

Feuille Info — Hiver 2009–2010
novembre – mars



Alors Tchô! Et à la prochaine :)



Retrospective

Alors que l'hiver et la piscine arrivent gentiment, c'est un regard sans complexes qu'on peut jeter sur la saison passée. Les poloïstes ont remporté les championnats suisses qu'ils ont eux-même organisé, ainsi que les tournois de Zürich et de Murgenthal. Du côté des cours, on a vu se former une équipe bien soudée de jeunes fous ultra-motivés. En bien sûr, c'est sur un bon nombre de rivières que se sont retrouvés les amoureux de l'eau-vive.

Un bravo tout particulier va à Christophe pour son titre de champion suisse de course en ligne avec Fabio Wyss. De même, des félicitations très chaleureuses vont à Mélanie et Anaïs pour leur titre à Radofzell dans l'équipe suisse de polo des femmes de moins de 21 ans.

Sur un autre plan, on notera aussi l'arrivée de deux nouveaux aides-moniteurs, Alyssa et Adrien: bravo à vous!

Les Neigles

Les grands nettoyages des Neigles auront lieu le 7 novembre sous la supervision pointue d'Andreas-le-Grand. Il vous y attend nombreux et il a promis d'être gentil. Le **rendez-vous est fixé à 09h00** et le repas de midi est offert.

Les nettoyages seront suivis, dans la soirée, par un repas pour les jeunes organisé par Samuel. Si vous voulez y participer, merci de le contacter par téléphone (voir à la fin de la feuil info).

Comme déjà dit à plusieurs reprises, **les Neigles doivent être fermées à clé** en tout temps, même quand vous êtes sur l'eau. Notre président vénéré—qui, comme tout le monde le sait, a une petite santé et pas beaucoup de cheveux—a une tendance appuyée à faire des syncopes gyroscopiques à turblion intégré chaque fois qu'il trouve la porte des locaux ouverte. Pensez à sa santé et fermez les portes. On a encore besoin de lui.

Jeremy	079 827 27 13
Vincent	079 330 68 28
Pierre	079 704 62 22
Toto	079 664 87 28
Alexandre	078 803 66 47
Mélanie	078 717 38 50
Béni	077 434 13 59
Samuel	079 441 51 43
Andreas	079 443 61 41
Alain	079 735 10 83

Pour toutes ces activités, les détails importants seront publiés sur le site web. Prenez également la peine de vous inscrire chez le responsable de l'activité qui vous intéresse.

Activités

Le **dimanche soir**, il y a la possibilité d'aller faire de **l'uni-hockey** à Rossens. Si vous êtes intéressés, prenez contact avec Alain qui se fera un plaisir de vous inclure dans la boucle.

Dès le 3 novembre, Les mardi soirs à 18h40, il y a la possibilité de faire des **entraînements de Fitness à l'école de la Vignettaz**. Il y aura pause les 22 et 29 décembre ainsi que le 16 février. Les intéressés peuvent **prendre contact avec Alain**. Un deuxième jour sera fixé ultérieurement avec les motivés.

Le club d'aviron nous propose d'aller faire de la **gym en salle** avec eux pendant cet hiver, tous les **vendredi soirs** à partir du premier novembre. Merci de vous annoncer auprès du club d'aviron par mail à l'adresse ca-vf@hotmail.com avant de vous y rendre, afin qu'ils puissent s'organiser en conséquence.

Contacts

Si vous avez des questions ou que vous voulez vous annoncer pour une activité, prenez contact avec le responsable de celle-ci. Les numéros de téléphone des personnes citées dans cette feuille info sont les suivants (par ordre de taille des poils de nez):

Et comme toujours, **donnez un petit coup dans les vestiaires** après vos activités. On les partage avec d'autres personnes et on prend aussi plaisir à les retrouver propres.

Cours de polo

Cet hiver, les cours de polo s'organisent en quatre entraînements hebdomadaires. Le **lundi à 18h00**, c'est Andreas qui donnera un cours sur le lac pour tout le monde. Le **mercredi à 17h00**, Jeremy s'occupera de votre condition physique (jogging). Le **jeudi à 17h00**, entraînement spécial juniors avec Alex et Beni, sur le lac. Et bien sûr, le samedi soir, c'est en piscine que se retrouveront les poloïstes.

Deux pauses sont aussi au programme, à savoir du 21 décembre au 3 janvier pour les fêtes de fin d'année et du 15 au 21 février pour carnaval.

Piscine

Un vieux proverbe jurassien dit *Piscine en novembre, Noël en décembre*. C'est donc avec plaisir que nous vous convions à la piscine pour apprendre et perfectionner votre esquimautage. Elle prendra place du 14 novembre au 13 mars

Comme l'année précédente, la piscine est consacrée à **l'esquimautage de 17h00 à 18h30**. De **18h30 à 19h30, c'est le polo** qui prend la relève.

Pour rappel, voici le règlement de la piscine:

- La piscine est pour les membres actifs, les enfants des membres actifs et les personnes désirant essayer ce sport.
- Le plongeur reste fermé.
- Il est interdit d'utiliser les tapis verts et le matériel des écoles
- Rangement :
 - Bateaux vidés, hiloire vers le bas et accrochés sur les supports
 - Pagaies et jupettes sur leurs crochets respectifs

- Le responsable quitte en dernier l'endroit et vérifie qu'aucun objet ne se trouve par terre

Et pour les vils chenapans, votre serviteur vous rappelle que la piscine est équipée d'un vestiaire pour les femmes (*femmes, on vous aime!*) et qu'un deuxième vestiaire est consacré à l'usage de ces messieurs. Votre humble comité vous saurait gré de bien vouloir respecter ces contraintes géographiques. La SPA a assez à faire avec Bibi Phoque (*honk!*) pour ne pas avoir à s'occuper d'une horde de mammoth sauvages dans la piscine du Levant. Et non, je ne pue pas le purin de l'oreille.

Date	Responsable	Chef polo
14.11	Wicky	-
21.11	Jeremy	-
28.11	Toto	Sam
05.12	Toto	Sam
12.12	Alex	-
19.12	Wicky	-
26.12	–Break–	-
02.12	–Break–	-
09.01	Wicky	-
16.01	Beni	-
23.01	Vincent	Jeremy
30.01	Mélanie	-
06.02	Wicky	-
13.02	Beni	-
20.02	Mélanie	-
27.02	Alain	-
06.03	Wicky	-
13.03	Wicky	-

Responsables piscine

Sorties

Les sorties prévues pour la saison d'hiver sont les suivantes:

7 novembre	Journée Nettoyage, <i>Andreas</i>
7 novembre au soir	Soirée pour les jeunes, <i>Samuel</i>
24 décembre	Descente de Noël avec <i>Alain</i>
15 janvier	Sortie pleine lune avec <i>Pierre</i>
29 janvier	Assemblée Générale
31 janvier	Surprise par <i>Alain</i>
5 février	Karting avec <i>Vincent</i>
14 février	Sortie pleine lune avec <i>Alain</i>
21 février	Rando par <i>Andreas</i>
05–07 mars	Sortie en montagne avec <i>Beni</i>
14 mars	Journée de ski avec <i>Alex</i>

Pour la sortie du 31 janvier, notre vénérable président nous indique qu'il faut

- être ouvert à l'inconnu
- accepter d'être humide, voir mouillé
- maîtriser les sujets qu'on ne peut pas maîtriser
- accepter de ne pas être capable
- sourire dans la neige et le froid