aux fêtes de gymnastique. Et oui, notre fondateur vient du monde de la gymnastique, qui a longtemps été et est toujours aujourd'hui très proche de l'athlétisme.

C'est en 1952, année durant laquelle il a également obtenu son brevet d'instructeur fédéral à l'athlétisme, qu'il fonda le Centre d'Entraînement de la Région Est, dans le but de rassembler des athlètes de différentes sociétés de gymnastique de la région. Il en géra seul les multiples facettes administratives

telles que l'organisation, le jury, l'entraînement, la caisse et le secrétariat, jusqu'en 1962, lors de la création d'un comité, dont il prit la présidence. Cette même année, notre club prit le nom de Centre Athlétique Région Est, ou plus communément CARE-Vevey. Il passera le témoin de la présidence en 1977 à Pierre-Alain Forestier.

Le CARE-Vevey n'est pas le seul club ou association dans lequel il fût actif. Il s'engagea notamment dans diverses commissions et à la vice-présidence de la section FSG Vevey Jeunes - Patriotes. Il présida également la Fête Romande des Individuels en 1976, la Fête Cantonale des gyms-hommes en 1976, et les cérémonies du 100ème anniversaire des Jeunes - Patriotes en 1986. Il fut actif dans l'association cantonale de gymnastique, et siégea au comité central de l'Association Fédérale d'Athlétisme Léger, ancêtre de la Fédération Suisse d'Athlétisme.

Professionnellement, Luc Killer était agent de police à la Tour-de-Peilz, et là aussi son amour pour le sport se manifesta alors qu'il prit une part prépondérante dans l'organisation de journées sportives des polices municipales.

D'après notre Président d'honneur Pierre-Alain Forestier dans son hommage, Luc était un homme de terrain, et aimait voir de jeunes gymnastes ou athlètes en action. Son engagement a marqué le monde du sport local et régional, et a permis à de nombreux jeunes de découvrir l'athlétisme. Luc Killer nous a quittés en juin 1996, et laissera derrière lui un club qui continuera encore longtemps à partager la passion de l'athlétisme.



- **Contrôle d'accès**
- **Système de verrouillage**
- **Maintenance**
- **Concept, étude de plan**

[lockingsolution.ch](http://lockingsolution.ch)

---

# MEETING DES VOLCANS

Le 5 janvier 2024, nous sommes partis à Clermont Ferrant en France pour le meeting des volcans. Arrivé sur place nous sommes allés voir la piste pour la tester et trouver nos marques pour être prêts le jour de la compétition. Avant ce meeting, nous n'avions seulement couru qu'à l'UCI et à Macolin, et nous avons directement vu la différence de la qualité des pistes. Nous avons fait quelques départs en starting-block et quelques accélérations dans le virage du 200m. À la fin de cet entraînement, nous étions prêts et motivés pour la compétition du lendemain. Après une bonne nuit de sommeil et un bon déjeuner, nous avons pris l'air. Ensuite nous sommes allés sur le lieu de la compétition. Nous sommes arrivés un peu plus tôt pour encourager nos coéquipières Chloé et Elisa sur le 60m. Chloé s'est qualifiée en finale A

qu'elle a gagné en 7.46 secondes. Elisa s'est qualifiée en finale B en égalant son record personnel de 7.88 secondes et a confirmé sa forme du jour en finale avec un temps de 7.90 secondes. Pour Arno, c'était sa première compétition en salle et il était très enthousiaste à l'idée de courir sur une piste aussi réputée et en plus à l'étranger. Il voulait savoir ce qu'il valait sur 60m et n'avait qu'une seule envie : courir. Pour Cameron, c'était l'occasion de voir les résultats de sa préparation hivernale sur une très bonne piste. Arno a réalisé son premier 60m à l'intérieur en 7.50 secondes et était plutôt satisfait du temps pour une course d'ouverture de saison. Cameron a battu son ancien record sur 60m avec un temps de 7.38 secondes et était content de sa course. Atteinte d'une douleur, Chloé a décidé de ne pas faire



Cameron

son 200m pour ne pas risquer sa saison entière. Le 200m était pour nous la course la plus importante de la journée, car nous sommes plus des coureurs de 200m. Arno a, lui, passé sa course en premier en courant dans la 11ème série, finissant la tour de la piste 2ème de sa série en 23.92 secondes. Cameron a couru dans la 18ème série et a terminé 1er de sa série en 23.08 secondes. Pour célébrer ces résultats, nous sommes allés dîner dans un restaurant au centre-ville. Le lendemain, nous sommes partis tôt et nous étions, en conclusion, très satisfaits de ce week-end.

Écrit par : Cameron et Arno



Chloé Rabac



## MICHAUD & MIETTA

### MENUISERIE

- FENÊTRES BOIS, BOIS-MÉTAL ET PVC
- PORTES TOUS SYSTÈMES
- AGENCEMENT, RÉPARATIONS
- SERRURERIE SUR BOIS, SÉCURITÉ ET CYLINDRES
- SERVICE RÉGIES IMMOBILIÈRES, ENTRETIENS

Maison fondée en 1955

Rue C.-Hemmerling 1

CH 1802 Corseaux

Tél. 021 921 34 74

Fax 021 921 84 44

info@michaud-mietta.ch

www.michaud-mietta-menuiserie.ch

---

# RÉCIT D'UNE ÉQUIPE A L'UBS KIDS CUP TEAMS

*Cet hiver, plusieurs équipes du CA Riviera ont participé à l'UBS kids cup teams, un concours en salle par équipe composé de plusieurs épreuves dérivées de l'athlétisme, tel que le sprint à risque, qui demande aux participants d'estimer la distance qu'ils peuvent parcourir en sprint en un temps donné avec un risque : celui qui s'est surestimé ne remporte pas de points, ou le team cross, un parcours d'obstacle en relais. L'équipe mixte U16 est allée jusqu'en finale suisse. Ils nous racontent leurs différents concours, des qualifications à la finale.*

## ÉLIMINATOIRES À MARTIGNY

Le 16 décembre, avec notre équipe de base composée de Léane Troillet, Taja Moussaoui, Kristof Schick, Lionel Hazel et Noah Sauvage nous avons essayé de nous qualifier pour la finale régionale. Accompagné d'une autre équipe fille nous nous sommes donc déplacés jusqu'à Martigny pour concourir en équipe. Nous n'avons pas très bien commencé la compétition avec l'épreuve du saut avec perche. Nous avons ensuite mieux réussi le sprint à risque, mais le biathlon nous a fait redescendre dans le classement et sur la dernière épreuve, qui était le relais parcours, nous n'avons pas assez bien fait pour être qualifiés. Nous avons donc terminé cette compétition sur une belle 4ème place.

Écrit par : Kristof Schick

## ÉLIMINATOIRES À LAUSANNE

Le samedi 2 mars 2024, deux équipes du CA Riviera se sont rendu à Lausanne pour les éliminatoires locales accompagnées de Sabine et Jason afin de profiter d'une 2ème chance d'être qualifiés pour la finale régionale UBS kids cup team. Les équipes ont été modifiées et donc je me suis retrouvée dans le groupe mixte au lieu du groupe des filles.

Après l'échauffement, Lionel, Taja, Noah, moi et Kristof (ordre de passage) avons commencé par la perche en longueur qui s'est bien déroulée. Ensuite nous nous sommes rendus au sprint à risque. Ces deux premières disciplines nous ont permis d'être premiers au classement ! Lors de la troisième discipline, le biathlon, nous avons été un peu moins

performants sur le nombre de tours... Puis, nous avons terminé par le teamcross. Le premier tour s'est bien déroulé avec Lionel qui a fait un super bon départ et qui s'est placé 1er dans la course puis le reste de l'équipe a tenu le rythme jusqu'au bout en terminant avec Kristof qui a tout donné pour les derniers mètres du team cross où nous avons conservé notre première place ! En attendant les résultats finaux du classement, nos coachs nous ont offert des crêpes ! Encore merci ! Finalement les résultats sont arrivés et ce fut une grande joie lorsque nous avons été appelés pour la première place du podium et donc qualifiés pour la finale régionale à Yverdon !!!

Écrit par : Eva Pfyffer



2ème place à Yverdon, en route pour la finale

## FINALE RÉGIONALE À YVERDON

Le samedi 9 mars avec mes coéquipiers, on est allés à la finale régionale de l'UBS Kids cup à Yverdon, avec l'espoir de faire une médaille. Comme d'habitude, le réveil était très tôt et, accompagnés de notre coach Sabine, on est arrivés vers sept heures du matin à la salle. Après s'être échauffés, on a eu le sprint à risque où il faut sprinter environ 20

mètres en 4 secondes. On a fait d'assez bons résultats. Ensuite vers neuf heures, on a eu la perche. Le but de cette épreuve est de sauter le plus loin possible sur des tapis et pas de sauter le plus haut possible par-dessus une barre. Là, Kristof nous a fait un magnifique saut en vol plané ! Plus tard, on avait le biathlon où il faut courir en rond autour de la salle et à chaque fin de tour, il faut tirer sur des cônes avec une balle de tennis et essayer de les faire tomber. C'est une combinaison d'endurance et de tir de précision, ce qui n'est pas toujours très évident. Enfin la dernière et meilleure épreuve : le relais en parcours d'obstacles. Même si je ne suis pas forte en obstacle, c'est quand même mon moment préféré de la compétition, parce qu'il y a une ambiance incroyable dans la salle et parce que c'est un vrai travail d'équipe. Finalement, on était très fiers de nous, car on est arrivé deuxième et par conséquent, on a réussi à se qualifier pour la finale suisse à Zürich.

Écrit par : Taja Moussaoui



L'équipe U16 mixte avec Angelica Moser lors de la finale suisse

## FINALE SUISSE À ZÜRICH

Le vendredi 22 mars, nous avons rendez-vous à la gare de Vevey accompagné de 2 supporters pour aller à Zurich pour la finale suisse de l'ubs kids cup team. Nous sommes arrivés à Zurich vers 21h à l'auberge de jeunesse. Nous avons attendu les autres qui arrivaient plus tard en voiture, ensuite nous sommes allés dans une pizzeria juste à côté de l'auberge. Nous avons très bien mangé des pâtes (hydrates de carbone !!) et nous sommes

revenus à l'auberge nous préparer pour la compétition du lendemain. Le samedi matin nous nous sommes levés à 6h pour déjeuner à 6h30. Ensuite nous avons rendez-vous à 7h30 dans la salle pour récupérer les dossards et commencer à s'échauffer pour les essais d'avant compétition. Les essais ne se sont pas déroulés comme prévu, nous arrivions plus à faire nos points comme d'habitude, ce qui était inquiétant pour la suite de la journée. La compétition a commencé vers 8h10 où nous avons rendez-vous à la perche. Tout s'est passé comme prévu et nous avons super bien fait. Ensuite nous avons le sprint à 8h40, gros coup de stress aux premiers essais, car Lionel et Noah n'ont pas réussi les niveaux 5 et 4 respectivement. Après une courte discussion avec leur coach ils ont décidé de retenter les mêmes niveaux, avec succès cette fois. Pratiquement tous ont fait leur meilleur score. À la suite de ces deux épreuves, notre équipe était classée 5ème. Juste avant le biathlon, nous étions super stressés, car c'est notre point faible et nous voulions absolument bien faire. Mais finalement, cela s'est super bien passé, nous avons tourné super vite et avons fait tomber 13 cônes sur 15 ce qui nous a permis de garder notre 5ème place avant la dernière épreuve qui se déroulait à 11h00. Le team cross venait terminer cette compétition, Lionel avait la mission de bien partir afin de mettre l'équipe dans une bonne position. Après un super départ et une course acharnée

nous sommes finalement arrivés 4ème au team cross et 5ème au classement final. Nous sommes très contents de notre compétition sachant que le niveau est très élevé. Nous étions fiers d'être arrivés si loin dans la compétition et sommes très contents que nos supporters aient pu nous rejoindre et nous encourager durant cette finale.

Écrit par : Lionel Hazel et Noah Sauvage



Concentration avant le départ du team cross

# aubert-strassmann s.a.

Z.I. de l'Ecorchebœuf • 1084 Carrouge/vd  
téléphone 021 661 28 20

chauffage - sanitaire • MAÎTRISES FÉDÉRALES  
installation - transformation - dépannage - entretien

## Garage de la Gare

Genoud & Fils SA



1617 Remaufens

E-mail: garage.remaufens@bluewin.ch

Fax 021 948 07 43  
Natel : Didier Genoud  
079 429 61 25



## Boucherie des Tilleuls

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



*Favorisez  
nos annonceurs*



**AntonioVieira** S.A  
Maîtrise Fédérale

Services de dépannages

Tél. 021 922 92 29

Nat. 079 206 69 29

Route de Fenil 51 - 1809 Fenil sur Corsier

**Installations  
Sanitaires  
Chauffage  
Solaires**

## SÉVERINE RINSOZ

Ostéopathe D.O. MF50

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

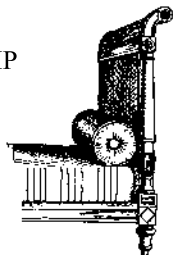
076 399 69 76  
(en cas d'urgence)



ÉBÉNISTERIE  
JOSÉ GRANDCHAMP  
Maîtrise fédérale

Création  
Restauration - Copie

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



**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

---

# CAMP D'ENTRAÎNEMENT

*Le traditionnel camp d'entraînement du CA Riviera s'est déroulé durant les vacances de Pâques à Boulouris. Les différents groupes d'entraînement nous racontent leur semaine.*

## **GROUPE SPRINT**

Du 30 mars au 6 avril s'est déroulé le camp de Pâques à Boulouris au sud de la France. Ce camp a duré sept jours. Comme chaque année, l'ambiance de ce camp fut très agréable. Tout le monde rigolait et était motivé à dépasser ses limites sur le stade. Côté multiples, ce camp s'est déroulé merveilleusement bien avec une très bonne ambiance aux entraînements. Comme chaque année on a eu deux entraînements par jour et le soir nous allions à la mer pour détendre nos muscles, et certain soir notre coach nous a prévu certaines activités afin de mieux se rapprocher et mieux faire connaissance. Certains jours, parmi les 13 athlètes de multiples, trois d'entre nous ont eu la chance de s'entraîner avec les sprinteurs (Lionel, Léane, Jelena) tandis que les autres faisaient des disciplines techniques.

Le mardi après-midi, tous les athlètes et les coachs ont pris un bus en direction de Saint-Raphaël pour aller manger une glace au bord de la mer, le lendemain, nous nous sommes rendus à Cannes pour l'après-midi de pause ; nous avons pu être un peu libres et visiter la ville. Nous avons continué nos entraînements le reste de la semaine et ce fut déjà la fin de ce camp. Le vendredi après-midi se sont déroulées les olympiades qui ont été organisées par Léane et moi-même. Nous remercions nos coachs de nous avoir entraîné cette semaine de camp, nous avons vraiment aimé partir cette année avec un plus grand groupe d'athlètes multiples et remercions Christian Dössegger pour la super organisation. Nous nous réjouissons déjà du camp de l'année prochaine !

Écrit par : Léane et Jelena



Le groupe multiple à Boulouris



Le groupe Chablais

### **GROUPE DU CHABLAIS**

Partant d'Aigle à 6h20 tapantes, nous embarquons dans le car en direction de St-Raphaël pour le camp d'entraînement 2024. Après une halte au bord de l'autoroute pour midi, nous atteignons enfin le bord de la mer. Comme à notre coutume, nous entamons notre séance de décrassage dans les collines avoisinantes, afin de détendre nos jambes endormies par le voyage. Dimanche marque le début des entraînements sérieux, mettant l'accent sur la vitesse pour les athlètes du chablais. Après une journée sur la piste, nous décidons de nous rendre à la mer pour une session de récupération bien méritée, malgré la pluie et le vent. Nous nous aventurons dans les eaux agitées. Les vagues, imposantes, se brisent sur la plage en

cailloux. Lundi, c'était la découverte de la salle de musculation. Après une séance intense, les courbatures se sont rapidement fait ressentir. Mardi matin, c'était l'entraînement des relais tous ensemble. L'après-midi, une agréable surprise nous attendait. Les coachs ont décidé de nous accorder l'après-midi libre à St-Raphaël. Nous en avons profité pour explorer la ville et nous sommes régالés avec la célèbre glace à trois boules, voire quatre pour ceux d'entre nous au solide appétit. Rien de tel qu'une bonne glace pour se récompenser des efforts fournis et pour créer des souvenirs agréables en dehors des entraînements intenses. Le mercredi matin a été particulièrement éprouvant pour certains, avec un entraînement intensif composé de séries longues qui ont mis nos capacités à rude

épreuve. Heureusement, l'après-midi nous a offert un répit avec une excursion à Cannes. Le temps radieux a été de notre côté, nous permettant de profiter pleinement de cette sortie. Le vendredi, nous avons eu le privilège de participer aux Olympiades organisées par Jelena et Léane. Merci à elles. Et voilà que la fin de semaine approche à grands pas et qu'il est déjà temps de faire nos bagages pour rentrer chez nous. Heureusement, cette année, le voyage de retour a été rapide, sans embouteillages ce qui a rendu le trajet bien plus agréable.

Écrit par : Dacha Dössegger



L'équipe sprint

## GRUPE SPRINT

Le camp d'athlétisme, qui s'est déroulé du 30 mars au 6 avril 2024, a été un véritable succès pour tous les participants. Durant cette semaine chargée, nous avons travaillé dur avec comme exemples des blocs, des séries lactiques, ou des séances de musculation pour faire gonfler nos gros biceps. :) Le mardi après-midi, une séance d'étirement et de mobilité dirigée par Valou nous a permis de récupérer après nos efforts. Ensuite, direction Saint-Raphaël pour savourer une glace bien méritée. Mercredi, nous avons

changé de décor avec une escapade à Cannes. Entre sessions shopping et découverte de la ville, nous avons profité pleinement de cette journée de détente bien méritée. Le vendredi, nous avons affronté les «séries de la mort» (les séries lactiques). Pour clôturer en beauté cette semaine d'entraînement, les olympiades organisées par Léane et Jelena ont mis nos compétences à l'épreuve dans une ambiance conviviale. Des épreuves variées telles que le morpion, le parcours, et le fameux relais ont animé cette journée sous le signe du

SERGE  
**RASTOLDO**

**FERBLANTIER COUVREUR**

**CHEXBRES 021 946 11 46 079 212 65 65**

**PASTELLE  
COIFFURE**

sur rendez-vous



Sara Dragone

Rue d'Italie 13-1800 Vevey  
021 921 56 57

Lundi fermé Mercredi après-midi fermé

**Garage  
de Blonay**

Rocco CALDARONE



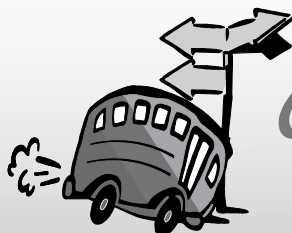
*Car votre véhicule  
Mérite le Meilleur*

Champ-Belluet 16 c - T. 021 943 33 36  
www.garagedeblonay.ch

**Vente et réparations toutes marques**



*Favorisez  
nos annonceurs*



Fondée en 1991

G. DI TRIA



*Carosserie de  
La Veyre SA*  
Entreprise formatrice

Voiture de remplacement  
Nettoyage du véhicule



Prix de l'Intégration  
Professionnelle  
de personnes en  
situation de handicap



Zone industrielle de la Veyre B4 · 1806 Saint-Légier · T 021 943 47 70  
**www.carrosserie-de-la-veyre.ch** contact@carrosserie-de-la-veyre.ch

**carrosserie suisse**

dépassement de soi. Le retour en car du samedi a été l'occasion de se remémorer les moments forts de la semaine. Et quoi de mieux qu'un arrêt chez McDonald's pour clôturer ce camp en beauté ? Je tiens à remercier chaleureusement tous les participants et les coachs pour leur engagement et leur enthousiasme tout au long de cette semaine d'athlétisme. Un grand merci également à Valentin

(Valou pour les intimes), sans lui nous n'aurions pas pu faire ce camp, car il a mis tout le programme en place.

Cette semaine d'athlétisme restera gravée dans nos mémoires, une expérience sportive et humaine qui nous a tous enrichis. Le groupe de sprinteurs attend déjà avec impatience les prochains camps !

Écrit par : Elisa Fracheboud



Tous les athlètes avec la mascotte de Paris 2024



Selfie géant



# OLITOURS

Impasse du Château 2

1907 Saxon

+41 79 635 07 10

limat-olivier@saxon.ch

***Vous transporte partout  
en Suisse et en Europe***



Léonard Pfister, œnologue

---

# ASSEMBLÉE GÉNÉRALE 2023

L'assemblée générale 2023 s'est déroulée le 22 mars à la buvette de notre stade. Nous avons suivi un ordre du jour traditionnel, en commençant par les différents points administratifs tels que les rapports, la présentation des comptes 2023 et du budget de l'année à venir. Le comité a été réélu in corpore, sans ajout. Nous vous rappelons que la place de vice-président est toujours vacante, si l'un ou l'autre lecteur se sentait motivé à rejoindre la joyeuse équipe du comité. Une fois ces points nécessaires passés, le comité a récompensé les différents athlètes méritants pour leurs performances dans le courant de l'année. Elle a également décerné le titre de bénévole de l'année 2023 à Christophe Wodiuwig, qui s'engage lors

des concours dans l'équipe des stars du chrono. Ce prix permet de rappeler l'importance des bénévoles pour le bon fonctionnement de notre club et des manifestations qu'il organise, et d'en remercier un qui s'est particulièrement engagé lors de l'année écoulée. Après la partie séance, les membres présents se sont retrouvés autour d'un verre de l'amitié accompagné d'un délicieux apéritif dinatoire.



Apéritif dinatoire en fin d'assemblée



Les athlètes récompensés, avec Christophe, bénévole de l'année

---

# ATHLÈTES MÉRITANTS



**CHLOÉ RABAC**

Championne suisse U20  
en salle du 60m,  
Vice-championne suisse  
U20 en salle du 200m  
Championne suisse U20  
du relais 4 x 100m



**LÉONIE POINTET**

Athlète de l'année 2023,  
Vice-championne suisse en salle du  
200m,  
Championne suisse du 200m  
Vice-championne suisse U23 du  
100m  
Championne suisse U23 du 200m  
Championne suisse du relais  
4x100m  
3e aux championnats d'Europe U23  
en relais 4x100m



**LOÏC RUMO**

Vice-champion suisse  
U16 du relais 5x80m  
3e aux Championnats  
suisse U16 relais  
3x1000m  
Vice-champion suisse  
U16 100m haies



**MATHILDE PAYER**

Vice-championne suisse  
U20 du 400m haies



**CAMERON JONES**

Vice-champion suisse  
U20 du relais 4x100m



**ALIZÉE RUSCA**

Championne suisse du  
relais 4x100m



### MOESHA KIBIBI

Championne suisse U20  
du relais 4x100m



### LYNN SAUVAGE

Athlète de l'année  
Meilleure athlète à la  
progression



### ROBIN AESCHLIMANN

Vice-champion suisse  
U16 du relais 5x80m

---

## CHAMPIONNATS EUROPÉENS MASTERS À TORUN

Je me suis remis à courir en 2019 après une pause d'environ 28 ans. Cette reprise visait à améliorer ma qualité de vie, alors que j'avais pris du poids et que je fumais plus de 20 cigarettes par jour. Cela a exigé beaucoup d'efforts



Andréea au départ du 200m à Torun

et de sacrifices, mais chaque année, mes performances se sont améliorées et je me sens de plus en plus en forme chaque jour. Cette année, grâce à Christian et à ses athlètes, j'ai décidé de participer aux championnats européens en salle de Torun, où j'ai décroché une troisième place sur 200 mètres avec un temps de 23,82 en catégorie M50. Malheureusement, une blessure survenue lors de l'épreuve des 60 mètres m'a empêché de performer comme je l'espérais. Néanmoins, je suis fier de ma performance aux championnats italiens avec un temps de 7,35, qui constitue également la meilleure performance européenne de 2024 dans la catégorie

Société

021 922 29 36 - 079 210 98 19

info@logopub.ch

**Logopub**  Sarl  
1615 Bossonnens

Impression numérique  
Bâches publicitaires

Vêtements professionnels  
T-shirts-Sweats-Polos

Sérigraphie et découpes  
d'autocollants techniques

Vitrines - Véhicules  
Caoutchoucs magnétiques



*Favorisez  
nos annonceurs*



BOUCHERIE - CHARCUTERIE

**STUBY**

CENTRE MIDI-COINDET  
GÉNÉRAL-GUISAN 17 - 1800 VEVEY  
TÉL : +41 21 921 66 51

VIANDE DE LA RÉGION & CHARCUTERIE FAITE MAISON



*Pour nous... Le client est roi !*



**MONNARD SA**  
Plâtrerie - Peinture

1809 FENIL-SUR-CORSIER  
Tél. 021 922 73 03-76 - Fax 021 922 73 06  
www.monnard-sa.ch

M50. Grâce à Christian, j'ai relevé mes objectifs pour 2024 ; il m'a accueilli comme un fils et m'a soutenu comme un jeune homme. Je suis convaincu que beaucoup de gens devraient envisager de reprendre ou de débiter l'athlétisme, quel que soit leur âge, que ce soit pour des raisons de santé ou simplement parce qu'il existe des personnes qui mettent toute leur passion pour rendre ce monde spécial.

Écrit par : Andréa Portalatini



Andréa aux championnats vaudois en salle, à Aigle



## A VOS MARQUES SPORT & LOISIRS

Vêtements pour le Sport & les Loisirs

Impression Textile - Objets Publicitaires

**A VOS MARQUES**

Grand-Rue 30 b

1373 Chavornay

T. 024 441 07 07

info@avosmarques.ch

www.avosmarques.ch



ébénisterie agencement  
yann bovy sàrl  
zone industrielle d  
1809 fenil-sur-corsier

T. 021 922 19 79

M. 079 309 26 01

y.bovy@yannbovy.ch

e.bovy@yannbovy.ch

www.yannbovy.ch

---

## AGENDA 2024

Évènements organisés par le CA Riviera  
ou y contribuant

---

### 08 JUIN 2024

Memorial Luc Killer

---

### 24 AOÛT 2024

Course Chaplin

---

### 28 SEPTEMBRE 2024

Mémorial Max Dössegger

L'agenda est régulièrement mis à jour sur  
notre site, n'hésitez pas à y faire un tour.



**ARTISAN BOULANGER PÂTISSIER**  
Chevalier du Bon Pain 7x Etoilé

Route des Deux-Villages 21  
1806 Saint-Légier  
Tel. + 41(0)21 943 30 17



**COME ON**  
FITNESS & FIGHT

7/7 (05h00 - 22h00)

Cours + Wellness

Tél. 021 781 30 80

Route de la Mortigue 1  
1072 Forel (Lavaux)

 @fitnesscomeon  
[www.comeonfitness.ch](http://www.comeonfitness.ch)

---

# CONTACT

## COMITÉ TECHNIQUE

---

### STÉPHANE BOULENAZ

Responsable Groupe technique

---

steph.boulenaz@bluewin.ch

---

### RÉGIS VIQUERAT

Coach Jeunesse + Sports

---

regis.viquerat@cariviera.ch

---

### ELISABETH KÜNG

Responsable des juges de concours et des bénévoles

---

elisabeth.kung@bluewin.ch

### INFORMATIONS ET RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES :

info@cariviera.ch

### NOTRE SITE INTERNET :

www.cariviera.ch

---

### COMITÉ D'ORGANISATION

Manifestations sur stade

---

meeting@cariviera.ch

---

### TEAM MANIFESTATIONS

Cross de la Riviera

---

### TEAM MANIFESTATIONS

Cross de la Riviera

---

### TEAM MANIFESTATIONS

Course Chaplin

### TROUVEZ ÉGALEMENT...

Notre page Facebook : CA Riviera

Notre compte Instagram : ca\_riviera

---

# CONTACT

## COMITÉ ADMINISTRATIF

---

### NICOLE POINTET

Présidente centrale

---

[nicole.pointet@cariviera.ch](mailto:nicole.pointet@cariviera.ch)

---

### PIERRE-ALAIN FORESTIER

Président d'honneur

---

-

---

### POSTE VACANT

Secrétaire

---

---

### MARC-ANDRÉ SCHWAB

Responsable clubdesk et membres

---

[marc-andre.schwab@ca-riviera.clubdesk.com](mailto:marc-andre.schwab@ca-riviera.clubdesk.com)

---

### ELSA RICHARD

Caissière

---

[elsa.richard@bluewin.ch](mailto:elsa.richard@bluewin.ch)

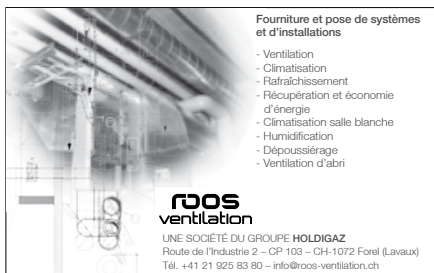
---

### CLOÉ POINTET

Bulletin du club

---

[cloe.pointet@gmail.com](mailto:cloe.pointet@gmail.com)



Fourniture et pose de systèmes  
et d'installations

- Ventilation
- Climatisation
- Rafraîchissement
- Récupération et économie  
d'énergie
- Climatisation salle blanche
- Humidification
- Dépoussiérage
- Ventilation d'abri

**ROOS**  
ventilation

UNE SOCIÉTÉ DU GROUPE HOLDIGAZ  
Route de l'Industrie 2 – CP 103 – CH-1072 Forel (Lavaux)  
Tél. +41 21 925 83 80 – info@roos-ventilation.ch



*Favorisez  
nos annonceurs*



---

## **CHRISTIAN DÖSSEGGER**

Sponsoring, annonceurs  
et membres supporters

---

christian.dossegger@cariviera.ch

---

## **DACHA DÖSSEGGER**

Représentante des athlètes  
et Team communication

---

dacha.dossegger@gmail.com

---

## **DANIEL HILFIKER**

Responsable manifestations

---

daniel\_hilfiker@hotmail.com

---

meeting@cariviera.ch



# Retraites Populaires

[www.retraitespopulaires.ch](http://www.retraitespopulaires.ch)



**TKSA.SWISS**  
ENVIRONMENTAL SOLUTIONS  
Toni Küpfer SA

## VÉHICULES



ASSAINISSEMENT



VOIRIE



CONSTRUCTION

BEX – MEYRIN – LYSS – MELLINGEN – CADENAZZO

[www.tksa.swiss](http://www.tksa.swiss)

## Association Bâtiment

### UCJG - YMCA



**RABAIS 10%**  
Sur présentation de ce bon

### Location de salles Anniversaires - Fêtes de famille

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

Chemin du Point-du-Jour 2, case postale, CH-1800 Vevey 1

Contacts:

[info@ucjg-vevey.ch](mailto:info@ucjg-vevey.ch)

[www.ucjg-vevey.ch](http://www.ucjg-vevey.ch)



## Nettoyage et désinfection des conteneurs enterrés et hors sol

Chemin des Deux Collines 8  
1814 La Tour-de-Peilz  
021 944 47 83

# ULDRY

■ CUISINES

### VOTRE CUISINE DE RÊVE



La cuisine est le cœur de la maison, lieu de retrouvailles et de partage en famille et entre amis.

Uldry Cuisines SA à Vevey vous propose les cuisines de la marque Häcker, réputées pour leur solidité, leur qualité et l'excellence de leurs finitions.

En mélangeant formes, matériaux et couleurs, nous vous aidons à créer votre cuisine de rêve.

**hacker**  
kitchen.germanmade.

■ **ULDRY CUISINES SA** RUE DU TORRENT 2 (PL. DU MARCHÉ) - CASE POSTALE 1197 - 1800 VEVEY 1  
TÉL. +41 (0)21 26 97 11 - FAX +41 (0)21 926 97 19 - INFO@ULDRY-CUISINES.CH - WWW.ULDRY-CUISINES.CH