



# Pelle-Mêle

N° 44 SEPT/DEC 2011

© 04 79 36 02 90 - Internet : <http://avironaiguebelette.fr/>  
Courriel : [acla@laposte.net](mailto:acla@laposte.net)



**Tête de rivière de Cressins/Rochefort**

**Test ergomètre à La Motte-Servolex**

**Stage de ski de fond à Courchevel**

**L'Aviron-Club  
du Lac d'Aiguebelette  
6<sup>e</sup> club national féminin**



**Rex-Rotary**

# ESPACE



**La Baronnie**  
A seulement 10 min  
du lac d'Aiguebelette,  
50 enseignes à votre service



## PONT-DE-BEAUVOISIN

# BARONNIE

UN UNIVERS

DE PROFESSIONNELS A VOTRE SERVICE





Journée portes ouvertes



Stage de ski de fond à Courchevel



Séminaire SOFITRAL



Réception Aiguebelette et Lépin-le-Lac

- 4 - Journée plan nautique (collège de l'Épine)
- 5 - Le stage de Toussaint
- 7 - Régate d'Annecy-le-Vieux Tête de rivière de Cressins/Rochefort
- 9 - Test ergomètre La Motte-Servolex
- 10 - Les bonnes tables, hôtels, restaurants
- 11 - Le national à huit Avignon et Villefranche
- 12 - La vie du club (Assemblée générale)

**Crew Line®**  
Sports

Vêtements techniques  
Sportswear  
et Accessoires

Pour les CLUBS ET les PARTICULIERS

[www.crewlinesports.com](http://www.crewlinesports.com)  
BOUTIQUE EN LIGNE

Retrouvez nos articles dans notre boutique sur les bords du lac d'aiguebelette

Le Gojat - 73 470 NOVALAISE - Tel : 04 79 44 12 16

L'impression couleur de ce journal

est parrainée par



## Edito



Au cours de la saison écoulée, nos préoccupations étaient de nous voir dans l'obligation de licencier un des salariés ceci au cours de l'été dernier.

Nous avons maintenu les deux postes et obtenu cet automne le Plan Sport Emploi pour nous permettre de continuer notre travail et de développer le club. Frédéric Chevalier sera embauché par le CG de la Savoie sur la base d'aviron. C'est une excellente nouvelle pour lui. Pour nous, administrateurs, victimes de notre succès, il s'agit de déterminer au plus vite nos besoins et le profil de poste pour envisager son remplacement sur l'ACLA. Autant de réflexions à mener sur notre fonctionnement.

Dans l'attente de cette réponse que nous supposons être la plus adaptée, les bénévoles devront maintenir leur investissement. Tant sur le volet sportif qu'administratif. Le relais est à prendre pour ne pas être contraint à réduire notre activité. Je crois en la professionnalisation qui amène une expertise et un étayage du travail bénévole dans l'association, où chacun doit être partie prenante, néanmoins aux prises de sa propre activité, il est difficile de trouver le temps nécessaire au bon investissement. Pour soutenir ce service apporté par les professionnels, il est important de créer de l'événement, soutien à nos efforts pour la cohésion de l'association et ses brillants résultats sportifs.

Je vous souhaite à tous une excellente année 2012.

**Françoise Boucher**  
Présidente ACLA

## JOURNÉE PORTES OUVERTES - 10 SEPTEMBRE 2011

Pour la première année, la journée « portes ouvertes » s'est déroulée un samedi au lieu d'un dimanche de façon commune aux 4 clubs d'aviron de SAVOIE, afin de découvrir au plus grand nombre notre sport. D'ailleurs le Comité départemental a créé pour ce jour là une affiche pour promouvoir l'aviron en Savoie (voir photo). Merci à eux pour cette démarche cherchant à valoriser notre activité sportive, et par

la même occasion à initier de futurs adhérents.

Sous un beau soleil, un grand nombre de personnes a découvert l'aviron de 10h à 17h avec un pique nique face au lac pour reprendre des forces ! Une population très familiale et locale s'est initiée aux joies de l'aviron. Les bateaux découverts individuels ou à deux étaient en permanence utilisés. Les huit ou quatre « entreprise » ont eu

aussi un franc succès.

Cette journée a permis, par la suite, d'obtenir beaucoup d'adhérents pour cette saison et plus particulièrement des adultes en section loisir. Ce fut un moment fort agréable où l'ensemble des bénévoles et rameurs ont pu partager leur passion. Merci pour leur aide !

**Fred CHEVALIER**



## JOURNÉE PLAN NAUTIQUE - COLLÈGE DE L'ÉPINE - 4 NOVEMBRE 2011

Le vendredi 4 novembre 2011, le prestigieux collège de Novalaise a passé une journée à la base d'aviron.

Au programme:

- le matin: nous avons formé des groupes de 9 et nous avons fait des exercices sur la cohésion au sein de nos équipes (ce qui fut un succès). Après ce petit exercice, nous devons mettre en œuvre ce que nous avons dit. Direction le ponton pour mettre à l'eau les huit. Après un premier aller-retour jusqu'aux bouées métalliques (une catastrophe moi j'vous l'dit), nous sommes revenus sur le ponton pour noter nos prestations sur notre fiche de cohésion. Des résultats en baisse à chaque sortie (pour mon groupe spécialement) et une conclusion à laquelle je m'attendais : les élèves de ce prestigieux collège n'en font qu'à leur tête.

- le midi : nous avons bien entendu piqué-niqué dans la maison Dard car le soleil n'était pas au rendez-vous

(70 élèves dans cette maisonnette ça fait des dégâts). Au menu : sandwich à la dinde avec de la mayonnaise, tomates à la croque, tome de Savoie...(eh oui c'est la campagne à Novalaise).

- l'après-midi : Après ce festin, direction la grande salle pour un exposé préparé par « le musée du lac » pour nous faire connaître l'histoire de notre lac et des paysages alentours. Ce fut très intéressant (lol) comme on peut le voir sur la photo.

Étant désormais des incollables, un

challenge à l'ergo nous attendait (1000:9 mètres chacun). Les records sont tombés (1.23 pour le meilleur).

Conclusion : même dans les moments difficiles (mauvais temps, pique-nique de fortune, exposé très long) nous avons appris que la cohésion était la chose la plus importante dans un groupe. Merci au Conseil Général, au musée du lac, à l'ACLA et au collège de Novalaise d'avoir organisé pour nous cette petite journée.

**Lara GUILLEREZ**



# STAGES

## LE STAGE DE TOUSSAINT DU 29 AU 31 OCTOBRE 2011

Ce stage de toussaint fort enrichissant nous à permis de progresser , partager un moment convivial et agréable (bien que les derniers jours ce sont faits avec quelques courbatures).

Ce stage était composé de deux entraînements par jour, un le matin, un l'après-midi avec repas au club. La présence de minimes de plusieurs clubs de Savoie permettait l'entretien d'une

bonne ambiance couplée à des parties de footballs. Les minimes, plutôt nombreux ,privilégiaient les bateaux longs. Nous, les cadets, avons surtout ramé en skiff pour préparer la pige (parcours chronométré de 3500m). Elle a été reportée de quelques jour à cause de mauvaises conditions météo. Les résultats se sont avérés très encourageant et prometteur pour tous. Ce

stage nous a aussi permis de rapprocher les cadets de deuxième et première année pour former deux 4 de couples.

Au final, ce stage à permis une excellente préparation pour la pige.

Les quatre de couple cadets continuent de progresser avec pour objectif, les championnats de France.

**Zakaria Hogga  
et Rémi Viale-Moriaz**



Les stagiaires à la découverte du huit

# PRESTATION

## SÉMINAIRE SOFITRAL - 30 SEPTEMBRE 2011 - BASE D'AVIRON

3 mois après avoir acquis la société SAVHYDRO, chacun raisonnait encore « nous/eux ». Nous avons alors décidé de réaliser un évènement déclencheur, permettant de souder les équipes et réaliser les « ponts » nécessaires au bon fonctionnement d'un petite société comme la nôtre.

Sans trop d'hésitation, nous avons opté pour l'aviron et plus particulièrement Aiguebelette pour son cadre magnifique, ses conditions de pratique constantes et surtout son équipe d'encadrement professionnelle, compétente et... très écoutée par nos collaboratrices.

Premier pari : Réaliser une journée d'intégration à l'aviron un 30 Septembre. Pari réussi ! Un temps magnifique et une température estivale. Après un accueil sympathique avec café et croissant pour une mise en route en douceur, Fred nous a proposé un petit programme sportif basé sur les 3 mots clés autour desquels nous souhaitons organiser cette journée (*Communication, Cohésion, Efficacité*). Ludique, participative et claire, l'activité a non seulement été comprise et réalisée par tout le monde, mais chacun a tout de suite mesuré le parallèle avec

l'entreprise et l'intérêt de l'exercice. Il est vrai qu'un paper-board au bord du lac par 25°C est un outil de travail pour le moins agréable.

Un bilan aviron apprécié sur toute la ligne, certains ont même eu la chance de pouvoir ramer avec un champion olympique (merci Xavier). Pour finir, une sortie en huit a conclu en beauté ce travail de groupe.

Second pari : Déjeuner sur place. Pari réussi ! Grâce à l'excellente cuisine de (tu complèteras son nom !). Là encore, un grand bravo à l'organisation et à la réalisation. Un petit conseil : le sport, c'est avant le déjeuner ! Après, c'est impossible.

Nous avons pu ensuite bénéficier des installations du club pour réaliser notre après-midi de « travail ». Là encore, autour d'une présentation basée sur

nos mots clés. Fred est venu faire un parallèle avec l'aviron en entraînement et en compétition, afin de souligner les similitudes entre l'activité sportive et la compétition économique.

Des personnalités se sont découvertes lors de cette journée et l'objectif d'intégration a été un franc succès. Il y a un avant le 30 Septembre et un après ! Ce n'est plus eux/nous mais nous ! Comme peut en témoigner Jacques notre responsable du bureau d'études : « Vraiment une belle journée où l'échange et la connaissance de l'autre se sont installés. Les petits défis sportifs, l'organisation des bateaux et le travail sur les objectifs l'après-midi ont cristallisé notre groupe pour mieux avancer ensemble ».

**Xavier BORDIER**



Les séminaristes ravis de leur journée passée sur la base départementale d'aviron

# STAGES

## STAGE DE SKI DE FOND À COURCHEVEL - 19 AU 22 DECEMBRE 2011

Chaque hiver, nous participons à un stage de ski de fond afin de compléter l'entraînement hivernal. Cette année nous avons délaissé le petit chalet des rennes perdu dans les bois et les longues pistes de la Féclaz au profit d'une destination plus luxueuse : Courchevel !

Le stage s'est déroulé du 19 au 23 décembre, nous étions une quinzaine de rameurs et rameuses accompagnée de 3 entraîneurs : Fred, Alain et Xavier.

Les premiers jours nous avons skié sur la piste du Praz avec comme objectifs, une petite remise en jambes, quelques exercices techniques, et même le damage de la piste grâce à nos passages successifs. Toutefois comme la neige ne cessait de tomber, tout le travail fourni le matin était à recommencer l'après midi ! Lassés de tourner en rond et de damer cette petite piste nous avons finalement décidé de tester

une autre piste de ski de fond reliant Courchevel à la station de Méribel. Malheureusement la première fois où nous y sommes allés celle-ci n'était pas damée non plus mais Xavier et Fred ne sont jamais à court d'idées (folles) et nous ont donc aussitôt proposé de descendre une piste de ski Alpin ... en ski de fond pour descendre de Courchevel 1850 au Praz et ainsi continuer l'entraînement. Les moins expérimentés (ou peut-être les plus sages) ont préféré effectuer le trajet en télécabine. Cela était probablement plus raisonnable car cette descente périlleuse a coûté, une paire de skis à certains et de nombreux bleus à d'autres... mais malgré nos appréhensions et nos nombreuses chutes nous avons bien rigolé et nous en garderons de bons souvenirs !

La situation privilégiée de notre hébergement dans le centre de

Courchevel nous permettait de sortir le soir pour nous promener et regarder les vitrines : cela représente un avantage que nous n'avions pas à la Féclaz. Cependant un petit bémol pour le domaine de ski de fond de Courchevel beaucoup plus petit que celui de la Féclaz et plus difficile d'accès car nous étions obligés de prendre plusieurs navettes pour nous rendre au Praz.

On peut noter que pour la première fois nous n'avons pas eu à nous faire à manger après les entraînements ! ... Avec du recul la préparation du repas ne présente pas que des inconvénients car cela nous permet de nous soutenir, de nous entraider et la vie dans un petit chalet paraît plus « conviviale » car nous ne sommes pas séparés dans nos chambres. En outre après les sorties nous pouvons partager un gros goûte qui nous a un petit peu manqué cette année !!

Chloé



Le groupe de stagiaires



Chute d'Estelle



Forcément avec des skis de fond, la piste rouge de descente, ça l'a fait pas !!!



Xavier dans les sapins...

# RÉGATES

## ANNECY-LE-VIEUX - LA COURSE AUX PIQUETS

Après une matinée de courses bien remplie en yolettes, sur le bassin d'Annecy-le-vieux, un jeu plutôt particulier nous attendait par la suite. L'après-midi se présentait plus calme mais tout aussi riche en émotions.

Juste avant l'embarquement, les organisateurs nous ont expliqué le but de « la course aux piquets ». Nous devons faire un relais (faire un aller-retour après avoir tourné derrière une grosse bouée) avec 4 équipes principales composées de : benjamin(es) ; minimes et cadet(tes) d'équipes différentes. Il y avait 2 yolettes et 1 plate-forme par équipe. Chaque plate-forme

servait aux échanges des drapeaux. Pour bien commencer ce relais, ce sont les benjamins qui ont ouvert le bal. A peine la course avait-elle commencé que des écarts étaient faits. Une fois le premier bateau arrivé et le drapeau échangé, que le second bateau était déjà parti. Peu à peu tous les bateaux arrivèrent sur la rive pour débarquer leur équipage, où les autres rameurs attendant leur tour criaient, encourageaient et hurlaient sur les pauvres benjamins terrorisés.

Les tours s'enchaînèrent de plus en plus rapidement jusqu'au passage des cadets. Alors que nous partions le plus

vite possible pour rattraper notre retard, le barreur cria : « NONN !!! » il avait perdu notre drapeau à l'arrivée et à 5 mètres de la grosse bouée il cria de nouveau « pourquoi la barre ne marche pas ? » il avait cassé la barre et la bouée était pour nous ! Après cette rapide course, une autre équipe embarquait des cadets. Ils partaient bien droit, même un peu trop droit, ils ont fini échoués sur les rochers ! Finalement une journée bien remplie et avec de belles émotions, mais il est l'heure de repartir, direction : Aiguebelette.

**Yann CARRON**

## SÉLECTIONS

### TÊTE DE RIVIÈRE CRESSINS/ROCHEFORT - 12 et 13 NOVEMBRE 2011

Les 12 et 13 novembre s'est déroulée la tête de rivière de Cressins-Rochefort.

Le samedi, les cadets sur 4 km se sont démarqués à travers 4 skiffs avec une deuxième place de Clément GAIME à 9 secondes du premier ! Ensuite le quatre de couple prend la 1<sup>ère</sup> place à 1 seconde des premiers. Côté cadettes, Lara et Susannah en deux sans barreur finissent deuxièmes à une 1/2 seconde des chambériennes. La bataille s'annonce serrée au printemps prochain.

Le dimanche, les juniors et séniors filles courant sur 6 km ont participé à la première étape du chemin de sélection national en skiff; Evangéline 8<sup>ème</sup> à 1 seconde de la 1<sup>ère</sup>, Estelle 11<sup>ème</sup> et agathe blessé ! Concernant les séniors, Chloé et Esther en deux sans barreuse sont deuxièmes à 30 secondes.

Tous ses résultats sont prometteurs pour l'avenir.

**Estelle et Fred**

*Vous désirez insérer  
un pavé publicitaire*

Contact : **Colette Grubmenann**

☎ **06 88 70 29 38**



Le 2- SF montant au départ



Le groupe cadettes et cadets du samedi





# TESTS

## TEST ERGO LA MOTTE-SERVOLEX - 11 DÉCEMBRE 2011

Le dimanche 11 décembre 2011 a eu lieu au gymnase Pierre de Coubertin (La Motte-Servolex), le traditionnel test ergomètre de décembre.

Ce test fait partie des différentes étapes de sélections pour les équipes régionales ou même nationales. Il est aussi important pour les rameurs car il permet de comparer sa progression au fil des années et de connaître aussi son niveau de forme au milieu de l'hiver.

Ce contrôle d'entraînement fait partie des plus durs que les rameurs ont à faire durant leur saison, car l'ergomètre est une machine très physique sur laquelle on ne peut pas jouer sur la

technique pour aller vite. C'est pour cela que l'on dit souvent l'expression bien connue dans le jargon de l'aviron « l'ergomètre n'est pas le meilleur ami du rameur. ». C'est pour cette raison que les séances hivernales d'ergomètre paraissent si longues et si dures. Elles sont indispensables dans la préparation des rameurs.

Pour des raisons pratiques, certains clubs préfèrent faire leur test chez eux. Pour l'ACLA, 16 participants se sont rendus à La Motte-Servolex pour disputer un Open organisé par le club du CNCB et le comité de Savoie d'aviron. Cet Open rassemble une

dizaine de clubs de Savoie et de Haute-Savoie depuis maintenant de nombreuses années.

On retrouve dans cette compétition un niveau relativement bon car plusieurs membres des différentes équipes de France y ont effectué leur test.

Pour ce qui est de l'ACLA de bonnes performances et progressions ont été effectuées pour l'ensemble. On notera 5 podiums pour le club et surtout une excellente performance pour Susannah qui signe ce jour le meilleur temps national pour les cadettes de la génération 1997.

**Clément Gaime**



Vue d'ensemble des ergomètres et Clément GAIME dans l'effort



**ROSSI Michel**  
Agent RENAULT

Z.A. la Girondière  
73520 SAINT-BÉRON

**Tél. 04 76 31 15 34 - Fax 04 76 31 15 02**

**Allo Informatique**  
Christophe CHARPINE  
Dépannage - Sécurité 06.47.98.23.08  
Installation - Réseau 04.79.28.25.25  
24 av. L'Espérance - 73100 St-BALDORN - www.allo-informatique.com - contact@allo-informatique.com

**MOTOCULTURE SERVICE**  
**SARL BICHARD ET FILS**  
VENTE ET REPARATION TOUTE MARQUE  
MATÉRIEL AGRICOLE ET MOTOCULTURE  
Construction Agricole et Métallerie  
Magasin pièces de rechange - Aliment du bétail  
ZA Le Guigardet 73470 GERBAIX  
STIHL VIKING  
tél : 04.79.28.78.29  
fax : 04.79.28.79.47

*Vous désirez insérer  
un pavé publicitaire*  
Contact : Colette Grubmenann  
☎ 06 88 70 29 38

# Les bonnes tables, Hôtels, Restaurants

## Hôtel-Restaurant les «LODGES DU LAC»

Dans un grand parc au bord du canal, Katell et Yves vous proposent, dans une ambiance conviviale et chaleureuse :

- Son restaurant avec cuisine traditionnelle mise en œuvre par Lionel.
  - Ses 8 chambres «confort» très spacieuses (dont 3 familiales jusqu'à 4 personnes), ses 5 chambres dans un bâtiment annexe qui donnent sur le parc bordées par le canal.
  - Ses 7 chalets rustiques pour amoureux de la nature.
  - Sa piscine découverte.
  - Sa salle de séminaire.
  - Ses 2 tables de ping-pong, son aire de pétanque, sa barque en location.
- English spoken, wir sprechen deutsch, we spreken nederlands.

Ouvert toute l'année, 7/7 (en saison d'été), fermé le dimanche et lundi (hors saison d'été).

Menus de 13,50 € à 28 €  
Chambres de 50 € à 70 €  
La Curiaz - 73610 Saint-Alban de Montbel

☎ : 04 79 36 00 10  
Courriel : [bienvue@leslodgesdulac.com](mailto:bienvue@leslodgesdulac.com)  
Web : [www.leslodgesdulac.com](http://www.leslodgesdulac.com)

## Auberge de Mandrin

A 2 km du lac d'Aiguebelette, ouvert toute l'année, grosse capacité d'accueil pour votre groupe en hébergement et restauration dans notre petit village. Un cadre privilégié avec de nombreux atouts sport et détente.

73610 Dullin.

Renseignements et réservations :  
04 79 36 76 98

Courriel : [aubergedemandrin@wanadoo.fr](mailto:aubergedemandrin@wanadoo.fr)  
Site : [www.aubergedemandrin.com](http://www.aubergedemandrin.com)

## Centre de vacances «les Tilleuls»

A proximité du lac d'Aiguebelette, le centre de vacances "Les Tilleuls", vous donne rendez-vous dans le cadre prestigieux du massif de la Chartreuse et de l'Épine. Une terre de rencontres en pleine nature, ou vous serez séduit par la diversité du paysage et la richesse de son patrimoine.

Nous recevons les groupes en pension complète, les stages sportifs, classes de découverte, classes de lac, stages B.A.F.A.

73470 Ayn  
☎ 04 79 28 72 02 - Fax : 04 79 28 97 07  
E.mail : [tilleulsvac@aol.com](mailto:tilleulsvac@aol.com)  
[www.les-tilleuls-ayn.com](http://www.les-tilleuls-ayn.com)

## «Chez Michelin-Dufour»

Restaurant avec quelques chambres,  
*référéncé dans de nombreux guides.*

Sur une pointe dominant le lac, face au bassin d'aviron, terrasse panoramique, tradition, gastronomique autour du marché, foie gras et terrines maison, noix de St-Jacques en capuccino, spécialités de poissons frais, filet mignon de veau aux pleurottes, sorbets maison.

Le sommelier Jean-Philippe vous fera découvrir une carte exceptionnelle,  
*(citée dans le Gault et Millau).*  
Cave 500 références dont 120 vins de Savoie, 120 Vallée du Rhône etc..., 30 champagnes.

Menus de 24 € à 49 €

Simone à l'accueil  
Jean, chef de cuisine et Delphine  
et leur équipe vous réserveront le meilleur accueil.  
Anglais parlé.

Fermeture hebdomadaire :  
- mardi soir et mercredi d'Avril à Septembre.  
- mardi et mercredi d'Octobre à Avril.

Rive Est du lac. «La Combe»  
73610 Aiguebelette

☎ 04 79 36 05 02 - Fax 04 79 44 11 93  
Mail : [chezmichelon@nordnet.fr](mailto:chezmichelon@nordnet.fr)  
Internet [www.chez-michelon.fr](http://www.chez-michelon.fr)

## Le Beau Rivage

Le Port - 73610 Aiguebelette-le-Lac  
Rive Est

☎ 04 79 36 02 19 - fax 04 79 36 04 22

ouvert du 1<sup>er</sup> mars au 30 novembre

Menus à partir de 19 €

CB, chèques vacances et tickets resto acceptés

Accès handicapés.

Terrasse au bord du lac, plage à proximité.

Spécialités poissons de lac, fritures, grenouilles, foie gras maison, pièce de bœuf à la crème de reblochon, spécialités savoyardes, fondues, tartiflette.

[www.beaurivage-aiguebelette.com](http://www.beaurivage-aiguebelette.com)

## Restaurant Berthet

Les Belles Rives - Maison Berthet  
Rive EST, côté montagne  
73610 Aiguebelette-le-Lac

☎ 04 79 36 05 03 - Fax 04 79 44 10 22  
Mail : [lesbellesrives.wanadoo.fr](mailto:lesbellesrives.wanadoo.fr)  
Internet : [www.bellesrives-berthet.com](http://www.bellesrives-berthet.com)

Bienvenue dans ce restaurant fondé en 1936. Sa situation exceptionnelle et ses terrasses ombragées vous enchanteront.

Salle panoramique sur pilotis, terrasses fleuries au bord du lac, vue imprenable sur le lac, accès normes handicapés.

Une 2<sup>e</sup> salle équipée vous permet d'organiser vos séminaires et repas de groupe.

Cuisine traditionnelle : poissons de lac, friture, perchots, cuisses de grenouilles pour les spécialités. Menus spéciaux pour événements, repas de groupe.

Ouvert mi-mars à mi-novembre.

Menus de 19 à 42 € plus carte.

Chèques vacances et tickets restaurant acceptés.



AREA



Avenir MOTOS  
• VENTE •  
• DÉPÔT-VENTE •  
• RÉPARATIONS MULTI-MARQUES •  
MOTOS • SCOOTERS • QUADS • ACCESSOIRES • TEXTILE  
Z.I. La Baronnie  
73 330 Pont de Beauvoisin  
Tél : 04 76 31 27 01  
[avenir.motos@orange.fr](mailto:avenir.motos@orange.fr)



Camping des Champanes

Sylvie et Michel BASILE

Camping avec plage privée - Location de mobile home

Lac d'Aiguebelette  
73470 NANCES

Tél. : 04 79 36 04 76  
Fax : 04 79 44 12 06



BOISSONS - COMBUSTIBLES  
CAVES  
BILLON  
LA BRIDOIRE 04 76 31 10 27

## Camping des Chavannes\*\*\*

Camping caravanning à 1 km de la base d'aviron.  
Locations de chalets et mobil homes. Piscine chauffée  
Ouvert du 1<sup>er</sup> avril au 31 octobre

Cécile et Patrick DAMIAN-TISSOT

Le Neyret

73470 NOVALAISE

Tél. : 04 79 36 06 38 - Portable 06 12 63 96 78  
Fax 04 79 36 04 92

E-mail : [camping.des.chavannes@wanadoo.fr](mailto:camping.des.chavannes@wanadoo.fr)  
[www.camping-des-chavannes-lac-aiguebelette.com](http://www.camping-des-chavannes-lac-aiguebelette.com)



La Cidrerie de Savoie  
MARMET Père & Fils  
ZA du Goutier  
73470 Novalaise  
tel-fax : 04-79-28-78-32  
e-mail : [contact@cidrerieinsavoie.com](mailto:contact@cidrerieinsavoie.com)  
[www.cidrerie-de-savoie.com](http://www.cidrerie-de-savoie.com)

# NATIONAL

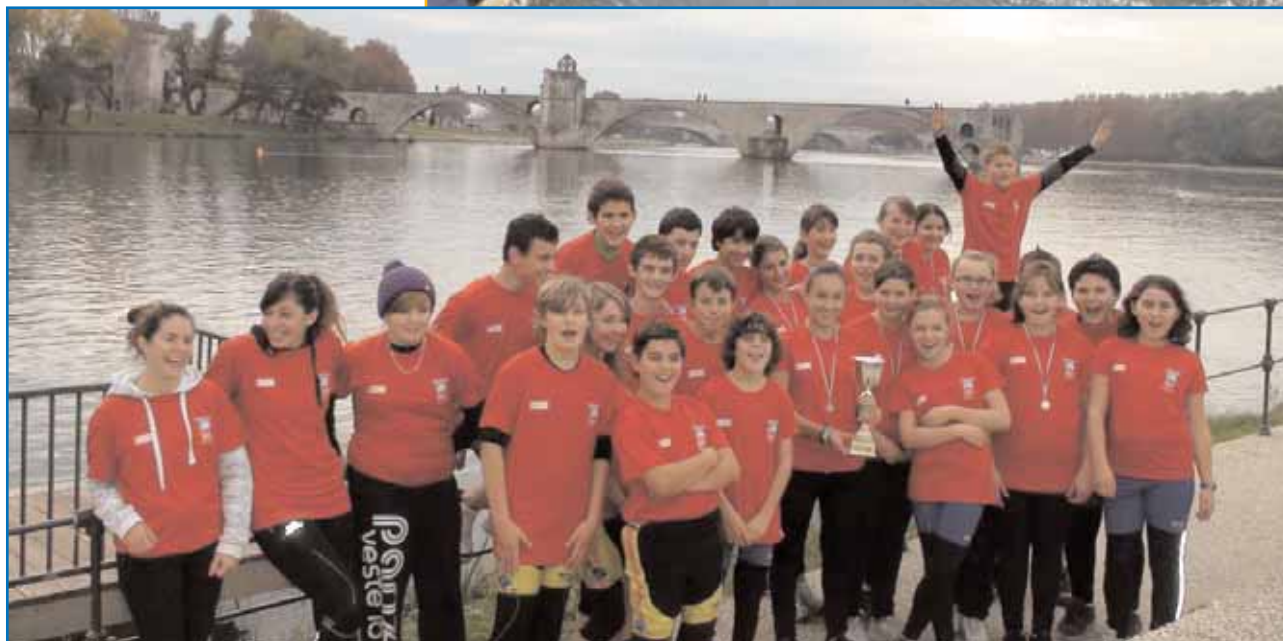
## LE NATIONAL À HUIT - AVIGNON ET VILLEFRANCHE - 20 NOVEMBRE 2011

Les 19 et 20 novembre nous étions à la Tête de Rivière d'Avignon pour la fête du national à huit sous les couleurs du Comité de Savoie Aviron. Il y avait une très bonne ambiance avec les rameurs et rameuses de l'APP (Yenne) et d'Aix les Bains. Il faisait assez froid mais cela ne nous a pas empêché de bien ramer. Le huit filles remporte sa compétition ! Donc c'était génial même si deux huit du Comité ne l'ont pas emporté, très bon week-end. Cet événement nous a montré que même si on perdait ou gagnait, on ne devait jamais baisser les bras !

En ce même week-end avait lieu la tête de rivière de Villefranche-sur-Saône. Les cadettes d'Aiguebelette (Juliette, Lara, Susannah et barreuse Katya) ont fait un huit avec 5 rameuses du Cercle de l'aviron de Lyon ou elles ont fini premières ! Belle prestation sur 4 km pour des rameuses qui n'avaient pas ramé auparavant ensemble.

### Les minimes filles

A droite, la mixte cadette ACLA et CA Lyon  
en bas, les jeunes en Avignon



**Super U**  
**Pont de Beauvoisin (Z.I. Baronnie)**

☎ 04 76 37 38 39

Horaires d'ouvertures :  
du lundi au samedi de 8h30 à 20h00  
Station essence : 24h/24h – 7j/7j



# LA VIE DU CLUB

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Le site d'Aiguebelette accueillera les Championnats du Monde 2015, c'est un honneur.

Nous pouvons attendre de cet évènement qu'il impacte le développement et le fonctionnement du club.

Cette saison encore, l'Aviron-Club du Lac d'Aiguebelette se positionne à la 6<sup>e</sup> place au classement national féminin. J'adresse nos remerciements

à nos jeunes rameuses et aux entraîneurs, salariés et bénévoles. Je souhaite que nous puissions maintenir ce niveau et que la perspective 2015 favorise le recrutement de jeunes athlètes. La vidéo que nous a proposée Frédéric est un moment de belles images et de grande fierté rétrospective. J'encourage nos jeunes athlètes à donner encore le meilleur pour leur plaisir et le rayonnement de notre club en France et à l'étranger.

Comme souhaité en 2011, les commissions organisées par secteurs nous rendent compte de leurs actions et de leurs projets. Il est important que chacun à l'occasion de cette assemblée ait fait vivre ses efforts, les difficultés rencontrées et son désir d'aller plus loin, encouragé par la communauté.

**Françoise Boucher**  
Présidente ACLA



L'assemblée et le rapport des commissions



# Rex-Rotary

**Conception et réalisation : Emmanuel COLÉ**

*avec la participation de :*

Textes : Françoise, Clément, Chloé, Estelle, Lara, Zakaria, Rémi, Susannah, Fred, Xavier Bordier, Yann, les minimes filles

Photos : Frédéric Chevalier, les membres du club

Tirage à 250 exemplaires. Photocopies 