

Feuille Info

Printemps - Eté 2019
(avril - août)

Canoë Club Fribourg
www.kayakfribourg.ch



Éditorial

Comment qualifier le kayakiste ?

Ne le voyez-vous pas sur le rocher
scruter les tourments de la rivière ?

Sa chevelure dorée flottant dans les airs,
dardant les durs rayons de soleil.

Mais ne le voyez-vous pas ?

Juste-là, beau, flamboyant, perlant,
brillant de mille reflets à travers les
eaux ondoyantes.

Ne le sentez-vous pas ?

Cette odeur neuve du caoutchouc
chaud, ce lycra encore frais.

Mais oui ! La nature s'élève. La
plantation pousse, la rivière gonfle.

Le kayakiste également s'emplit, ses
poumons enflent, il gonfle son thorax.

Il est fier, il est beau.

Et là, dans un geste unique,
reconnaissable entre tous,

Le kayakiste érige son pouce ainsi que
son auriculaire avec un angle parfait,
puissant,

Et pris dans le mouvement il fait pivoter
sa main de droite à gauche,

Dans sa posture triomphante, le
kayakiste annonce :

« C'est l'heure du ride ! »

Oui vous tous, imitez donc ce
mouvement,

Le printemps arrive

La saison de kayak aussi

Des sorties folles sont prévues,

Armez-vous de vos pagaies

Et surfez sous l'insigne de la vague !

Rétrospective

Comme toujours, le club n'a pas pris le temps d'hiberner cet hiver.

Il y'a bien sûr eu les immanquables : La St-Nicolas où l'on a, comme à notre habitude, cartonné. En effet qui peut résister à la raclette et au vin chaud du CCF ?

Et puis la traditionnelle descente aux flambeaux du 24 décembre, où de magnifiques clichés ont été pris.

Nous pouvons dire sans peine qu'une fois encore la tradition a été honorée au club.

Du côté des sorties, il y a eu de la glisse : Ice Sliding, week-end de ski.

Avec évidemment fondue pour mieux se fondre dans la neige et glisser encore mieux.

Et quelques téméraires ont déjà osé s'aventurer sur la Singine enneigée. Rien que pour le geste et la beauté des chutes.

Si la saison démarre ainsi, nous risquons sûrement de vider toute l'eau des rivières.

En ce qui concerne les samedis soir au Levant, il y'a eu une fréquentation record dans les bassins.

Et bientôt, nous pourrons nous inscrire au J.O. de Water Polo avec une solide équipe qui s'est formée ainsi qu'une team de folie en natation synchronisée.

Pleins de photos retraçant l'ensemble de la saison se trouvent sur le site du CCF : <https://www.kayakfribourg.ch/>, ou encore sur Facebook ou le groupe Whatsapp. Et pour ne rater aucune information et sorties, ces mêmes plateformes sont là pour cela.

Assemblée générale

Le vendredi 1 février s'est tenu l'assemblée générale au Club House à La Roche. Différents points sont à noter :

Kayakiste de l'année :

Lors de notre Assemblée générale, le comité a eu le plaisir de décerner le titre le plus important et convoité : celui de Kayakiste de l'année.

Le comité a voté à l'unanimité cette année. Une des personnes ayant démontré un des plus grands intérêts pour le club, participé à quasiment toutes les activités, s'est montré disponible et aidant, ayant fait énormément de progrès en très peu de temps, il s'agit bien sûr de **Mohammad Barbari**

Monos de l'année

Pour la seconde remise de ce prix, le choix s'est là aussi très vite orienté vers 2 personnes qui ont été présentes du printemps dernier jusqu'en hiver, qu'il pleuve, vente ou neige, ces 2 personnes ont donné les cours malgré tout, avec toujours plus d'énergie et d'idées trépidantes, nous avons nommé **Yann Grossenbacher et Alexi Porlezza**, alias TIC et TAC.

Thème de l'année

Pour rappel, le thème de l'année était « la photo », où le but était de prendre la photo la plus originale possible et de la soumettre ensuite au comité afin que celui-ci départage qui a été le meilleur. Et la photo ayant suscité le plus d'intérêt au sein du comité était celle de 4 magnifiques Power Rangers à savoir, **Marie Waeber, Margaux Bovet, David Caron et Pierre Giroud**.

Divers

Le site du club a fait peau neuve. Dès à présent vous y trouverez plein d'informations concernant la vie du club (y compris l'agenda que vous pouvez synchroniser avec vos pc/natel), les cours / initiations au kayak ainsi que des photos des différentes sorties (assorties de courts résumés ;-)).

N'hésitez donc pas à aller régulièrement le visiter !

Prochaine AG

Pour bien prévoir les choses...comme communiqué, la prochaine assemblée générale est prévue le 7 février 2020.

Thème de l'année

Le thème de l'année sera : le lancement du projet du nouveau local ! Cela signifie bien sûr préparer le projet d'un point technique mais aussi faire en sorte que le CCF soit visible au sein de la population toute entière. Pour cela, tout membre pourra contribuer lors de repas de soutien, manifestations diverses (St. Nicolas, ...), en parlant du club à son entourage et...en se dotant de gros sourire lors des descentes lorsque l'on prendra des clichés pour le CCF à des fins promotionnelles. Merci à l'avance pour votre aide !

Le Bus

Comme vous verrez sur les pages suivantes, il y a vraiment beaucoup d'activités cet été. Le calendrier est conçu pour faire en sorte que les activités se chevauchent le moins possible. Pour garantir un bon fonctionnement, il est indispensable de contacter Beni (077 434 13 59, beni.nowak@gmail.com) si vous voulez utiliser le bus pour une activité qui n'est pas au programme. Pour éviter le gros stress, ramenez le bus à temps si plusieurs activités sont planifiées pendant la journée.

De plus, suite à l'achat d'un nouveau bus, nous avons donc décidé d'envoyer séparément une feuille concernant toutes les nouvelles directives pour le bus. Lisez attentivement cette feuille, car elle vous renseignera sur des points importants.

Matériel

Afin de protéger notre matériel, nous rappelons la règle suivante : les seuls bateaux du club utilisables pour les rivières de classe 4 ou plus ainsi que les chutes de la Singine sont les Invaders. En cas de doute, demandez aux moniteurs présents !

Local des Neigles

Même si notre local n'est plus dans le meilleur des états, il mérite d'être gardé propre. Alors nous proposons un petit rappel cette année encore sur le respect du local.

Les vestiaires, utilisés en commun avec le club de boxe, doivent être nettoyés après chaque entraînement.

Naturellement, il faut respecter le tri des déchets.

Un petit coup de balai est aussi toujours bienvenu !

Tournois International de Fribourg

Le tournoi de polo cette année aura lieu le weekend du 4 et 5 mai. Ce tournoi fait partie de la coupe Suisse de Kayak polo et, de ce fait, les meilleures équipes de Suisse seront sans doute présentes. De plus, quelques équipes étrangères feront aussi le voyage pour jouer dans une des plus belles piscines de Suisse. Les équipes fribourgeoises auront alors besoin de tout votre soutien !

Bien que beaucoup de personnes se soient déjà impliquées dans l'organisation du tournoi, il faudra beaucoup de mains avant, pendant et après le tournoi. Ton aide sera alors la bienvenue. Beni est la personne de contact pour toutes ces personnes motivées.

Merci d'avance !

Activités 2019

Habillons-nous chaudement et prévoyons beaucoup d'habits de rechange.

Tout l'agenda est accessible sur www.kayakfribourg.ch. Pour les activités de dernière minute, les infos se trouvent également sur Internet.

Entraînements Club

Fonctionnement :

Juste apprendre les bases ou devenir une star !? Tout est possible, il faut juste choisir le bon entraînement.

Pour toutes les personnes qui veulent commencer à faire du kayak, nous proposons des cours débutants. Cette année, le club propose à nouveau un cours débutant au printemps à partir de mai.

Les cours moyens-avancés sont prévus pour des jeunes de tout âge qui ont déjà suivi au moins un cours débutant. Préparation idéale pour la navigue en eaux-vives.

Les entraînements de kayak polo sont aussi ouverts à tous.. Pour tester le polo, les entraînements du mardi ou du dimanche après-midi sont idéaux.

Cours Rivière

Cours débutant printemps

Samedi matin, 9.00 à 12.00

Du 04 mai au 06 juillet, sauf le 01 juin (Camp de l'ascension)

RDV aux Neigles

Responsables : Yann, Alexi, Mathias et Mohammad

Cours moyens-avancés printemps

Samedi matin, 9.00 à 13.00

Du 04 mai au 06 juillet, sauf le 01 juin (Camp de l'ascension)

RDV aux Neigles

Responsables : Yann, Alexi, Mathias et Mohammad

Entraînement de POLO#KZK

Cette année un nouveau cours a lieu le mardi soir et potentiellement le jeudi soir. Le principe est simple : fusionner le cours de kayak polo du mardi et le KZK du vendredi. Selon l'envie, la météo et les personnes présentes, le cours pourra prendre diverses formes et s'adapter à tout contexte.

Tous les mardis dès 18h

RDV aux Neigles

Responsable : Andreas Wicky

Polo

Durant l'été, les entraînements seront adaptés selon les plans de vacances des participants.

POLO#KZK

Mardi, 18.00 – 20.00

voir explication plus haut

Jeudi : 18.00 – 20.00

cours de polo normalement

Toute l'année

Responsables : Andreas

Dimanche

Jeu libre aux Neigles

16.00 – 18.30

Contacteur Beni au 079 941 31 76 pour infos.

Sorties

Fonctionnement

Le RDV de toutes les sorties est aux Neigles. Si possible, nous utilisons le bus du Club. Les personnes qui utilisent le bus payent un forfait de 50.- par année, 30.- pour les mineurs et étudiants. En général, les sorties sont gratuites. Pour les camps, il est possible qu'une participation aux frais concernant la nourriture et l'hébergement soit demandée.

Les sorties sont classées en trois catégories : Pour tous, moyens et avancés.

Dans le doute, l'organisateur te renseignera avec plaisir.

Nettoyage des berges de la Sarine

Pour une rivière saine et fluide !

13 avril, RDV 8.45h

Pour tous, organisé par Margaux et Pierre

Sortie Singine

Rien de tel qu'une bonne Singine.

12 mai, RDV 9h

Pour moyens, organisé par Mohammad.

Souper de soutien

Pour soutenir le club et manger un bon repas

17 mai, RDV 18h15

Organisé par le comité.

Freaky Sunday

Surprise tout en finesse !

19 mai, RDV 9h

Ouvert à tous.

Organisé par Samuel.

Camp de l'ascension

Une nouvelle destination cette année :
Le val Sesia !

30 mai au 02 juin

Ouvert aux moyens.

Organisé par Beni.

Camp de pentecôte

Weekend prolongé à la Simme, avec le Kayak Club Lausanne
08 au 10 juin
Ouvert aux moyens.
Organisé par Antoine.

Les 12h de l'Auge

L'équivalent du Carnaval en été.
15 juin, RDV 9h
Pour tous, organisé par Alexandre.

Dranses de Thonon

Pour une rivière sportive et joueuse.
16 juin, RDV 9h
Pour moyens, organisé par Mathias.

Haute Sarine

Une rivière de chez nous
23 juin, RDV 9h
Ouvert à tous.
Organisation par Charlotte.

Berner Oberland

Weekend de navigue sur la Kiene, Kander, Engstlige, Weisse Lütschine.
Un peu plus dur, mais absolument magnifique.
29 - 30 juin, RDV 8h
Ouvert aux avancés.
Organisé par Gaëtan.

Huningue

Dernier cours du samedi !
6 juillet, RDV 8 : 00
Ouvert à tous.
Organisé par Yann, Mathias, Alexi et Mohammad.

Camp J&S Kayak et polysport

Une semaine de folie à La Roche !
7 au 13 juillet
Organisé par Alex
Inscription au Service cantonal des Sports.

Dora Baltea

Rivière italienne puissante mais sympa.
Les affluents sont techniques et fun.
Ouvert aux avancés.
19 au 21 juillet
Organisé par Gaëtan.

Weisse Lütschine

Un super entraînement, avant la Lütschine Race
Ouvert aux avancés.
27 au 28 juillet
Organisé par Alexi.

Dora et VTT

Des super descentes en vélo et kayak !
14 au 18 août
Ouvert aux moyens et avancés.
Organisé par Beni.

Lütschine Race

Course en équipes sur cette rivière géniale !
Ouvert aux avancés, tout le monde est bienvenu pour donner un coup de main.
24 août, 8 h
Organisé par Andreas et Beni.

Tournois de Polo

4 – 5 mai, Fribourg
7 – 8 septembre, Pfyn

Cours publics

Cet été, un grand nombre de cours sont déjà prévus. Les cours « La Ville sous un autre angle » sont ouverts à tout le monde. Si vous connaissez des gens qui sont intéressés à essayer le kayak ou bien voudraient découvrir la ville de manière particulière : ces cours sont faits pour eux.

Quand ces cours ont lieu, le bus est réservé.

La ville sous un autre angle

Traversée de la vieille ville en suivant les méandres de la Sarine.

Vendredi : 18.00 à 21.00

Dimanche : 9.30 à 12.30

Inscription chez Beni (079 941 31 76)

- 14.06
- 21.06
- 28.06
- 05.07
- 14.07
- 26.07
- 02.08
- 04.08
- 09.08
- 11.08
- 25.08
- 01.09

Autres dates sur demande !

Cours privés

A part ces cours ouverts au public, il est aussi possible d'organiser des cours privés. Si tu veux organiser une initiation pour tes amis, un enterrement de vie de garçon ou jeune fille ou fêter un anniversaire spécial, une descente de la Maigrauge est toujours une expérience géniale.

N'hésite pas à envoyer ta demande à info@kayakfribourg.ch.

Comité

Voilà nos numéros et adresses mails, n'hésitez pas à nous contacter !
Les dernières infos se trouvent sur www.kayakfribourg.ch

Luca Haab Président	078 662 44 26 luca.haab@gmail.com
Yann Grossenbacher Vice-président	079 840 00 80 yann.grossenbacher@bluewin.ch
Alexandre Monterroso Responsable du Bus	078 803 66 47 alexandre@monterroso.ch
François Rotzetter Matériel	079 789 16 22 rotzetterf@gmail.com
Violette Marbacher Secrétaire	078 684 59 81 violette.marbacher@romandie.com
Gaëtan Weislo Coordinateur	079 836 76 96 gaetan.weislo@gmail.com
Xavier Haberkorn Caissier	079 505 54 25 xavier_haberkorn@hotmail.com
Benjamin Nowak Responsable des Cours	079 941 31 76 beni.nowak@gmail.com



Listes de sorties pour afficher au Frigo

Nettoyage des berges de la Sarine

13 avril, RDV 8.45h, pour tous, organisé par Margaux et Pierre

Sortie Singine

12 mai, RDV 9h, pour moyens, organisé par Mohammad.

Souper de soutien

17 mai, RDV 18h15, organisé par le comité.

Freaky Sunday

19 mai, RDV 9h, ouvert à tous, organisé par Samuel.

Camp de l'ascension

30 mai au 02 juin, ouvert aux moyens., organisé par Beni.

Camp de pentecôte

08 au 10 juin, ouvert aux moyens., organisé par Antoine

Les 12h de l'Auge

15 juin, RDV 9h, pour tous, organisé par Alexandre.

Dranses de Thonon

16 juin, RDV 9h, pour moyens, organisé par Mathias.

Haute Sarine

23 juin, RDV 9h, ouvert à tous., organisation par Charlotte

Berner Oberland

29 - 30 juin, RDV 8h, ouvert aux avancés, organisé par Gaëtan.

Huningue

Dernier cours du samedi !

6 juillet, organisé par Yann, Mathias, Alexi et Mohammad

Camp J&S Kayak et polysport

7 au 13 juillet, organisé par Alex, inscription au Service cantonal des Sports.

Dora Baltea

19 au 21 juillet, ouvert aux avancés, organisé par Gaëtan

Weisse Lütschine

27 au 28 juillet, ouvert aux avancés, organisé par Alexi

Dora et VTT

14 au 18 août, ouvert aux moyens et avancés, organisé par Beni

Lütschine Race

24 août, 8h, ouvert aux avancés, organisé par Andreas et Beni