

Augustin Genoud  
Rue de la Scierie  
1965 Savièse  
027 395 15 55 et 079 484 85 43  
augenoud@bluewin.ch

Savièse, le 29 octobre 2007



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

Chers amis,

★ Les années défilent à toute vitesse. Nous voici déjà proches de la fin 2007, à l'heure de tirer un petit bilan non seulement de l'année en cours mais aussi des années écoulées. Les entraînements en groupe ont commencé en automne 1980. Nous sommes donc partis pour la 28<sup>e</sup> année. Lors des derniers entraînements, j'ai constaté avec plaisir la présence impressionnante d'un bon nombre de nouveaux adhérents. Les sports d'endurance ne jouent-ils pas un rôle quasi thérapeutiques dans notre vie actuelle où le rendement est devenu un maître-mot ? Bon, j'arrête là avant que mes enfants ne me traitent de vieux philosophe.

★ Lorsqu'il est entré dans le club des quadragénaires, Sébastien Epiney savait que ses jours au plus haut niveau seraient comptés. Son emploi du temps professionnel (directeur de l'Office du tourisme de Nendaz) étant chargé, il a opté pour un entraînement visant l'efficacité dans un minimum de temps, mixant sagement les séances dures et les séances légères. Cela lui a plutôt bien réussi, pour preuves sa 5<sup>e</sup> place lors des championnats d'Europe de la montagne et ses 8<sup>es</sup> rangs aux championnats du monde de la montagne et à Morat-Fribourg. Quant à Tarcis Ancay, cette année 2007 devait jouer un rôle particulier dans sa vie sportive, lui qui visait une participation aux jeux olympiques de Pékin. Pour mettre tous les atouts de son côté, il avait obtenu de son employeur un allègement dans son travail, ce qui lui a permis de vivre une année quasiment comme un sportif professionnel, avec des camps d'entraînements (Afrique du Sud, Grisons) et des semaines à plus de 150 kilomètres de course. Malheureusement, son corps n'a pas toujours supporté de telles charges d'entraînement et de multiples pépins sont venus perturber son plan de marche. Il lui restera cependant des souvenirs exceptionnels faits de sympathiques rencontres, de paysages magnifiques et d'expériences enrichissantes. Malgré tout, Tarcis reste optimiste et continuera à viser l'aventure olympique au printemps prochain. D'autres athlètes se sont illustrés cette saison : Pascal Aymon, Emmanuel Vaudan, Augustin Salamin, etc. Nous reviendrons plus en détail sur leurs performances lors de notre assemblée annuelle.

★ Mathieu a réalisé son plus grand exploit le 6 juillet dernier, en découvrant notre monde pour la première fois. C'est le fils de Véronique et de Didier Fournier. La maman et le bébé se portent à merveille. Le père se remet gentiment de tous les apéros pris en l'honneur de son fils. Le 17 octobre, c'est Julie qui a poussé son premier cri pour la plus grande joie de son frère Antoine et de ses parents, Laurence et Dave Roux. Si Dave n'a plus été vu aux entraînements, ce n'est pas qu'il fête la naissance de Julie mais parce qu'il s'est fissuré un orteil. Toutes nos félicitations aux heureux parents.

★ Didier Fournier va étudier pendant l'hiver prochain un nouvel équipement pour les membres du club (T-shirts et liquettes). Nous vous en reparlerons dans notre prochain envoi. Il y a la possibilité de mettre de la pub sur cet équipement. Les éventuels intéressés sont priés de prendre contact avec Didier.

★ Running Romand magazine est une revue de course à pied paraissant deux fois par année, une fois en automne et une fois au printemps. Le dernier numéro, paru au début octobre, comporte une centaine de pages et contient des articles variés : les marathons de Londres et de Genève, Röthlin aux championnats du monde d'Osaka, la carrière de Pierre Délèze, les enfants et la course à pied, le renforcement musculaire, un dossier pour chaque canton romand, etc., le tout illustré de magnifiques photos. Comme j'y écris aussi, vous trouverez dans le «clin d'œil sportif» joint certaines informations déjà parues dans ce dernier numéro. Vous pouvez acheter la revue au numéro (10 fr. ) en kiosque ou vous abonner en allant sur le site [www.atelier-33.ch](http://www.atelier-33.ch). Sur ce site, il est aussi possible de s'abonner à deux autres revues : VéloRomand et OutdoorRomand.

★ **L'assemblée générale** et le **souper annuel** de notre club se dérouleront le **vendredi 23 novembre** au caveau Bon Père Germanier. En venant de Sion, le caveau se trouve à gauche, en bordure de la route cantonale, juste avant l'entrée d'Ardon, au bord de la Lizerne.

Voici le programme :

18 h 25 : rendez-vous dans le hall d'entrée du caveau

18 h 35 : assemblée selon l'ordre du jour suivant :

- Lecture du procès-verbal de la dernière assemblée
- Bilan de la saison écoulée
- Rapport des différents secteurs : course à pied, marche, triathlon
- Comptes
- Rapport des vérificateurs des comptes
- Modifications des statuts
- Elections statutaires
- Divers

19 h 15 : visite de la cave et dégustation (rendez-vous dans le hall d'entrée du caveau)

20 h 00 : souper

- ☺ Salade verte et pâté
- ☺ Fondue chinoise
- ☺ Poires arrosées à la William
- ☺ Café, pousse-café

Prix de la soirée, toutes boissons comprises : 45 fr. pour les hommes, 40 fr. pour les dames et 25 fr. pour les jeunes (20 ans et moins).

Merci de vous inscrire auprès d'Augustin (027 395 15 55 ou [augenoud@bluewin.ch](mailto:augenoud@bluewin.ch)), **avant le 15 novembre**. Inscriptions également possibles au stade.

★ Les cotisations pour 2008 restent inchangées :

Prix pour un membre : 20 fr.

Prix pour famille : 2 membres : 35 fr.

3 membres : 45 fr.

4 membres et plus : 50 fr.

★ Je vous souhaite un excellent hiver et vous transmets mes meilleures salutations sportives.

Augustin Genoud

