Juin 2013

CSLM INFO

LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

Cher/ère ami/e CSLMiste,

Votre avis nous intéresse et nous espérons que vous prendrez la plume – virtuelle ou non – pour nous le transmettre. Vous tenez dans vos mains le n° 2/2013 du CSLM-Info. Actuellement, votre journal est publié 3 fois par année : février/mars, juin et octobre. Le calendrier des activités de nos différentes sections étant fort différent, il est difficile de trouver des périodes de publication qui conviennent à toutes.
Après réflexion et en observant ce qui se passe chez nos voisins – il paraît que l'herbe y est toujours plus verte – nous souhaiterions connaître votre opinion sur les 2 options ci-après :

- Statut quo : 3 éditions par année ;
- 1 parution plus complète par année, en octobre, pour l'assemblée générale.

Votre comité et moi-même nous réjouissons de vous lire ou de vous entendre.

Notre rubrique « Souvenirs, souvenirs… » peine à démarrer. Et si vous en étiez le premier rédacteur ?
Le CS Le Mouret fête cette année son 70ème anniversaire. Je suis persuadée que vos greniers, vos armoires ou simplement votre mémoire regorgent de souvenirs ou d'anecdotes croustillantes. Que diriez-vous de les partager avec nous tous en écrivant un bref article pour le prochain n° du CSLM-Info qui sera celui de notre assemblée générale ?

Nous vous souhaitons à toutes et tous de très belles vacances sportives et nous vous donnons rendez-vous le 1er août au centre sportif du Mouret pour fêter les 10 ans de la fusion des communes du plateau du Mouret.

Amicales salutations,

Cathy

Club Sportif Le Mouret

Les membres soutien

Pierre Despont	Rte du Chêne 5	1724 Le Mouret
Fricopy	Bd de Pérolles 93	1700 Fribourg
Louis Mivelaz	Rte du Serté 18	1724 Le Mouret

FRICOPY

Mivelaz
bois sa
1724 le mouret

LES PARRAINS

Alpiq InTec Romandie SA	Route du Jura 49c	1700 Fribourg
BCF - André Helbling	Boulevard de Pérolles 1	1700 Fribourg
Dany Sport SA	Route de la Gruyère 14	1723 Marly
Entreprise Raphaël Berset	Route de Bonnefontaine 74	1724 Le Mouret
Entreprise J. Buchmann SA	Le Moulin-à-Benz 29 A	1724 Le Mouret
Menuiserie Charrière SA	Route de Fribourg	1724 Le Mouret
Entreprise CP Automation SA	Z.I. du Vivier	1690 Villaz-St-Pierre
Carrosserie Horner SA	Route de Fribourg	1724 Le Mouret
Garage G. Kolly SA	Route de la Gruyère 88	1724 Le Mouret
Optique Messerli	Route des Pralettes 1	1723 Marly
Side Cut Carving Sport - Mark Huber	Hauptstrasse 522	1726 Schwarzsee
Charpentes Vial SA	Passage du Querro 10	1724 Le Mouret
Alloboissons SA - M. François Quartenoud	Rte du Tir fédéral 18	1762 Givisiez

ALPIQ

cpci
engineers in motion

KOLLY
SCANIA IVECO KOLLYgroup POTTINGER
Garage G. Kolly SA
CH-1724 Le Mouret
+41 (0)26 413 9000
www.kolly.com

Banque Cantonale
de Fribourg

DANY SPORT
MARLY
FRIBOURG
AVRY

Alloboissons
plus de temps pour vous

Sports Schwarzsee
SIDE CUT.ch
079/237 89 89

OPTIQUE
MESSERLI
VARILUX

Ferblanterie
Couverture
Installation sanitaire
Raphaël Berset
1729 Bonnefontaine Natel 079/634 85 56
Tél. + Fax 026/413 35 56

J. Buchmann SA
1724 Le Mouret
026 413 14 01

VIAL

PNEUS
SERVICE

CARROSSERIE
HORNER SA

Menuiserie – Agencement
CHARRIERE SA
Maîtrise fédérale
1724 Praroman - Le Mouret / FR
Tél. 026 / 413 21 00
Fax 026 / 413 36 46

Volley

4ème ligue de volley : Saison 2012-2013

Cette saison, nous avons terminé 3ème de notre groupe, une des meilleures places que nous ayons occupée au classement. En conséquence, nous sommes très fières de cette saison de volley ! Ce résultat est le fruit d'une excellente cohésion d'équipe et d'une participation régulière aux entrainements. Nous avons aussi une très bonne entente au sein de notre 4ème ligue : les rires et les délires sont au rendez-vous ! Nous n'avons donc pas manqué nos traditionnels soupers, notre sortie raquettes ainsi que les nombreux verres d'après matchs ou d'après entrainements. Un tout grand merci à notre entraîneur Cécile Colliard et à sa fille Jennifer (qui nous a entraînées et parfois coachées) pour leur investissement !

Durant cette année, nous avons également eu la joie d'avoir deux nouvelles mamans au sein de notre équipe ! Gaëlle Brunner a accouché d'un petit Néo en janvier et Stéphanie Oberson a également donné naissance à un petit garçon en mars, Benjamin. Tous se portent à merveille et nos deux mamans se réjouissent de nous retrouver pour les entraînements dès la rentrée.
Après la pause de Pâques, les entrainements physiques ainsi que les matchs amicaux avec la seconde équipe de 4ème ligue ont repris. Pas de pause en vue pour cet été, puisque nos entrainements se poursuivront dans le sable des terrains de beach-volley. Nous espérons, de la sorte, être prêtes pour entamer la saison prochaine avec autant de succès, si ce n'est plus !

Chloé et Emilie pour la 4ème ligue

POURQUOI AIMONS-NOUS LE VOLLEY ?

Les filles de l'équipe M15

« Pour moi, le volley est le meilleur sport au monde ! C'est pour ça j'en joue. En plus, les coachs sont sympas »

« J'aime le volley parce qu'on bouge et on s'amuse en même temps. »

« J'aime bien le volley parce que les entraineurs sont sympas et on s'amuse beaucoup »

« J'aime le volley car c'est un sport d'équipe. J'adore les jeux collectifs et j'aime le volley car c'est un jeu de balle. »

Les filles de l'équipe M13

« J'adore aller au volley pour retrouver toutes mes copines. »

« Le volley c'est génial avec notre monitrice Emilie. »

« Le tournoi de Noël avec tous les membres de la section Volley était trop cool. »

« On aimerait beaucoup commencer des matchs. »

« Si vous êtes intéressé, nous cherchons une monitrice pour l'année prochaine »

Athlétisme

Victimes d'un hiver interminable, les premiers entraînements à l'extérieur ont parfois été difficiles. Le froid, la neige et la pluie, sont des éléments perturbateurs, pour exercer les disciplines techniques. Pour la préparation des courses de demi-fond cela s'est mieux passé, les entraînements facultatifs du lundi ont régulièrement été suivis. Il y a eu une bonne participation aux championnats fribourgeois de cross, avec un titre pour Romain en cadets A et une 3ème place pour Jeanne en cadettes B. Certains cadets ont également participé aux cross de Vidy et de Berne dans l'optique d'une préparation aux championnats suisses ; se frotter à une concurrence plus forte stimule et permet de se donner des ambitions. Maintenant tous les résultats peuvent être consultés sur le site du CSLM.

Concernant nos cadets A, Nathalie a planifié les meetings dans lesquels il est possible de réaliser de bonnes performances. Nous allons voir moins souvent Arnaud et Romain sur les stades du canton car ils vont participer à des meetings B. Arnaud, qui semble remis de sa blessure à la cheville, va se concentrer sur le 400m et le 800m, tandis que Romain a opté pour le 1500m et 3000m. Pour les autres athlètes, les choses ne se présentent pas aussi bien. Suite à une déchirure des ligaments de la cheville, la veille du camp d'Aix, Maxime est absent des meetings du début de saison. Cela représente deux mois d'arrêt à la plus mauvaise période de l'année.

Coraline, Gilles et Rémi ont réduit momentanément leurs activités sportives en faisant moins de compétitions. Le bon niveau des cadets B, cadettes B et écolières permettra de former des équipes compétitives pour les championnats fribourgeois de relais.

Les entraînements de l'hiver et le camp d'Aix constituent une excellente préparation pour nos jeunes afin de se distinguer sur les stades et améliorer leurs performances. En ce moment, nous avons participé à quatre meetings dont la particularité n'est pas uniquement le classement, mais également les temps réalisés dans les courses ainsi que les résultats obtenus dans les concours. Les meilleures performances de chacun sont ensuite enregistrées sur le site : www.swiss-athlétics.ch on peut les consulter en tout temps.

Le stade de la Gérine accueille chaque année un meeting de qualification pour la finale cantonale UBS Kids-Cup. Il est organisé en premier lieu pour les écoles, afin de découvrir l'athlétisme et révéler de futur talent. C'est l'occasion rêvée de faire ses premiers pas en compétition. Et pourtant ce meeting n'a pas eu un grand succès de participation auprès des jeunes du CSLM. Dorénavant, nous ferons plus de promotion pour cette manifestation.

Par ailleurs, l'année dernière, nous avons compté 3 athlètes qui ont atteint les finales suisses et 5 ont été sélectionnés avec la COA pour participer aux championnats suisses de relais et inter-club. Ces participations doivent toujours rester un but en soi.

Bons championnats à tous !

Philippe

Aix-les-bains

Le départ

Jeudi durant toute la journée d'école, cette bande de zgeg attendait qu'une chose : partir à un camp de boloss !! Le soir à 18 heure, tout le monde était paré à la grande aventure.

En voiture Simonne !!!

C'était parti pour chanter durant 3 heures.

Arrivé à l'auberge, ça sentait,… euuh ... ça sentait rien.

Puis, on a tous été rapidement rejoindre notre lit afin d'acquiescer les capacités à rejoindre le magnifique pays des bisounours pour être en forme moissonneuse-batteuse* pour les tests du lendemain.

* on trouvait que ce mot était sympa donc on l'a casé à une place quelconque

Les wesh days

Arrivé à la table du petit déjeuner, déception… Il n'y avait pas de pitchounets français avec qui, nous, athlètes du CSLM rêvions depuis une année de foutagedegueuler.

Comme pour tous les matins, le déjeuner précédait à un petit jogging en guise de réveille-matin, qui, se transformait au fur et à mesure des kilomètres en véritable chorale ou en zoo afin de réveiller gaiement les petits français comme le ferait si bien leur beau coq.

Enfin, après s'être échauffé la voix comme il le faut, nous voilà au stade de Christophe Lemaitre pour finir l'échauffement et envoyer du lourd sur la piste rouge.

On ne va pas dire qu'on mangeait comme des dieux étant donné que nous ne sommes pas des dieux mais on a plutôt mangé comme des humains car finalement malgré nos performances, nous restons quand même des humains. Pour tout vous dire, le manger était bon.

PICTURES

Les soirées

Les soirées étaient virgule très jubilatoire virgule ou comment dire virgule comment dire point Nous sommes allés à deux reprises à la fête foraine virgule situées à environ 349,251mètres où il y avait des forains et des forains mais aussi des forains virgule et des attractions point On ne va pas le dire mais Stéphane Gremaud virgule après avoir tant enjoyé ouvrir les parenthèses du verbe to enjoy en anglais fermer les paranthèses a virgule pour son plus grand malheur virgule dégobillé tout son repas point

Le pâques

Nous, (Arnaud et Romain, BAHH OUI PARSK C'EST NOUS QUI CRIVONS !!!) sommes sortis la veille dans l'intention de préparer une chasse aux œufs un peu spéciale. En effet, le lendemain matin, les autres siftons ont eu la chance de pouvoir tout de même, avec habilité, sans se presser, chercher différents objets insolites lors du réveille-matin. Ces derniers ont eu l'aubaine de trouver par exemple un panneau qui interdisait de se parquer dans un arbre.

Cocolet alias Cocolet

(on dédie un paragraphe entier à notre Cocolet de compèt car il a été un symbole de ce camps)

Cette année nous étions 4 garçons contre 8 filles à leur apogée. Le plus jeune des garçons était Colin, et comme tout le monde, il s'est donné à fond durant toute la durée du camp.

Notre Cocolet de compèt

Cocolet, bien que tu nous aies bien fait rire, nous tenons aussi à te féliciter pour tes progrès et pour ta motivation.

PICTURES

Point culture

Le sport est une chose, mais l'école est aussi importante pour avancer dans une vie. C'est pourquoi, tous les matins, nous préparions une règle d'orthographe que nous faisions réciter aux autres avant l'entrainement. Comme nous nous sommes donnés de la peine à les faire, nous en profitions pour vous les faire partager :

-Mots finissant par « eur(r)e » :

C'est l'**heure** de manger du **beurre** dans ma **demeure**. (+ leurre mais comme on l'utilise jamais et que ça ne va pas dans la phrase, on ne l'a pas mis)

-Verbes prenant deux « r » au futur et au conditionnel présent :

Lorsque je **vois** un jambon, je **cours** avec le CSLM afin de **pouvoir acquérir** les capacités à **envoyer** un « Allô quoi !!! » dans la face de mon adversaire sans **mourir**.

-Mots finissant en « au/eu » prenant « s » au pluriel :

Quand je promène mon **bleu** dans son **landau**, on espère tous qu'il perde ses **pneus** en roulant sur un **sarrau**.

-Noms masculins finissant par « yau »

Lorsque je nettoyais mon velux à l'aide d'un tuyau pour qu'il ressemble à un joyau, malheureusement avalé un noyau. Du coup mon médeci a dû m'opérer le boyau

Romain et Arnaud

PICTURES

Ski

Notre Grand Prix du Mouret, le GPDM, un évènement exceptionnel

Je m'associe à Grégoire Vial qui préside le comité d'organisation de cette compétition, pour relever l'extraordinaire travail fourni par les membres de notre section. Cet évènement est certes exceptionnel, mais il requiert un engagement important de la part du comité d'organisation, tout comme des membres de notre section. 25 personnes prennent un jour de congé le vendredi pour la préparation. Cette année, cette journée fut particulièrement éprouvante, car la pluie nous a accompagné depuis midi. Environ 50 personnes consacrent une journée de bénévolat le samedi et autant le dimanche. Les chefs du matériel termineront leur rangement que durant la journée de lundi. Exceptionnel engagement de tous ! Alors, encore une fois, un grand merci.

Du point de vue sportif, il suffit de lire l'article de La liberté (page. 16) pour se rendre compte que la manifestation est une réussite avec des duels serrés et stimulants pour tous les participants. De grands vainqueurs remporteront leur finale. Pour les enfants, leurs parents mais aussi pour les adultes, notre GPDM connait un engouement populaire et toujours grandissant. Et pour les membres du CSLM, le GPDM est le grand moment de rencontre et d'amitié qui rassemble jeunes et anciens. Cette manifestation est exceptionnelle à plus d'un titre, et en particulier pour notre club, car elle permet à notre section de rester active et réunie depuis bientôt 20 ans.

Paniski : une géniale idée pour la coupe Fribourgeoise de ski des enfants

Grâce à l'AFSS, l'Association Fribourgeoise de Ski et de Snowboard, notre canton est le seul en Suisse à offrir à ses skieurs, des compétitions aussi nombreuses et variées, avec en prime un classement basé sur les résultats de toute la saison. Cette opportunité a permis à plus de 300 enfants et 100 adultes d'être classés et de recevoir de magnifiques prix lors de spectaculaires soirées.

Le team La Berra a organisé la remise des enfants et a particulièrement choyé ses invités. Hormis un programme très attrayant pour enfants et parents, les organisateurs ont réalisé un Paniski. Durant toute la saison, ils ont photographié tous les participants et vous découvrez grâce à cette géniale idée tous les jeunes skieurs de notre section.

Championnat interne

Notre saison s'est achevée avec l'organisation de notre concours interne qui s'est déroulé à Bellegarde le 24 mars 2013. Si le soleil n'était pas présent, l'ambiance était bien de la partie. Quel plaisir de voir ainsi enfants et parents, jeunes et moins jeunes, endosser un dossard et s'élancer depuis le même portillon de départ. Tout le monde a reçu un prix et c'est en partageant un repas à la buvette de Bellegarde que nous finissions une magnifique saison 2012-2013. Tous les résultats de la saison, tout comme ceux de la coupe des enfants et des adultes peuvent être consultés sur notre site www.cslm.ch.

Notre coach Marc Bertschy avec Manon Vaucher lors de la remise des prix

Arnaud Eggertswyler(1er), Nicolas Schuwey (2eme) et Simon Kolly (3eme)

Bon été et à bientôt

Nous pouvons d'ores et déjà vous informer que nous préparons la prochaine saison et qu'un programme riche et varié vous attend pour la préparation physique et sur skis. Visitez le site du CSLM afin de vous tenir informés.

Dans l'attente et le plaisir de vous revoir, Vanessa, Grégoire, Marc et moi-même vous souhaitons à tous un bel été, propice aux activités sportives.

Dominique Kolly, au nom du comité ski du CSLM.

Paniski

Ski-Club Le Mouret

Club Sportif Le Mouret

Responsable(s) OJ:

Marc Bertschy

Loana Bertschy

Nolan Bertschy

Diana Crausaz

Aloïs Dubosson

Benoît Egger

Arnaud Eggertswyler

Luc Etienne

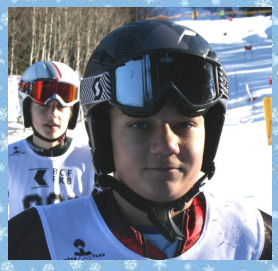
Aurélie Gumy

Pauline Gumy

Simon Kolly

Tom Kolly

Paul L'Eplattenier



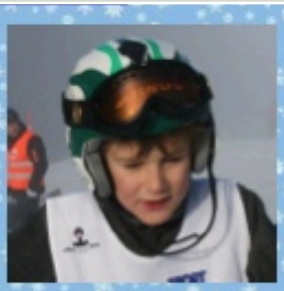
Simon L'Eplattenier

Quentin Mauron

Baptiste Raboud

Mathieu Raboud

Maxime Raboud



Théo Raboud

Nicolas Schuwey

Julien Siffert

Jérémy Siffert

Clémence Vaucher

Julien Vaucher

Manon Vaucher

Marie Vial

Nicolas Vial

Michaël Yerly

Coraline Zosso

Mathilde Zosso

Kevin Colliard (au premier plan) lors de la finale contre Sébastien Rauber. CHARLY RAPPO

SKI ALPIN

Avec le bonjour des cadors!

COUPE FRIBOURGEOISE • *Espoirs du ski suisse, Andrea Thürler et Kevin Colliard ont fait honneur au slalom parallèle de Charmey, spectaculaire point final de la saison.*

PASCAL DUPASQUIER

Une météo clémente, un slalom parallèle spectaculaire rehaussé par la présence d'Andrea Thürler (cadre B de Swiss-Ski) et de Kevin Colliard (cadre du Centre national de performance de Brigue) et une ambiance conviviale: les finales de la Coupe fribourgeoise 2013 ont été fidèles à leur réputation.

Il faut dire que, comme à sa bonne habitude, le CS Le Mouret avait mis les petits plats dans les grands. Outre une piste des Banderettes apprêtée à la perfection – avec l'aide de la station de Charmey – et qui a parfaitement supporté le choc du thermomètre positif, les organisateurs avaient songé à l'aspect festif dans l'aire d'arrivée: sono imposante, speaker éclairé et une cantine avec de nombreux bancs et tables pour les spectateurs...

Ajoutez-y des courses spectaculaires et vous comprendrez la satisfaction de Philippe Zbinden, le président de l'Association fribourgeoise de ski et de snowboard (AFSS), dont le sourire en disait long dans l'aire d'arrivée: «On finit ce bel hiver en apothéose», a-t-il souligné malgré une légère baisse de fréquentation de la Coupe fribourgeoise. Un phénonème principalement dû au prolongement d'un an des catégories OJ qui a empêché l'apport – provisoire – de nouveaux juniors... Mais aussi à l'obligation de posséder, depuis le début de la saison, une licence auprès de Swiss-Ski.

Andrea Thürler: la vie en rose

Philippe Zbinden a également apprécié la présence d'Andrea Thürler et de Kevin Colliard. Venus par passion pour le ski et à la faveur d'un calendrier du week-end libre de courses, les deux espoirs fribourgeois s'en sont donné à cœur joie. «Je suis en pause ces jours à la maison et je suis venue ici juste pour le plaisir», sourit Andrea Thürler, qui, à l'image de ses coéquipières du Ski-Club Edelweiss Jaun, a couru déguisée, troquant sa traditionnelle combinaison rouge-blanc-bleue de Swiss-Ski contre un ensemble coton de couleur... rose. «Je ne veux pas trop parler de cette course. Je n'ai pas voulu skier à fond ni prendre le risque de me blesser avant les finales de Coupe d'Europe à Sotchi le week-end prochain», se soucie la Gruérienne qui, pour la petite histoire, sera battue en finale par sa camarade de club Naomi Mooser.

A Charmey, Andrea Thürler en a surtout profité pour prendre un peu de recul avec les tracas de la compétition de haut niveau. «Mes dernières courses ne se sont pas bien passées», expose-t-elle. «J'ai disputé deux géants FIS à Thyon où je suis sortie les deux fois en seconde manche. Ensuite, je suis allée en Italie pour deux géants de Coupe d'Europe. J'ai connu l'élimination le premier jour (encore en 2e manche, ndlr) et j'ai fini 42e le lendemain.»

En route pour Sotchi

La Gruérienne de 20 ans paie un entraînement estival perturbé par une déchirure des ligaments de la cheville lors d'un exercice physique à Macolin: «Je me suis blessée au mauvais moment», soupire-t-elle. «J'ai manqué deux mois de préparation et, avec le changement de rayon des skis, ça se rattrape difficilement en géant.»

A Sotchi, la skieuse du cadre B se concentrera sur la descente et le super-G. «Mon objectif sera de me classer dans le top 20 en descente et dans le top 30 en super-G», dévoile-t-elle. Et d'ajouter: «J'aime la vitesse. Mais la discipline où je sens que je peux vraiment avancer, c'est le géant. Je vais donc me concentrer là-dessus et sur le slalom dès l'été prochain. En faisant une préparation complète, ça me permettra de partir sur de bonnes bases», conclut-elle. ■

KEVIN COLLIARD ASSURE LE SPECTACLE

A l'image d'Andrea Thürler, Kevin Colliard s'est rendu à Charmey pour retrouver l'ambiance de la Coupe fribourgeoise et mettre un peu de côté la pression des compétitions FIS. Le skieur du Mouret a régalé le public en s'imposant logiquement tant dans les qualifications du matin que dans les finales de l'après-midi, où il a dominé Sébastien Rauber pour la première place. «Je n'avais pas de courses ce week-end et je me suis décidé au dernier moment. Mon but aujourd'hui? Juste le plaisir», confie le vainqueur du jour. Membre du Centre national de performance de Brigue pour la cinquième saison, le Sarinois de 20 ans ne s'avoue pas satisfait de ses résultats à l'échelon FIS, où il s'aligne en slalom et en géant: «J'ai connu des hauts et des bas et là, ça ne va pas. Je ne sais pas vraiment pourquoi», peste-t-il. «Il y a eu des courses où c'était correct, mais je n'ai pas encore réussi à baisser mes points.»

Kevin Colliard n'est pas du genre à baisser les bras: «L'hiver n'est de loin pas terminé. Il y a encore un mois de courses», s'exclame-t-il, avant de se convaincre: «C'est une question de confiance, je sais que je suis capable. Il faut juste que je prenne plus de risques, que je skie libéré», résume-t-il, avant de dévoiler son programme: «Je vais aller à Sestrières pour un géant et un slalom FIS le week-end prochain. Ensuite, il y aura les championnats de Suisse à Davos. Je ne regarde pas plus loin. Cela ne sert à rien de vouloir brûler les étapes.» PAD

Aérobic

Sous le signe de l'eau, sortie de la gym dames 2013

Samedi matin 27 avril, 6h30, une pluie battante et un climat frisquet sur le plateau du Mouret ne découragent pas les sept dames inscrites à la sortie sportive de Bad Zurzach. Nous rejoignons en train ce village balnéaire argovien, situé au bord du Rhin, près de la frontière avec l'Allemagne.

La première étape sportive de notre programme est une initiation au vélo électrique organisée par l'office du tourisme local. Rien n'est laissé au hasard: distribution de casques et d'objets promotionnels dont une crème solaire (!) et surtout explication technique sur le fonctionnement du moteur et des vitesses, en allemand. Notre monitrice a fort à faire pour mobiliser notre attention, quelque peu émoussée par le verre de Prosecco que la réceptionniste de l'hôtel a tenu à nous servir un peu plus (trop) tôt. Mais sous un ciel devenu clément, nous voilà parties pour une excursion de 25 km sur des petites routes agréables au bord du Rhin, tout d'abord surprises par la vitesse qui nous permet à peine de voir le paysage, puis très vite habituées à l'assistance confortable du moteur. C'est à la montée sur une route graveleuse dans la forêt que le fossé linguistique se fait sentir: il fallait mettre la 8e vitesse à la montée, et le moteur sur « high »! Le message n'étant pas passé de la même manière chez toutes, notre peloton bien compact au plat commence à s'étirer à la montée, puis nous nous rejoignons cette fois bien disciplinées pour la fin de la course sous la pluie, hélas, revenue en force. A l'arrivée, nous avons bien mérité notre T-shirt bleu de « finisher », à l'effigie de l'office du tourisme argovien.

La deuxième étape inofficielle de la journée emmène les « sérial-shoppeuses » sur le marché local, qui pour des fleurs (qui ?), qui pour de la poterie ou du fromage et ensuite à la vente d'usine de Triumph (non ce ne sont pas des voitures !) où nous ferons de bonnes affaires. Cette partie indispensable étant liquidée, nous nous réjouissons de profiter du meilleur de la journée, c'est-à-dire des bains chauds, des saunas et des hammams du centre thermal où nous sommes logées, et nous ne serons pas déçues.

Le lendemain, après un brunch magnifique quelque peu animé par une tablée de sept romandes bavardes en T-shirt bleu, rendez-vous en salle de gym pour une session de Zumba. Une petite salle bien chauffée, une cinquantaine de participantes et une monitrice enthousiaste qui enchaîne les exercices sans répit sur des musiques latinos très dansantes : la gym dames du CSLM ne pipe plus un mot, et mouille son maillot !
Une seule solution pour nous remettre d'aplomb après ce grand défoulement, à nous les saunas, les piscines chaudes … et les lits de repos.

Durant le retour en train, nous prenons la décision de trouver une monitrice de Zumba qui viendrait nous donner quelques cours le jeudi soir en alternance avec la gym, tant cette activité nous a plu. A l'arrivée le dimanche soir, reposées et détendues par ce week-end sous le signe de l'eau, nous nous réjouissons déjà de la prochaîne sortie où nous espérons êtres plus nombreuses, avis aux amatrices !

Sylvie Prahin Cajeux

Bon à savoir

Cette année, la Commune de Le Mouret fête également un anniversaire, celui des 10 ans de la fusion. Une fête pour les habitants est prévue le 1er août 2013 (voir programme provisoire ci-dessous). Notre club est impliqué dans l'organisation des festivités et nous avons la charge des jeux prévus – en cas de beau temps – l'après-midi.

Nous sommes à la recherche de bénévoles pour encadrer les différentes activités proposées. En remerciement, un tshirt et un encas vous seront offerts par la commune.

En cas de disponibilité, veuillez vous annoncer auprès
de vos responsables de section. Merci d'avance de votre participation !

10 ans de la fusion des communes du plateau du Mouret :

1er août 2013

11h00	Inauguration du couvert Apéritif officiel offert par la commune
13h00 – 17h00	Jeux pour les habitants
18h00	Début des festivités de la fête nationale

Coin de la sympathie

A Dédé Sciboz, membre fondateur de la section ski, à Gérald, ancien membre de la section ski, ainsi qu'à toute la famille Sciboz, nous adressons nos messages de sympathie pour le décès de leur papa et grand-papa.

Nous souhaitons un bon et complet rétablissement à notre ami et entraîneur, Martin Raboud. Tout le monde connait la fougue et la bonne humeur de Martin. Il va falloir que ce fougueux jeune homme maitrise dorénavant mieux sa bécane et sommes heureux de le retrouver au début de saison prochaine.

Les membres du comité de votre CSLM

Club Sportif Le Mouret, case postale 14, 1724 Le Mouret

Présidente	Catherine JULMY Impasse de la Grangette 26 1752 Villars-sur-Glâne	026 / 401.65.65 079 / 229.29.19 president@cslm.ch
Vice-président	Dominique KOLLY Imp. Ecureuils 2 1724 Ferpicloz	026 / 413.19.14 079 / 232 02 32 vice-president@cslm.ch
Secrétaire	Nathalie THERAULAZ Route du Coteau 61 1752 Villars-sur-Glâne	026 / 422.44.44 079 / 371.08.33 secretariat@cslm.ch
Caissière & Gestion des membres	Mireille RABOUD Le Land 1 1724 Le Mouret	026 / 915.36.62 079 / 285.41.09 caisse@cslm.ch
Rédaction CSLM-Info	Romain JUILLERAT Route des Russilles 39 1724 Le Mouret	- 079 / 537.52.74 cslm-info@cslm.ch
Athlétisme	Philippe HORNER Le Village d'Amont 13 1731 Ependes	026 / 413.13.49 079 / 585.29.67 athletisme@cslm.ch
Ski	Dominique KOLLY Sur Le Moulin 73 1732 Arconciel	026 / 413 19 14 079 / 232 02 32 ski@cslm.ch
Volley	Jennifer COLLIARD Imp. de la Bise 13 1724 Le Mouret	026 / 413.31.26 079 / 717.13.07 -
Gym hommes	vacant	
Aérobic	Luzia CLÉMENT Les Joncs 7 1724 Le Mouret	- 079 / 563.94.36 gym-dames@cslm.ch
Webmaster	Adrien NICOLET Ch. du Bois d'Amont 5 1731 Ependes	026 / 413.15.12 - webmaster@cslm.ch