

CSLM INFO

Mai 2025



LE MOT DU PRÉSIDENT

Chères membres, chers membres, chers sponsors et amis du CSLM,

Les saisons de ski et de volley touchent à leur fin avec les dernières courses et matchs joués en fin d'hiver. Il reste encore les différentes remises des prix pour la saison passée. Pour l'athlétisme, la saison a débuté et nous croisons déjà dans le village tous les jeunes à l'entraînement, peu importe la météo, toujours bien équipés et visibles.

Pour commencer, je souhaiterais remercier Madame Sabrina Deladerière qui a accepté de reprendre la rédaction de notre CSLM-info. Par ce biais, je remercie également Joanne Bock pour le travail effectué l'année dernière.

Le calendrier de cette saison estivale est déjà bien rempli et cela me réjouit fortement. Comme point culminant de la saison, nous organisons une étape du Groupe-E Tour au Mouret. Cette manifestation aura lieu le mercredi 27 août 2025. Un grand merci au comité d'organisation, dirigé par notre responsable de la section athlétisme, Romy Pilet.

Cette année, avec le comité central du CSLM, nous nous sommes fixés comme objectif de rendre l'Assemblée Générale plus dynamique et d'y faire venir le plus de membres possible. Cette AG aura lieu le vendredi 14 novembre 2025. Nous sommes en discussions pour trouver différentes idées qui pourraient attirer plus de membres lors de cette soirée conviviale qui rassemble toutes les sections de notre magnifique club. Si par hasard quelqu'un a « une idée du siècle », nous sommes naturellement à votre écoute et vous pouvez me contacter via les coordonnées visibles en dernière page de ce CSLM-info.

Je vous souhaite à toutes et tous un printemps radieux et une excellente saison sportive !

Au plaisir de vous rencontrer lors de nos diverses manifestations,

Cédric Schuwey



CALENDRIER DU CLUB

Mai 2025

10.05.2025 Meeting C au Mouret (Athlétisme)

Juin 2025

06.06.2025 Eliminatoires UBS Kids Cup (Athlétisme)

Juillet 2025

04.07.2025 Meeting des familles (Athlétisme)

Août 2025

27.08.2025 Groupe E Tour Le Mouret (Athlétisme)

Octobre 2025

24-25.10.2025 Fluonight Volley

Novembre 2025

02.11.2025 Loto des sections sport plaisir & aérobic-zumba

14.11.2025, 19h 82ème Assemblée Générale du CSLM



PARTENAIRES



la Gérine



LES MEMBRES SOUTIEN

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
Garage Yerly Fils Sàrl	Nicolas Yerly	Essert
Denner Satellite Ependes	Olivier Clément	Ependes
Emblématik	Marc Vincent	Marly
Colab Sàrl	Philippe Lang	Fribourg

LES PARRAINS

helvetia 

Votre assureur suisse



Nicolas Schuway
Responsable de marché Prévoyance/Finance
Agence générale Fribourg
T 079 101 93 97
nicolas.schuway@helvetia.ch



Dépannage - Entretien de robinetterie - Détartrage de Boilers

Berset Fils

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

J. Buchmann SA



BÂTIMENTS ET GÉNIE CIVIL
HOCH- + TIEFBAU
1724 Le Mouret
026 413 14 01

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

*Carrosserie
du Mouret
Dominique
Dousse*



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

**AkB
Immobilier**



Nous construisons votre futur chez vous!

www.akb-immobilier.ch 079 618 41 31



1973-2023
50 ans

Menuiserie et Agencement
CHARRIÈRE S.A.

Maîtrise fédérale
1724 Le Mouret

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

**ATELIER
DU VERGER**
EBÉNISTERIE & MENUISERIE



JÉRÉMIE SAVIO | +41 79 281 48 07
WWW.ATELIER-DU-VERGER.CH | J@ATELIER-DU-VERGER.CH | IMPASSE DE LA PRAIRIE 4 | 1724 LE MOURET



À NOTRE MEMBRE D'HONNEUR ET ANCIEN PRÉSIDENT, GABRIEL KOLLY

À notre membre d'honneur et ancien président

Gabriel Kolly, dit « Kéké » fut président du CSLM de 1965 à 1972. Il reprit la présidence lorsque le club était en perte de vitesse ! En effet, le président fondateur Paul Genoud devenu conseiller d'Etat, n'avait plus assez de temps à consacrer au club et suite à un intérim d'une année d'Hubert Egger, Kéké donna un nouvel élan au club pour lui offrir une aura tant régionale que nationale (organisation des championnats suisse de cross-country en 1957 et 1973). Il devint aussi président de la Fédération fribourgeoise d'athlétisme.

Sous sa présidence, le CSLM a vu la création de la section de tennis de table, du ski alpin et celle du ski nordique. Militaire de carrière (colonel EMG), Kéké a insufflé un esprit rigoureux et de compétition, mais avec une formule qui lui tenait à cœur « sana mens est in corpore sano », esprit sain dans un corps sain !

Bien à toi

André Sciboz

ATHLÉTISME

Un hiver en photos

On commence avec **la Coupe de Noël** à Estavayer et une médaille d'or pour Valentine!



Même le Père-noël soutient le CSLM!

On continue avec le **cross de Farvagny** et une 2ème place pour Valentine et Emmanuel ainsi que du bronze pour Mathilde C.



Des maillots très reconnaissables.

Au **cross de Guin**, c'est Anna qui rafle la médaille de bronze



Oyez, oyez! A l'**UBS Kids Cup Team** à Guin, 3 de nos équipes se sont qualifiées pour la finale régionale à Burgdorf.

Et on termine par **le camp des petits** au Mouret du 4 au 6 avril

Lucie des U12 nous raconte : "on a commencé par la Heitenriedlauf franchement la course était cool et il y avait une bonne ambiance je trouve. On a pique-niqué là-bas il faisait grand soleil, on avait sorti les casquettes. Après la course on est rentrés au Mouret en bus et on a fait plein de jeux. Comme ça nous a bien fatigué on est allés-es prendre le goûter et le soir c'était le repas des familles. La nourriture était très bonne et Gottéron a gagné (il y avait un écran pour l'occas') mais moi j'ai joué avec mes copines dans le sable. Le dimanche, on a fait le test des badges et ensuite on a fait une américaine (c'est une course) et nous avons fini le mini camp par des jeux. C'était vraiment un super camp, je le conseille (mais dimanche soir j'étais cre-vée) 😊!"



Au soleil, s'exposer un peu plus au soleil...

SKI

Nous avons terminé, comme chaque année, les entraînements du mois de décembre, entre les stations de Zinal et des Diablerets, en attendant la neige dans nos Préalpes.



Du 26 au 30 décembre nous nous sommes déplacés pour notre traditionnel camp de Noël à Fiesch dans la vallée de Conche. Avec une météo de rêve et un soleil présent durant tout notre séjour, ces conditions optimales nous ont permis de nous entraîner tous les matins et aussi quelques après-midis dans un décor alpin de carte postale somptueux. Merci à Fred pour son organisation impeccable et à tous les participants pour cette magnifique semaine de ski.



Les compétitions ont commencé dans notre canton le 18 janvier avec la Coupe Fribourgeoise des enfants et le lendemain avec la Coupe Fribourgeoise des adultes. Cette saison, grâce à quelques précipitations au mois de janvier et un travail important des stations de la Berra, de Schwarzsee et du Jaun, presque toutes les courses des Coupes Fribourgeoises ont pu se dérouler dans notre Canton. Seul le derby du Pralet pour les adultes s'est déroulé hors de nos frontières aux Diablerets.

La dernière course, de réserve, pour les enfants organisée par l'AFSS s'est déroulée le 15 mars à Schwarzsee. Malheureusement cela a été une saison également marquée par les nombreuses blessures de nos athlètes, Mathilde, Philippe, Kevin et Maé. Nous leur souhaitons un rétablissement rapide afin de vite les retrouver sur les skis l'hiver prochain.

Podiums des OJ et Minimes:

Charly Zbinden monte sur la deuxième place au Combi-Race du Jaun et décroche une belle médaille d'argent lors de la deuxième course de la journée.

Maé Vauthey qui revenait, après deux mois de blessure, pour la dernière course de la CFE, a décroché une deuxième place et une médaille de bronze au Championnat Fribourgeois de Slalom sur les deux manches.



Une belle participation des enfants permet au CSLM de se classer 5^{ème} au classement Inter-Club de la 27^{ème} coupe Fribourgeoise des enfant. Bravo Claire, Aurélie, Gaston, Charlie, Jessica, Eloïse, Xavier, Alexis, Maé, Camille et Adrien pour votre participation et votre engagement durant cette saison.

Bravo à Adrien qui a participé à quelques courses Romandes U16 et décroché une belle 5^{ème} place lors de sa deuxième course au Géant de la Berra.

Nos deux jeunes U16, Adrien et Camille, finissent leur carrière en OJ et vont passer dans la catégorie Junior l'année prochaine. Nous leurs souhaitons beaucoup de plaisir et de jolis succès.



Camille et Adrien posent tout sourire



Les podiums de la saison de nos skieurs Juniors et Séniors:

Les résultats extraordinaires des Juniors et des Séniors leur ont permis de décrocher la deuxième place au classement interclub de la 37ème coupe Fribourgeoise des adultes, juste derrière le Lac-Noir. Nous sommes, je pense, au niveau de notre équipe de Suisse de Ski avec au total 14 premiers rangs, 12 deuxième places et 9 troisième places.

- Grégoire Vial décroche les titres de Champions Fribourgeois de Géant et de Slalom.
- Thomas Chassot, Vice Champion Fribourgeois de Géant.
- Cédric Baltensberger, Champion Fribourgeois de Slalom.

Et au classement général de la coupe Fribourgeoise

- Catégorie Junior: Matthieu Richard décroche le titre.
- Messieurs 2: Mathieu Eggertswyler prend la 2ème place.
- Messieurs 3: Grégoire Vial décroche la 2ème place et Coco fini a une très belle 3ème place.



Le 1^{er} et 2 mars le CSLM a organisé le traditionnel GPDM. Cette année était particulière pour les anciens de l'organisation qui ont passé le témoin aux jeunes de notre section. Ils ont organisé cet évènement qui commence par les courses du vendredi de la chambre de Commerce, le samedi avec la Coupe Fribourgeoise des enfants et qui finit le dimanche en apothéose avec les adultes.



Toutes nos félicitations à ce nouveau comité pour ce magnifique week-end de courses. Toute l'organisation était parfaite, complétée d'un temps magnifique pour les trois jours et cerise sur le gâteau, les victoires de Matthieu Richard et Thomas Chassot, les deuxièmes places de Coco et de Clément Luchetta et le troisième rang de Mathieu Eggertswyler.



Coup de chapeau à Charlotte Vial, jeune athlète membre du CSLM, qui court sous les couleurs du ski club des Diablerets en U16. Charlotte continue son parcours et se confronte régulièrement en IRW , courses inter-régionales, et cette année, pour la première fois, aux cadors de la discipline en courses nationales. Elle réalise de nombreuses fois de très bons résultats dans ces courses très disputées. Nous lui souhaitons pleins succès pour sa jeune carrière.

A la fin de cette saison, certains de nos séniors ont été aux Championnats du monde Master à Val-Thorens. Leurs aventures leurs très bons résultats font l'objet d'un article dans ce CSLM info.





Un grand merci au CSLM et à ses parrains, à notre chef technique pour son investissement de tous les instants, aux coachs pour les entraînements physiques et sur la neige ainsi qu'aux parents pour le soutien lors des courses et des camps.



Le printemps pointe le bout de son nez et il est temps pour nos skieurs de ranger les ski pour passer à d'autres sports plus de saison.
Bon printemps et bel été à toutes et tous.

Marc

FIS WORLD CRITERIUM MASTERS

.Prochain arrêt : les Championnats du Monde !

Quand on part à l'aventure, autant bien le faire : cinq compétiteurs affûtés, un coach prêt à en découdre, un cuisinier-guide aussi doué aux fourneaux que sur la neige, et des supporters infatigables. Destination : Val Thorens et les FIS World Criterium Masters ! Entre performances, émotions et quelques surprises, on vous raconte tout...

Tout a commencé par une envie : celle de participer aux FIS World Criterium Masters, ou pour les non-initiés, les Championnats du Monde amateurs des 30 ans et plus. Cet événement itinérant, à l'image des Mondiaux de ski alpin, se déroule chaque année dans une nouvelle station. En 2025, c'est Val Thorens qui accueillait la compétition.



Sous l'impulsion de Philippe, Grégus et Coco, cette simple idée s'est rapidement transformée en projet concret. Ni une ni deux, un chalet de 12 personnes (!) à 200 mètres des pistes est réservé. L'équipe s'étoffe avec l'arrivée de Marcus, notre head coach, puis de Dominique, qui endossera plusieurs rôles : Chef Mat, cuisinier et surtout guide 5 étoiles sur les pistes des 3 Vallées.

Peu après, les plus jeunes de nos "vieux" sont approchés pour se joindre à l'aventure. L'affaire est vite conclue : Mathieu, Adrien et moi-même rejoignons l'équipe et représenterons donc la Suisse – et surtout Les Vestes Bleues – aux Championnats du Monde !

Le staff en action :

🏆 Athlètes : Coco, Grégus, Philippe, Mathieu, Adrien et Guillaume

🏂 Coach : Marcus

👨‍🍳 Chef Mat, cuisinier et guide : Dominique

Nous devons également faire mention de nos incroyables supporters, qui ont traversé les Alpes pour venir nous encourager ! Merci Aline, Benoît, Paco, Anne et José pour votre soutien indéfectible.

Malheureusement, lors des courses de préparation en Coupe Fribourgeoise, Philippe se blesse à un genou et ne pourra finalement pas être du voyage. On te souhaite un excellent rétablissement, et ce n'est que partie remise !



Super G : un baptême du feu

Mardi, Grégus et Coco se mesurent à une nouvelle discipline : le Super G. Alors que des entraînements étaient prévus, ceux-ci sont annulés. Nos champions doivent donc se lancer à l'aveugle sur une piste exigeante, équipés des très longs skis. Au final, ils s'en sortent avec une belle P7 et une P21 !

Slalom Géant : premier podium pour les Vestes Bleues !

Mercredi, place au Géant. Sur une piste qui n'a rien à envier aux tracés de Coupe du Monde, nos deux solides athlètes sont cette fois rejoints par la jeune garde. Tous réalisent une première manche de qualité, mais la deuxième réserve son lot de surprises...

Si presque tout le monde confirme, notre champion fribourgeois M3 de la discipline voit malheureusement son ski se détacher après seulement deux portes. De son côté, Mathieu impressionne, faisant étalage de toute sa classe et sa science de la glisse pour décrocher une magnifique P3 ! Première médaille pour les Vestes Bleues aux Championnats du Monde ! 🏆

Jour de repos... ou presque !

Jeudi était censé être une journée de récupération... mais au final, c'était sans compter sur notre incroyable guide qui nous a amenés sur les plus belles pentes de la région ! 45 km de pistes et 7'500m de dénivelé plus tard, après un tour complet par Courchevel, Méribel et Les Menuires, nous avons pris le temps de faire un court pit-stop à la Folie Douce (quand même 😊).

Slalom : une bataille contre les éléments et une deuxième médaille !

Notre dernier jour de compétition était le vendredi, avec au programme le Slalom. Mais Éole n'était pas forcément de cet avis... C'est dans la tempête que les épreuves se sont déroulées.

La première manche, bien que marquée par des bourrasques, s'est relativement bien passée, malgré une piste défoncée par les passages et des lisseurs qui, disons-le, n'avaient pas tout à fait le niveau de ceux du GPdM ! Après cette manche initiale, Mathieu se retrouve en P1 provisoire, avec une opportunité en or de ramener la coupe à la maison.



Mais la deuxième manche ne va pas se dérouler comme prévu. Coco se fait surprendre et arrive en retard au départ. Il ne pourra pas partir dans son ordre initial et devra attendre la fin de la catégorie suivante. Nos jeunes vieilles gloires, sur les conseils avisés d'Adrien, guettent le dossard 353 à l'arrivée... mais c'est finalement le 396 de Grégus qui apparaît en premier. Alerte générale ! Ils se précipitent vers le départ mais arrivent également trop tard et doivent attendre la fin de la catégorie pour s'élancer.

Privé d'une préparation optimale, notre médaillé de bronze en Géant donne tout ce qu'il a... et décroche malgré tout une magnifique P2 ! 🏆 Une deuxième médaille pour les Vestes Bleues !

Mais c'est surtout un magnifique 4/5 en retard à la deuxième manche. Comme à son habitude, notre head coach nous adresse ses plus beaux compliments suite à notre exploit : « Bande de blaireaux... »



Entre défis sportifs, découvertes mémorables, moments épiques et quelques imprévus, cette escapade à Val Thorens restera gravée dans nos mémoires.

Des pistes exigeantes aux descentes incroyables, en passant par de beaux instants de partage, ce séjour aura été une réussite sur tous les plans.

Avec deux belles médailles en poche, une cohésion d'équipe à toute épreuve et une bonne dose d'expérience acquise, une chose est sûre : la prochaine fois, on ramène la coupe à la maison ! 🏆

Guillaume

VOLLEY

Tournoi de Beach Volley

Le tournoi traditionnel de Beach Volley du CSLM fait son grand retour ! Sors ta plus belle tenue de plage et viens t'éclater avec nous.

Que tu sois volleyeur,euse ou pas, cela ne change rien, le but est de passer un bon moment entre amis !

Tout a été prévu à cet effet : bar, restauration, terrain d'échauffement, pistes de pétanque, spikeball et de la bonne musique pour ambiancer cette belle journée ! Et en plus de ça, pour bien commencer la journée, les cafés et croissants sont offerts.

Nous te donnons rendez-vous le dimanche 22 juin 2025 au Centre Sportif du Mouret. Le tournoi se joue en 3×3 mixte et les frais d'inscription sont de 60.- par équipe.

Alors n'attends plus et inscris ton équipe ! Attention, les inscriptions sont limitées et ouvertes jusqu'au 15 juin 2025.

Pour toutes remarques ou questions, tu peux nous contacter à l'adresse volley@cslm.ch.



BEACH

Volleyball



22 JUIN 2025

Tournoi de Beach volley populaire

3x3 (mixte) / CHF 60.- par équipe

Bar & restauration / Pistes de pétanque

📍 Centre Sportif du Mouret

Informations et inscription

www.CSLM.ch/beach-volley



ZUMBA

Une monitrice dynamique et sympathique nous fait bouger dans la bonne humeur tous les jeudis soir à la halle du Mouret de 19h à 20h.

Avec Marcia nous découvrons de nouveaux rythmes latinos qui nous permettent de booster notre cardio en rythme et avec plaisir.

Pour nous rejoindre, inscriptions bienvenues au 078 875 10 13 ou à l'adresse zumba@cslm.ch



Cet hiver, une sortie raquettes à la Berra nous a réunies pour une rando sous les étoiles, avec un souper chaleureux à la clé, merci au restaurant du Brand qui a eu la patience de nous attendre.

Sylvie



SPORT PLAISIR

Quoi de neuf pour la section « sport plaisir » depuis le dernier messenger du CSLM ? Avant de vous narrer nos exploits, deux petites précisions vous sont offertes, cher·e·s lecteur·trice·s. La première est l'utilisation de la grammaire inclusive (rassurez-vous : seulement dans la phrase précédente !) puisque nous accueillons aussi dames et demoiselles le lundi soir. Donc bienvenu à celle(s) qui souhaiterai(en)t nous rejoindre. Et seconde précision : le titre de la section est formulé au singulier puisque nous ne pratiquons qu'un sport, l'uni-hockey, – précisons-le d'emblée et modestement : avec engagement, art, intensité, élégance, souplesse, maestria des gestes et des tactiques. (D'autres adjectifs tout aussi élogieux sont possibles, mais d'une part une modestie innée nous empêche d'allonger la liste ; d'autre part, il faut participer à nos entraînements du lundi soir pour voir et y croire : chacun·e. (oups ! j'avais noté avant cette nouvelle grammaire pour une phrase seulement) arrive avec le sourire, et repart en transpiration, plus ou moins fatigué·e (re-oups !), et toujours content·e. « Plaisir » est aussi au singulier : il est bien réel, mais comme on ne pratique qu'un sport, on n'y prend plaisir que s'il est le bon choix. Pour d'autres sports – qui vous procureraient autant mais d'autres plaisirs, les sections du CSLM vous accueilleront avec le sourire... Qu'on se le dise.

Venons-en au cœur de cette chronique. Je ne vous détaille pas l'habileté plus ou moins grande de chacun à dribler, passer, tirer au but ou à côté... ou à se réfugier dans les angles de la surface de jeu... Attention, le refuge en coin de surface n'est pas un refus d'engagement : c'est une démarche tactique dûment élaborée « in abstracto et tacitum », destinée d'abord à mettre en évidence la maestria technique des ailiers, ensuite à surprendre l'adversaire, en général, et presque aussi souvent ses co-équipiers. L'adversaire surpris : c'est but, ou presque ! Les co-équipiers surpris : cela permet de rediscuter à fonds, sérieusement la tactique. On a déjà plusieurs chapitres à ce sujet. Tous ont un point commun et indissociable : chaque chapitre commence par « t'aurais dû... » La place manque évidemment dans cette courte chronique pour donner en détail ou en schémas ces mouvements et arabesques sportives que nous traçons avec élégance sur le sol de notre chère salle de sport. Et notre modestie veut que nous évitions de vous inviter en spectateur sur la galerie de la salle pour nous admirer. Mais si vous voulez nous rejoindre pour jouer ou admirer... bienvenuto.

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 Montévraz	079 484 94 30 president@cslm.ch
Vice-présidente	Marine CLERC Ch. de l'Aurore 4 1723 Marly	079 391 72 40 volley@cslm.ch
Administration & 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	Sabrina DELADERIERE Route des Russilles 36 1724 Le Mouret	078 797 66 52 cslm-info@cslm.ch
Gestion des membres	Coraline ZOSSO Rte du Brand 15 1724 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. de Montsibolo 25 1724 Le Mouret	079 718 99 90 sport-plaisir@cslm.ch
Zumba	Sylvie PRAHIN Ch. du Pra d'Amont 2 1731 Ependes	078 875 10 13 zumba@cslm.ch