

# Feuille Info

Hiver 2011-2012  
Novembre-Février



## Comment ça marche

Vous venez de recevoir la prestigieuse feuille info de l'hiver 2011-2012 ! Nos spécialistes vous conseillent de l'afficher sur votre frigo pour un rendu optimal !

## Une année de plus en moins !

Il est venu le temps des belles et froides soirées d'hiver passées ensemble dans la chaleur conviviale de la piscine du levant.

Durant cette saison et malgré la température une belle poignée de jeunes navigua durant ces quelques mois.

La fréquentation des cours fut remarquable. Memependant les jours de plus les vestiaires étaient pleins et le club bourdonnant d'activité.

Des samedis matins brumeux accompagnés par l'air vivifiant de la basse ville, des échauffements inventifs, des moniteurs motivés et même quelques nouveaux membres... voilà une saison automnale bien remplie.

La magnifique et rituel sortie de fin de saison à Huningue nous maintiendra donc heureux et impatient jusqu'au retour du soleil.

Grace au dévouement de Luca, cette dernière journée de navigation fut mémorable. N'oublions pas non plus l'inventivité de Pierre et Samuel qui décernèrent à tout les kayakistes présents un titre honorifique tels que: " Mieux vaut l'avoir sur l'eau qu'au comité ", " Je suis venu, j'ai vu, j'ai dormu ", " Capitaine Dolifran" ou encore le dépositaire des blagues à caractère non-humoristique.

Bref, malgré le manque d'eau les membres ont tous pu navigué quelque belles rivières.

Merci et à bientôt en piscine.

## La "journnée parents et amis"

Cette année suite à quelques erreurs d'organisation cette sortie amicale a été annulé a la dernière minute.

L'annulation ayant également subit quelques soucis organisationnels, quelques personnes se sont retrouvées seul devant la porte claude du local des Neigles.

Nous nous excusons dors et déjà au près d'elles pour cette facheuse situation.

En conséquence, nous accorderons un soin tout particulier à la prochaine journée parents et amis en espérant rattraper cette erreur.

## les résultats

Nombre de compétitions ont été organisées durant la saison. Notre club y a bien sûr participé et tout naturellement y a décroché d'excellents résultats.

### Polo

Les poloïstes furent très actifs et cela à tout les niveaux de compétition

L'équipe suisse Junior pour commencé, a décroché la 6eme place du championnat européen ! Bravo à Adiren et Jérémie

Les seniors ont eu la première place à Murgenthal ! Avec une équipe composé d'Alain, Béni, Andréas, Jérémie, Adrien et Alexandre.

L'équipe junior de polo fribourgeoise a atteint le titre de champion suisse avec David, Martin, Loic, Adrien, Basil, Mélanie, Sacha et Anaïs.

Et pour la première fois depuis longtemps, une équipe féminine a participé au tournois national!

L'équipe était composée de Mélanie, Aline, Alyssa, Violette et Anaïs.

### Mieux vaut tard que jamais...

Depuis un petit moment, Raphael Taglianie a passé avec brio le test pour devenir aide- moniteur.

Aucune félicitations officielles n'avaient alors été données.

Voilà qui est fait !

Bravo à lui.

### La caravane...

La caravane devant le club n'est pas vide ! He oui on peut y vivre et ainsi être toujours prêt pour un entrainement.

Christophe Nicolet (compétiteur en kayak de régate), vient de rapporter 4 médailles d'or, une d'argent et trois bronze à l'occasion des championnats suisse en septembre.

De magnifiques félicitations de la part du club à ce sportif d'élite.

## Sorties divers/d'hiver

Voilà un petit descriptif des sorties proposées cette hiver.

Profitez en ! Elles sont là pour vous !

### Grimpe

Une sortie à la nouvelle salle de grimpe Bloczone à Givisiez. Le matériel peut être loué sur place.

**Date et heure:** 26 novembre 2011, 10 - 14 heure

**Prix :** <http://www.grimper.ch/de/kletterhalle-bloczone/preise/>

**RDV** directement à la Salle à Givisiez (à côté de la gare)

**Inscriptions et infos:** chez Sacha

## **Fondue spéciale**

Fondue ok, ça on connaît. Mais Jean-Claude propose de la faire sur le feu dans la Gorge du Gotteron. Avec un peu de blanc et du vin chaud, je sens que ça va nous plaire.

**Date :** 16 décembre

**Inscriptions et infos:** chez Jean-Claude

## **Soirée Karaoké**

Proposition intéressante de Samuel, qui d'autre? Il faut y aller et se laisser surprendre .

**Date:** 21 janvier 2012

**Inscriptions et infos:** chez Samuel

## **Journée de ski**

Arnaud organise cette journée très classique. Je me permets d'y ajouter un petit détail: Le tenue de tous les participants doit être adapté au thème de la journée: mode de ski des années 80. Couleur fluo, combinaison de ski en une partie, ou mettre le néoprène de kayak.

**Date:** 11 février 2012

**Lieu:** dans la région

**Infos et inscription** chez Arnaud  
Déglise

## **Weekend Igloo**

Weekend dans le Jura, première nuit dans une cabane qu'on atteint avec les raquettes, deuxième dans l'igloo construit nous-même le samedi.

Assez génial, non?

**Date:** 3 - 5 février

**Infos et inscriptions** chez Marco  
Leutwiler

## **Luge de nuit / Nuit de luge au Schwarzsee**

Un bon souper sur la Riggisalp, puis la descente en luge sur les pistes, la combinaison idéale.

**Date :** 18 février

**Infos et inscriptions** chez Sacha

## **Weekend au Goms**

Ça devient bientôt un classique: Trois jours dans la magnifique vallée de conches, endroit génial pour les randos et le ski de fond. Beni se fera le plaisir de vous montrer ses randos préférées.

**Date :** 2 - 4 mars 2012

**Inscipion et Infos** chez Beni.

## Rando du CCF

Selon les conditions et les participants, une des belles Randos des préalpes est sur le programme. Ouvert à tous le monde, si vous n'avez pas l'équipement, contactez nous.

Date : 18 mars 2012

Infos et inscription chez Beni

## Prochaine assemblée des moniteurs.

14 mars chez les Horner.  
L'invitation suivra.

## Article

N'ayant pas réussi à publier notre journal annuel "la Pagaie " il me reste un petit nombre de textes d'exception dont j'ai bien voulu vous dévoiler un extrait...

En exclusivité un article précieux de Pierre Horner !

PS: les photos n'ayant pas pu être imprimées avec cette feuille info, nous vous conseillons de les admirer sur Pierre Horner lui même lors d'un entraînement.

## L'habit fait l'homme, les chaussettes le kayakiste.

Une fois passé l'enthousiasme de se retrouver sur l'eau, la dure réalité prend le dessus et s'impose avec obstination : il vaut mieux s'habiller pour ne pas avoir froid. Alors quoi de mieux qu'une tenue idoine pour être efficace dans sa navigation. L'efficacité étant ce qui différencie le bon du mauvais navigateur. Un bon navigateur est efficace, un mauvais navigateur est inefficace. Deux exemples pour illustrer ce propos.

**Ex. 1 :** Le bon navigateur sait où et quand il doit déposer ses affaires sèches. Parfois c'est dans le bus, parfois dans une voiture, rarement sous un arbre, jamais au point de départ. Le mauvais navigateur laissera toujours ses habits secs au mauvais endroit : au point de départ en général et pour les meilleurs, à la maison.

L'efficacité recherchée ici étant d'être au sec. D'où certaines expressions du genre: "Dans le kayak, ce qu'il y a de bien c'est la fin de la navigation lorsqu'on peut se changer" ou encore "Si tu ne veux pas te les geler, alors il te faut les protéger". A noter quelques exceptions, comme Bruno, par exemple. Il préfère enfiler des habits mouillés et froids, plutôt que de trimbaler un gros sac d'affaires. Pourquoi pas, en fait, je crois qu'il ne sait pas ce qu'est le froid.

**Ex. 2 :** Le bon navigateur sait que les rivières de ce pays sont froides toute l'année. Ainsi, le Rhône a une température moyenne de 7 degrés. 5 au plus

froid en janvier et 10 au plus chaud en juillet. Il en va de même pour les rivières fribourgeoises (merci <http://www.hydrodaten.admin.ch> ...).

Le navigateur efficace est donc celui qui arrive à rester au chaud au mois de juillet, comme en mars.

Il convient ici de couper court à une croyance qui se transmet de kayakistes en kayakistes: faire pipi dans la rivière avant de naviguer ne réchauffe pas l'eau. Ça soulage surtout la vessie.

Qu'on se le dise ! Ca fait aussi partir la peur avant de naviguer, ce qui fait penser à certain que le centre de la peur se trouve dans la vessie. D'autres prétendent qu'il se trouve dans l'intestin. Ce point fera l'objet d'un article documenté dans une prochaine édition. Nous allons présenter deux habits extraits de la collection privée de PH. Navigateur émérite, homme de grand goût et élégant par nature, il a accepté de nous montrer une partie de sa collection.

Tout d'abord, les chaussettes. Celles présentées ici sur la photo sont le modèle Armée suisse, achetée à l'Arsenal de Fribourg pour 5.- francs la paire. C'est le modèle courant utilisé par PH. Il possède également une autre paire, utilisée également pour la randonnée à ski. Elles ne sont portées que pour les grandes occasions : jours de fêtes et navigation dans le Val d'Aoste. Ces chaussettes grises, tissées avec amour par les paysannes des montagnes appenzelloises, présentent toutes les caractéristiques des authentiques chaussettes militaires : elles tiennent

chaud en été et froid en hiver, et provoquent des cloques dès que l'on doit marcher. De plus, elles sèchent très lentement, même lorsqu'elles restent exposées au vent et à la chaleur. Vous comprenez mieux pourquoi PH ne peut s'en séparer.

Deuxième habit que nous voulons présenter ici, c'est ce magnifique survêtement, type K-way, rose. PH ne met ni Helly Hansen, ni combinaisons néoprènes. Il dispose d'un stock inépuisable de pulls en laine, d'une part. D'autre part, la laine pique et sent beaucoup plus mauvais que tous les autres habits.

Beaucoup se moquent de lui, de nombre de pull et de collants qu'il trimbale, de leur mauvais état parce qu'ils ont rétréci ou qu'ils s'effilochent. MAIS lorsqu'il s'agit de lui en emprunter un parce qu'on a plus rien à se mettre et que tout est mouillé et qu'on aimerait bien être au sec : **A QUI ON DIT MERCI !?**

D'où vient ce magnifique pantalon k-way rose qui lui va si bien ?

La première fois qu'il l'a porté, c'est lors d'une randonnée à vélo : Biarritz - Perpignan. Randonnée qui a été perturbée par une méchante et intense pluie d'automne à la hauteur de Lourdes. Le magasin d'habits n'avait plus que ce magnifique pantalon rose imperméable à vendre. Certains prétendent qu'il a aussi acheté une statue de la Sainte Vierge qui s'allume la nuit et qui peut

se remplir d'eau bénite, au cas où. Pour en revenir au pantalon, PH se dit que :

1. personne ne le verrait, Lourdes est si loin de Fribourg,

2. il pourrait toujours faire le coup du miracle qui tombe à plat,

3. il pourrait l'utiliser pour naviguer. En kayak, en général, on ne voit pas les jambes. Et si ça peut tenir chaud, ça permettra d'être un kayakiste efficace !

Ce qui fut dit fut fait. Une fois le pantalon acheté, le soleil est revenu et après quelques heures, il n'était utile que pour le kayak. C'est ainsi que PH le porte, encore et toujours. Il a espéré que quelqu'un le rachète : personne, les gens sont si radins de nos jours. Que quelqu'un le vole : rien, trop visible. Que quelqu'un ne le rende pas, impossible c'est le seul pantalon rose de ce côté-ci de la Sarine. Qu'il l'oublie au bord d'une rivière : on le lui a toujours rapporté, etc. etc.

## Contact

Pour plus d'infos sur les sorties,  
des inscriptions tardives ou même  
simplement si vous avez fait un  
cauchemar cette nuit... appelez-  
nous !

Homer Pierre

Fixe: 026 469 0783

Natel: 079 704 6222

Alexandre Monteroso

Natel: 078 803 66 47

Marbacher Henri

Fixe 026 341 05 91

Natel: 079 918 50 30

Zurkinden Alain

Natel: 079 735 10 83

Waeber Samuel

Fixe: 026 401 05 41

Natel: 079 441 51 43

Nowak Benjamin

Fixe: 026 494 14 63

Natel: 077 434 13 59

Cas d'absence ou de coupure  
général du système téléphonique,  
notre site internet reste disponible:  
[www.kayakfribourg.ch](http://www.kayakfribourg.ch)

Adieu lecteurs.

Merci d'avoir lu ces pages et  
d'y avoir prêté attention.

Mais ne jetez pas cette feuille  
info. Si vous voulez la rendre  
heureuse pour la fin de ses  
jours, punaisez délicatement  
l'annexe dans votre placard  
et accordez lui quelques  
doux regards de temps en  
temps.