

Décembre 2023

CSLM INFO



LE MOT DU PRÉSIDENT

Bonjour à toutes et à tous,

Il est incontournable pour moi de débiter ce premier mot du président en exprimant ma profonde gratitude envers notre président sortant, Laurent Eggertswyler. Trois années de présidence exemplaire, un dévouement exceptionnel envers le club, et un travail méticuleux ont marqué son mandat. La fête du 80ème te tenait également à cœur, et ce fût une magnifique réussite ! Par ce biais, je souhaite également remercier tout le comité d'organisation pour le travail impressionnant effectué ! Les photos de la journée et de la rétrospective du CSLM sont à votre disposition sur notre site internet www.cslm.ch.

Laurent, un immense MERCI pour tout ce que tu as accompli.

Ton engagement et ton parcours au sein du club servent d'inspiration à tous. Notre club, unique en son genre avec cinq sections sous une même bannière, peut légitimement être fier de t'avoir eu comme président.

Pour la suite de ton aventure, nous te souhaitons tout le meilleur du monde.

De mon côté, je m'engage à contribuer positivement au club et à ses cinq sections emblématiques. Ce club, qui fonctionne à merveille, ne serait pas ce qu'il est sans votre implication remarquable au sein de vos sections respectives. Un grand merci pour le travail impressionnant que vous accomplissez. Je tiens également à exprimer ma gratitude envers Laurence Andrey, notre responsable des finances, pour son travail colossal et minutieux au service du club. En effet, les finances saines de notre club facilitent grandement la prise de fonction d'un nouveau président.

En vue de la prochaine saison, mon premier souhait est que règne une atmosphère conviviale et amicale au sein de notre club, tant au sein des sections qu'entre elles. Ces dernières années, nous avons pris l'habitude de voir des membres de différentes sections se côtoyer lors de nos événements. J'espère que cette dynamique perdurera et se renforcera, contribuant au succès et au plaisir de tous les participants.

Tout cela serait impossible sans nos nombreux parrains, membres partenaires, membres de soutien et membres amis. Je tiens à exprimer ma reconnaissance envers toutes les personnes et entreprises qui nous font confiance et nous soutiennent depuis de nombreuses années. Un grand MERCI à vous toutes et tous.

Il est temps pour moi de vous souhaiter d'excellentes fêtes de fin d'année et de présenter mes vœux les plus sincères pour l'année 2024. Que cette nouvelle année soit riche en moments heureux, en expériences sportives positives et en succès pour tous les membres engagés dans la compétition.

Au plaisir de vous rencontrer lors de nos prochaines manifestations !

Cédric Schuwey

Comité de gauche à droite: Coraline, Laurence, Marine, Marc, Romy, Cédric, Tatiana, Thierry et Fabienne



CALENDRIER DU CLUB

26-30 décembre 2023 : Camp de Noël à Fiesch (section ski)

14-17 mars 2024 : Grand Prix du Mouret – GPdM, Lac Noir (section ski)

3 mai 2024 : Souper de soutien (section ski)

4 mai 2024 : Remise des prix de la coupe fribourgeoise de ski (enfants-adultes)

15 juin 2024 : Tournoi de Beach Volley (section volley)

11-12 octobre 2024 : Fluo Night (section volley)

20 octobre 2024 : Loto (section ski)

Novembre 2024 : 81ème Assemblée Générale



PARTENAIRES



LES MEMBRES SOUTIEN

Membres de soutien : une liste qui s'allonge

Comme vous pouvez le constater, la liste des personnes ou sociétés qui nous soutiennent s'allonge régulièrement et c'est très réjouissant. Merci à celles et ceux qui témoignent leur appartenance au CSLM et qui nous apportent leur soutien. Il y a encore de la place. N'hésitez pas à nous contacter spontanément.

André Sciboz		Le Mouret
Pierre Despont		Le Mouret
Louis Mivelaz		Le Mouret
Nicolas Vial		Marly
Thérèse Bongard		Hauteville
Rita Schuwey		Grimentz
Elie Damian		Genève
Philippe Michaud		Corbières
Michel Genoud		Fribourg
Philippe Genoud		Marsens
Christine Magnin		Fribourg
Fricopy	Paulo Vasco	Fribourg
Clément Paysagisme	Alexandre Clément	Le Mouret
ACM Marthe Sàrl	Alain Marthe	Oberried
Garage Yerly Fils Sàrl	Nicolas Yerly	Essert
Denner Satelite Ependes	Olivier Clément	Ependes
Emblématik	Marc Vincent	Marly
Colab Sàrl	Philippe Lang	Fribourg

LES PARRAINS

La Pinte

BAR À FROMAGES

Le Mouret

helvetia

Votre assureur suisse

Nicolas Schuway
Conseiller Clients

Agence générale Fribourg
T 079 101 93 97
nicolas.schuway@helvetia.ch



J. Buchmann SA



BÂTIMENTS ET GÉNIE CIVIL
HOCH- + TIEFBAU

1724 Le Mouret
026 413 14 01

fax : 026 413 27 02 - e-mail : buchmann@bluewin.ch

*Carrosserie
du Mouret*
*Dominique
Dousse*

Depuis plus de 40 ans



Menuiserie et Agencement

CHARRIÈRE S.A.

Maîtrise fédérale
1724 Le Mouret

www.menuiserie-charriere.ch
Téléphone: 026 413 21 00
Natal: 079 366 66 58

GLASSON MATERIAUX

Infoteam

Group

ATELIER DU VERGER

EBÉNISTERIE & MENUISERIE



JÉRÉMIE SAVIO | +41 79 785 98 07
WWW.ATELIER-DU-VERGER.CH | JS@ATELIER-DU-VERGER.CH | IMPASSE DE LA PRAIRIE 9 | 1724 LE MOURET

KOLLY

www.kolly.com 1724 Le Mouret 026 413 90 00

SIDE CUT

Sports Schwarzsee

OPTIQUE MESSERLI

Lunettes
Lentilles
Santé oculaire

Ferblanterie - Couverture
Installations Sanitaires
Tubages et canaux de cheminées

Dépannage - Entretien de robinetterie - Détartrage de Boilers

Berset Fils

1724 Bonnefontaine / Le Mouret
Natal : 079 / 478 02 48
Email : bersetfils@bluewin.ch

VIAL

vialcharpentes.ch

LE VIVIER

where industry people perform

ICUBE

ATHLÉTISME



S'il est assez classique de devoir affronter des intempéries lors des courses de fin de saison, le trophée de la vallée du Flon de cette année s'est cependant démarqué par ses conditions extrêmes. Après que les alertes de Météosuisse ont fait craindre jusqu'au matin même une annulation de la compétition, c'est finalement sur un parcours retravaillé pour éviter les passages en forêt que les vingt et un inscrit.e.s du

Mouret se sont élancé.e.s, sous la pluie cinglante et les bourrasques.

Mais cette course aux allures d'apocalypse en a valu la peine : avec cinq places sur les divers podiums, le CSLM a brillé par les performances d'exception de ses athlètes. Valentine Clerc et Olivia Roulin se sont ainsi imposées en première places de leur

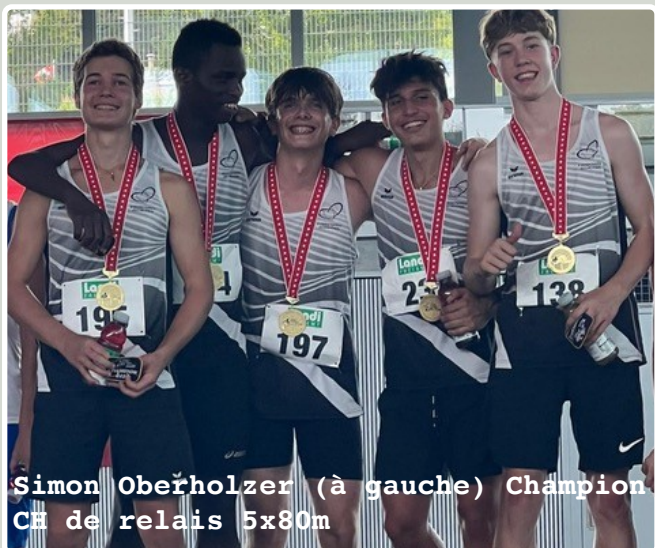


catégories respectives alors que Chloé Maccariello, Lilou Faucherre et Elena Clerc ont littéralement rempli le podium U14 en s'emparant respectivement de la première, deuxième et troisième place.



Un grand bravo encore à tou.te.s les athlètes ayant eu le courage de prendre part à cette course malgré la météo déchaînée.

Guillaume



Simon Oberholzer (à gauche) Champion
CH de relais 5x80m



Rechthaltenlauf

Corrida bulloise: Bravo à Noé
Fragnière (à droite), Valentine
Clerc et Olivia Roulin pour leur
podium



Simon Pilet, Elena Clerc et Olivia Roulin, avec leur
coach Guillaume aux championnats suisse de mille à
Regensdorf

Nouveaux membres au comité principal du CSLM

Qui suis-je ?

Bonjour à tous, je me présente : Coraline Zosso.

Mais qui suis-je ? Et qui suis-je dans ce CLSM ?

Depuis toute petite, j'adore le sport et en ai testé pas mal (tennis, danse...) et suis finalement rester bloquée sur le volley et le ski. En effet, ces deux sports font partie de moi depuis maintenant plus d'une décennie !!! Et oui, cela fait plus de 10 ans que je fais partie de ce merveilleux club qui a pour nom le CSLM. J'ai toujours été joueuse de volley ou coureuse pour le ski, j'entraîne parfois les petits skieurs. Travailler aux manifestations du club me fait toujours plaisir, organiser la fête et bien sûr y boire un verre ! ;)

J'aimerais encore plus m'investir dans le club de mon enfance, mon adolescence et maintenant vie d'adultes depuis quelques années. Je me suis donc dit : « Pourquoi pas me lancer un nouveau défi ? »...Et me voilà ! Effectivement vous m'avez élue ou acceptée (ça c'est comme vous voulez ;)). Je vous remercie et me réjouis de commencer mon nouveau rôle de gestionnaire des membres.

J'espère à bientôt sur les pistes de ski, terrain de volley ou à l'apéro !

Coraline

Qui suis-je ?

Je m'appelle Tatiana et cela fait de nombreuses années, peut-être 10 ans, que j'ai intégré la section volley du CSLM. Un magnifique sport, vraiment ! Il y a cet esprit d'équipe juste magique, de la tactique, de la rapidité, du fun, ... Par la suite, je me suis engagée en tant qu'arbitre de volley. Cela fait aussi partie de notre sport, et faut dire que c'est sympa aussi de voir un match d'une autre perspective. Bref, je m'amuse à faire ça depuis déjà 5 ans. Bref bref, vous aurez compris, j'adore le volley !

Mais le CSLM c'est bien plus que la section volley, on est d'accord ? Je décide donc de candidater en tant que responsable Administration et Webmaster en sein du comité du CSLM. Ça sonne cool, ça sonne sympa, ... ayant étudié Informatique de gestion, je me suis dit que ça pouvait matcher pas mal :) et c'est passé ! En effet, vous m'avez élue ou plutôt, vous avez voté pour moi lors de notre dernière Assemblée Générale, même ceux n'étant pas présents, indirectement - MERCI ;)

Tout ça pour vous dire que je me réjouis d'élargir mes horizons, hors de la section volley, et découvrir encore mieux / m'engager encore plus pour notre merveilleux club, le CSLM !

À bientôt, au bord du terrain - de volley, bien évidemment !

Tatiana

Tatiana à gauche et Coraline à droite





L'avantage des sports en intérieur, comme la zumba, c'est que le temps ne peut pas être une excuse. Tous les jeudis, nous nous retrouvons donc à la salle du Mouret de 19 heures à 20 heures pour suivre notre cours.

Nos moniteurs, Erika et Brazil nous emmènent dans des rythmes de salsa, merengue, bachata, etc. Une heure plus tard, tous nos soucis ont disparu et nous sommes heureuse d'être venues, car l'effort était certes intense mais libérateur.

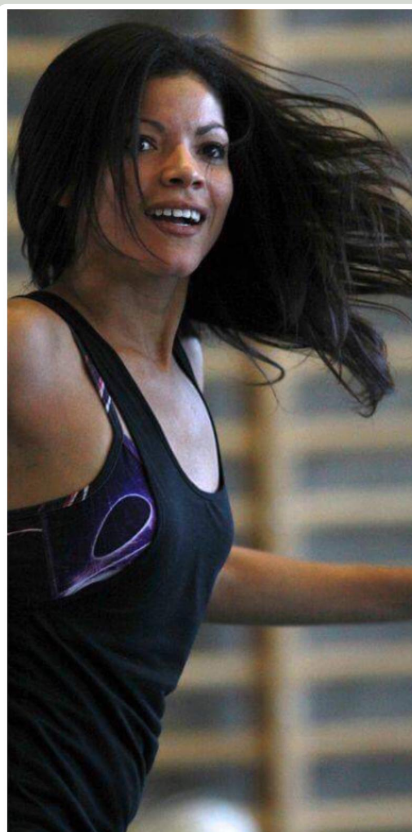
En début de saison, de nouvelles participantes ont commencé et ce sont tout de suite bien senties dans

ce cours. Il faut dire que le dynamisme communicatif de nos moniteurs et leur maîtrise des mouvements est juste incroyable.

Nous ne regrettons d'ailleurs pas de ne pas avoir de miroir dans la salle comme dans les fitness. Nous pouvons donc toujours imaginer que nous sommes au point pour les chorégraphies.

Envie de nous rejoindre ? Rien de plus simple, contactez-moi au 079/473 75 73.

Fabienne Schouwey



SKI



Beaucoup de jolis challenges nous attendent pour cette saison 2023-2024. Les 16 et 17 mars ont été fixés pour notre traditionnel GPDM. De plus, cette année, nous organisons la remise des Coupes de l'AFSS (enfants et adultes), fête qui se déroulera les 3 et 4 mai 2024 et où nous aurons besoin de tous nos membres pour réaliser une magnifique fête du ski fribourgeois. Le comité de la section ski ainsi que le comité d'organisation remercient d'avance toutes les personnes qui vont s'investir pour cet événement.

Depuis le début septembre, nous avons repris le chemin des salles afin de parfaire notre condition physique. Notre coach Loana entraîne les Minimes et OJ, tandis que Guillaume et Mathieu s'occupent des OJ dès 2010, Juniors et Seniors.

Le retour sur la neige s'est déroulé pour les coaches du 14 au 16 septembre sur le glacier du Théodule de Zermatt. La météo n'était pas de notre côté, ayant pu skier un seul jour. Par contre, nous avons profité de parfaire notre condition physique sur des parcours de Trails VTT justes incroyables.



Le dernier week-end de septembre, un petit groupe d'athlètes motivés a remis les skis avec des températures estivales. Ces deux jours ont permis de reprendre des sensations et surtout de se faire plaisir en taillant de belles courbes sur d'excellentes pistes. Nous avons eu la chance d'apercevoir quelques athlètes de Coupe du monde comme Corinne Sutter, Alexis Monney, Michel Gisin,... qui s'entraînaient en descente sur le glacier. Force aussi de constater que la fonte du glacier s'est malheureusement énormément accélérée ces 2 dernières années.





Notre camp de la Toussaint s'est déroulé dans des conditions optimales. Durant ces 4 jours de skis fantastiques, nous avons repris les bases par petits groupes. Les entraîneurs ont travaillé avec nos jeunes pour qu'ils reprennent confiance et plaisir sur la neige. Ce camp a également permis à nos athlètes de partager des pistes avec des skieurs légendaires du CSLM comme Greg, Dominique, Coco et Philippe. Beaucoup de membres qui ne font pas ou plus forcément de compétition ont participé à ces quatre jours. Une passion commune et une ambiance au top nous ont fait passer un super camp. Nous espérons pouvoir également attirer tous les membres de la section pour notre camp de Noël à Fisch.

Le 4 novembre nous avons partagé notre traditionnelle raclette de pré-saison. Ce moment convivial nous permet de reprendre contact avec les membres qui n'ont pas remis les ski et de sonder les besoins et envies de ceux-ci pour le prochain hiver. Les flocons ayant blanchi nos Préalpes, nous espérons un hiver enneigé et avec de belles courses.

Un grand merci encore à nos coachs et à mon comité.

Marc

Dates à agender:

Camp de Noël

26 au 30 décembre 2023

Sortie CSLM section ski - descente de Wengen

13 janvier 2024

GPDM

16 et 17 mars 2024

Souper soutien et remises des Coupes AFSS

3 et 4 mai 2024

SPORT PLAISIR



Pour la section « Sport-Plaisir » les lundis se suivent et se ressemblent... un peu à l'instar de cette chronique. Comme nous n'avons pas de grands enjeux – et donc pas de spectateurs susceptibles d'apporter leur témoignage (hélas pour eux, qui ratent un moment haut en couleurs), voici une petite description séquentielle du rituel hebdomadaire. Séquence 1 : pendant que les « vieux » tournent en rond autour de la salle pour se chauffer la « musculature » ou ce qu'il en reste, les jeunes tirent à gogo sur les buts normalement vides ou plus ou moins ardemment gardés. Séquence 2 : ça

se complique. Formation des 2 équipes, distribution des survêtements distinctifs, toujours jaunes. Grand moment : réflexion, hésitation, tergiversation, composition des teams. Instant de très haute tactique pour « équilibrer » les équipes, motif étant que la défaite de l'une doit rester dans des limites « honorables ». Séquence 3 : match. Course avant-arrière, changements volants, remarques tactiques sur les positions des gardiens, derniers remparts s'ils sont au but, passes diagonales ou transversales, reflexe, tir et goal (BIS : regret pour les spectateurs absents qui ratent de grands moments de subtile jouerie). Séquence 4 : fin de partie. On se congratule réciproquement par un clap de main, en ligne comme les « grandes équipes ». On a le fair-play inné des rugbymen – pour ceux qui ont suivi le dernier championnat du monde - et toujours le même mot, gagnant ou perdant « t'as bien joué ». Sympa, non ! Puis rangement « aligné » du matériel. Séquence 5 : douche. No comment... ou si, est-ce qu'on ne pourrait pas régler l'eau moins chaude et détartrer les pommeaux des douches ? Ce serait sympa (bis). Séquence 6 pour les moins jeunes ou les pèdzes : match au tapis. ET à lundi prochain (repandre au début : ce sera lundi prochain comme lundi passé et toujours avec le même plaisir) :

Le chroniqueur de service

LES MEMBRES DU COMITÉ DE VOTRE CSLM

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

Président	Cédric SCHUWEY Rte de Montemblon 55 1724 Le Mouret	079 / 173.62.61 president@cslm.ch
Vice-présidente	Marine CLERC Ch. de l'Aurore 4 1723 Marly	079 / 391.72.40 volley@cslm.ch
Administration et Webmaster	Tatiana EFFNER Rte de Bourguillon 30 1723 Marly	079 / 273.44.84 secretariat@cslm.ch
Finances	Laurence ANDREY Vers Pilloud 1 1731 Ependes	079 / 360.02.32 caisse@cslm.ch
Rédaction CSLM-Info	Romain JUILLERAT Rte de Bourguillon 21 1723 Marly	076 / 571.50.82 cslm-info@cslm.ch
Gestion des membres	Coraline ZOSSO Rte du Brand 15 1724 Le Essert	079 / 880.58.18 gestion@cslm.ch
Athlétisme	Romy PILET Sur-le-Mont 51 1724 Le Mouret	079 / 779.55.91 athletisme@cslm.ch
Ski	Marc VAUTHEY Rte des Pierrettes 37 1724 Le Mouret	079 / 925.91.53 ski@cslm.ch
Volley	Marine CLERC Ch. de l'Aurore 4 1723 Marly	079 / 391.72.40 volley@cslm.ch
Sport Plaisir	Thierry PLANCHEREL Imp du Montsibolo 25 1724 Le Mouret	079 / 718.99.90 sport-plaisir@cslm.ch
Aérobic/Zumba	Fabienne SCHOUWEY Rte du Brand 26 1724 Essert	079 / 437.75.73 gym-dames@cslm.ch