

Didier Fournier  
Route de Zampillon 18  
1965 Savièse  
079 338 78 10  
[president@cs13etoiles.ch](mailto:president@cs13etoiles.ch)



Info novembre 2022

[www.cs13etoiles.ch](http://www.cs13etoiles.ch)

Chers amis,

★ Malgré la levée des mesures sanitaires et l'accès aux vestiaires depuis plusieurs mois, les membres fidèles du club peinent à revenir s'entraîner les lundis et jeudis en soirée. Avec le retour des parcours d'hiver depuis le récent changement d'horaire, plus d'excuses dorénavant pour ne pas (re)venir courir en groupe. Nous vous attendons dès lors à l'Ancien Stand.

★ Des membres du club se sont mis en évidence dans certaines courses depuis le début de l'été comme entre autres :

- Lucien Epiney : 3h18'37'' au marathon de Zermatt (7<sup>ème</sup> au général), 3h14'32'' au marathon de la Jungfrau (8<sup>ème</sup> au général), 59'56 à Mort-Fribourg (20<sup>ème</sup> au général)
- Yvan Bétrisey : 1h15'49'' au Tour des Alpes (12<sup>ème</sup> au général), 1h02'02'' à Morat-Fribourg (32<sup>ème</sup> au général), 1h17'02'' au semi-marathon du lac de Brienz (2<sup>ème</sup> au général)
- Manu Sassi : 1h09'11'' au semi-marathon de Lugano (11<sup>ème</sup> au général), 2h30'31'' au marathon de Eindhoven (NL)
- Laura Hrebec : 36'24'' aux 10 km de Lausanne (2<sup>ème</sup> au général)

★ Le groupe athlétisme jeunesse du club, encadré et entraîné par la famille Zengaffinen, continue d'afficher des performances de choix lors de différentes compétitions. En saut à la perche et avec un bond à 5.35 mètres, Valentin Imsand détient le record suisse et meilleure performance de tous les temps dans les catégories U18 et U20. Quant à Justin Fournier, sa meilleure marque est fixée à 5.21 mètres. Lors des Championnats d'Europe à Jérusalem en juillet dernier, Valentin a décroché la médaille d'argent et Justin a terminé au pied du podium (4<sup>ème</sup>). Dans les autres disciplines, d'autres athlètes comme Léna Borer, Delphine Aymon, Amélie Fournier et Nathanaël Lugon ont également réussi de belles performances durant cette saison 2022. Félicitations à cette jeunesse prometteuse, aux parents ainsi qu'aux entraîneurs. D'ores et déjà plein succès en 2023.

★ Notre traditionnelle balade d'été a eu lieu le 24 juillet dernier. Une petite mais joyeuse équipe est partie à la découverte du magnifique vallon de Réchy où les plus téméraires ont même plongé dans le lac du Louché au pied de La Maya et des Becs de Bosson, sous un soleil radieux. La prochaine sortie d'été est programmée pour le **dimanche 23 juillet 2023**.

★ Si la dernière édition de Sierre-Zinal a connu une magnifique participation, cette 49<sup>ème</sup> édition a été entachée par un cas de dopage. Le contrôle du vainqueur kényan Mark Kangogo s'est en effet avéré positif. La victoire revient dès lors à l'Espagnol Andreu Blanes en 2h29'19''. Le nupte vainqueur de Sierre-Zinal, Kilian Jornet, finit à la 4<sup>ème</sup> place. Un article à ce sujet paru dans Le Temps du 19 octobre 2022 et intitulé « La solitude du coureur de fond dopé » fournit une analyse économique et sociologique liée au fléau du dopage.

★ La Foulée bleck qui a eu lieu pour la 6<sup>ème</sup> fois à Grimisuat le 17 septembre dernier a réuni une petite dizaine de coureurs du club ainsi que les accompagnants. Ceux-ci ont partagé un agréable moment d'amitié et de convivialité après la course. La 7<sup>ème</sup> édition est d'ores et déjà prévue le samedi 16 septembre 2023.

★ Lors du dernier marathon de Berlin le 25 septembre dernier, la limite des 2 heures a tremblé. Le Kényan Eliud Kipchoge (37 ans), double champion olympique, a amélioré son propre record du monde en 2h01'09''.  
./.

★ La saison des courses en ville va démarrer. La Corrida d'Octodure ouvrira les feux le 12 novembre. Suivront la Corrida Bulloise le 19 novembre, l'Escalade de Genève les 3 et 4 décembre et finalement la Course de Noël à Sion le 10 décembre.

★ Lors du prochain **Trail des Châteaux** qui se déroulera le **samedi 10 décembre 2022** dans le cadre de la Course Titzé de Noël organisée par le CA Sion, notre club s'est engagé à fournir un **nombre suffisant de bénévoles** afin de surveiller certains passages névralgiques en ville de Sion (carrefours, croisements, traversées de route...), soit pour une durée d'env. 1 heure lors du départ (~10h00-11h00) et env. 5 heures lors du retour des coureurs (~12h30-17h30). Le club compte sur ton soutien et te remercie d'avance pour ton engagement. N'hésite pas à rassembler du monde dans ton entourage (amis, enfants...). Les **inscriptions sont à annoncer jusqu'au 5 décembre 2022** directement à Didier Fournier (Tél. 079 338.78.10 / [didier.fournier@fmv.ch](mailto:didier.fournier@fmv.ch)) qui se chargera de la coordination et de l'organisation. Informations sur ce trail sous [www.traildeschateaux.ch](http://www.traildeschateaux.ch).

★ En annexe, Augustin nous gratifie d'une étude fournie sur les écarts des performances entre femmes et hommes dans les sports d'endurance. Merci à lui pour ces intéressantes informations.

★ **L'assemblée générale** et le **souper annuel** de notre club auront lieu le **samedi 26 novembre 2022** au Môtel-Restaurant 13 Etoiles à St-Léonard (Route du Simplon 69). Le Restaurant se trouve à la sortie de St-Léonard sur la gauche en direction de Sierre. Il y a quelques places de parc devant le restaurant. D'autres places de parc en suffisance se trouvent à droite de la route cantonale, en face du restaurant.

Programme de la soirée :

18 h 30 : rendez-vous au Môtel-Restaurant 13 Etoiles, accueil

18 h 45 : assemblée selon l'ordre du jour suivant

- Validation du procès-verbal de la dernière assemblée en 2021 (à disposition sur le site internet du club)
- Bilan de la saison écoulée et rapport des différents secteurs
- Comptes 2022 et rapport des vérificateurs
- Elections statutaires
- Divers

19 h 15 : apéritif sur place

19 h 45 : souper

- Salade en entrée
- Caquelon 13 Etoiles (fondue à la viande de bœuf assaisonnée, sauces maison), accompagnée de riz, frites ou pommes de terre
- Sorbet abricot / Boissons, cafés, digestifs

Prix de la soirée : 40 Fr./personne

**Inscriptions obligatoires** auprès de Didier **jusqu'au 21 novembre**. Inscriptions également possibles via le lien : <https://cally.com/phxcdk6jnunxvez>

★ En **2023**, l'**assemblée générale** et le **souper annuel** se dérouleront le **samedi 25 novembre** dans un lieu encore à définir.

★ La cotisation 2023 peut être versée au moyen du bulletin de versement annexé ou lors du souper. **Attention les coordonnées bancaires ont changé par rapport à 2022**. Le montant reste inchangé, soit :

- 1 membre : 30 Fr. / Couples : 40 Fr. / Familles : 50 Fr.

★ Au nom du comité, il ne me reste plus qu'à souhaiter, à vous et à vos proches, des Fêtes de fin d'année lumineuses (malgré les restrictions énergétiques) et un excellent millésime 2023. Au plaisir de vous rencontrer prochainement en nombre. Salutations sportives et amicales.

Didier Fournier