

Sommaire Newsletter

1. Ordre du jour	1
2. Rapport du président	2
3. Rapport du directeur technique	3
4. Rapport section Juniors/Jeunesse	7
5. Ecole de Triathlon	8
6. Camp de Pâques 2007	9

Quand?	Vendredi 7 décembre 2007
Où?	Salle de presse Aéroport International de Genève
Heure	18h30
Repas	dès 20h à la brasserie 'Le Cockpit' 2ème étage de l'Aéroport International de Genève uniquement sur inscriptions

Feuilleté tiède de champignons sur lit de salade de saison



Rôti de dinde au jus d'estragon

Gratin de pommes de terre à l'infusion d'herbes



Fondant mousseux aux trois chocolats,
crème légère à la vanille

Prix	CHF 40.- / personne (Juniors = CHF 35.-) inclus Kir + eau minérale/soda (1 bouteille/2 pers.) + café/thé
-------------	---

Nous vous prions de confirmer votre présence **avant le samedi 1 décembre** auprès d'**Eric Monnot**,
e-mail: eric.monnot@bluewin.ch ou par sms au no de
téléphone suivant: 076 554 6329 – n'oubliez pas de
laisser votre nom et le nombre de personne que vous
inscrivez ;-)

1. Ordre du Jour

18h30 signature des feuilles de présence et contrôle de
vos données personnelles

- 18h45
1. Accueil/Scrutateurs/Membres
 2. Approbation du procès-verbal de l'AG 2006*
 3. Etats des membres, admissions, démissions
et radiations
 4. Rapport du président
 5. Rapport du directeur technique
 6. Rapport d'activité de la section Juniors/
Jeunesse et de l'Ecole de Triathlon
 7. Rapport du trésorier et des vérificateurs des
comptes**
 8. Approbation des différents rapports
 9. Fixation du montant de la cotisation 2008
 10. Budget 2008 et approbation
 11. Elections vérificateurs des comptes, comité et
président
 12. Informations des différentes commissions
 - a) camp de Pâques
 - b) Team Elite
 - c) habits 2008
 - d) autres
 13. Mérites sportifs et récompenses
 14. Propositions individuelles (si reçues dans les
délais)
 15. Présentations des sponsors officiels 2008

20h00 fin et déplacement vers le 'Cockpit'

20h15 Apéro et repas (**uniquement** sur inscriptions)

* disponible sur www.trigeneve.ch sous la rubrique 'Club'

** compte d'exploitation et bilan présentés à l'AG disponibles sur
demande dès le 1 décembre > trigeneve@bluewin.ch

2. RAPPORT DU PRESIDENT - Eric Monnot

L'année 2007 reste semblable aux années précédentes dans son ensemble et nos engagements ponctuels ont été les mêmes (voire rétrospective 2007).

J'aimerais revenir sur deux sujets qui reflètent bien l'ambiance actuelle de notre club.

L'un, source de satisfaction, est la mise en place de notre structure technique accompagnant nos membres actifs. Performante, elle attire chaque semaine de nouveaux membres qui veulent en bénéficier.

L'autre sujet est plus délicat. Malgré un encadrement de qualité, notre section Jeunes est en perte de vitesse. Envies par nos voisins romands il y a quelques années, les rôles sont aujourd'hui inversés.

Notre sport n'est pas à classer dans les activités «délire» et motiver nos jeunes qui traversent leurs soucis d'adolescent, reste difficile pour une structure qui repose principalement sur le bénévolat. Dès lors, pourquoi ne pas nous investir, nous adultes, dans les limites de nos moyens, à donner de notre temps, pour encadrer cette jeunesse?

Si ce dernier paragraphe vous interpelle, prenez contact avec Cathy Arsich, elle vous en sera reconnaissante.

Je quitterai la présidence en décembre 2008, en m'impliquant dans un dernier challenge, conduire le comité du Triathlon International de Genève (TIG).

Me Baudoin Dunand a désiré, après l'édition 2007 du TIG, mettre un terme à 15 années de présidence. C'est tout naturellement vers le Triathlon Club de Genève, qu'il s'est tourné pour assurer la pérennité de cet événement. Sans trahir de secret, équilibrer le budget a toujours été la croix et la bannière. Le nouveau comité y travaille depuis le mois d'août.

Pour réaliser une édition de qualité, nous devons compter sur l'appui inconditionnel de l'ensemble des membres de notre club et je vous demande déjà de réserver les dates du 16 – 17 août 2008. Votre présence est obligatoire !

Vient le moment de remercier l'ensemble du staff technique pour l'excellent travail effectué, les membres du comité, notre webmaster, les entraîneurs pour leur dynamisme et vous tous qui vous êtes impliqués dans différentes manifestations sportives.

Vive le Triathlon Club de Genève et le Triathlon International de Genève

Rétrospective 2007 (liste non exhaustive)

- Stand Triathlon Club de Genève à la course de l'Escalade.
- Bénévoles dans diverses manifestations : Kids Triathlon, Marathon de Genève, Loto à la salle des Asters, Triathlon International de Genève
- Implication dans l'organisation du Triathlon International (merci Charly et Christophe) + stand de promotion
- Représentation à la l'Association Genevoise des Sports et à l'Union Vélocipédique Genevoise
- Implication de plusieurs membres auprès de Swiss Triathlon, comme arbitres ou délégués techniques.
- Formation J+S pour certains, formation Swiss Olympic pour d'autres
- Deux camps d'été organisés sous l'égide du Service des sports de la Ville de Genève. Un grand merci à Jean-Marc et ses moniteurs
- Magazine 2007
- Organisation d'un pique-nique. Merci Cathy pour l'initiative.
- Forte représentation dans les diverses courses officielles des membres du TCG.
- Plus de 240 membres.

David Farré étrenne la nouvelle tenue du club lors du Triathlon International de Genève



3. RAPPORT DU DIRECTEUR TECHNIQUE

Stéfane Mauris

Nb: les informations relatives à la section Juniors/Jeunesse seront traitées plus en détails dans le rapport de ses responsables.

La saison 2007 s'achève. Oubliés les douleurs, les courbatures, les rictus de l'effort, les désillusions. Reste les souvenirs d'une ligne d'arrivée franchie, de la fierté pour un temps ou une place acquise de haute lutte. Des souvenirs qui nous emportent vers les désirs pour la saison prochaine.

A) Analyse VW-circuit & Youthleague de la Fédération suisse de Triathlon

Ce type d'analyse a pour objectif de tenir des statistiques sur l'évolution de l'activité des membres du club d'une saison à l'autre et, aussi dans une certaine mesure, de mesurer l'enthousiasme et le dynamisme de notre club.

Cette saison 2007 marque un sérieux retour en arrière dans la participation de nos membres à l'un des circuits officiels de SwissTriathlon (VW-Circuit, Youthleague). Dans certains cas, il faut remonter à 2004 pour trouver des valeurs identiques. Le retrait de quelques personnes fort actives par le passé pèse lourdement sur les statistiques présentées ci-dessous.

Vous avez été 48 à vous classer à au moins une des courses des circuits de SwissTriathlon, ce qui représente une diminution de 25% par rapport à la saison 2006. La baisse est générale à toutes les catégories analysées. Néanmoins, les deux catégories qui avaient connu la plus forte progression l'année dernière, enregistrent une baisse significative par rapport à la saison dernière ('Femmes Adultes' -64% et 'Jeunes Hommes' -40%) pour revenir à des niveaux identiques à ceux enregistrés en... 2003.

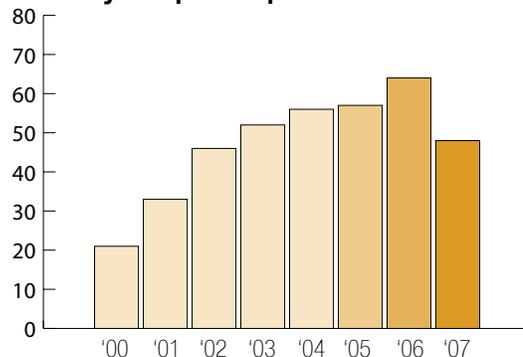
En conséquence, les hommes représentent aujourd'hui 88% des compétiteurs prenant part à un départ d'une épreuve VW-Circuit/Youthleague, une proportion en forte hausse par rapport à l'année précédente (73.4%).

Les membres du Triathlon Club de Genève ont été classés sur 133 courses 'officielles', soit seulement 68% des valeurs de l'année précédente.

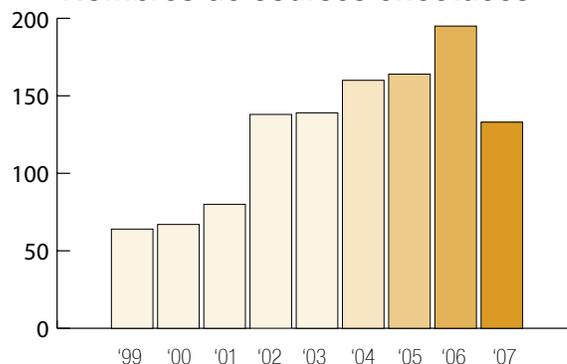
En 2007, la longue distance a attiré 18 triathlètes du club. Un nombre supérieur d'une unité à l'année précédente et qui reste plus ou moins constant sur les quatre dernières années.

Comme vous le savez déjà, il n'existe pas de statistiques officielles des épreuves hors circuits (p.ex. Short Distance). Néanmoins nous avons relevé qu'au moins 42 membres supplémentaires ont participé à l'un ou l'autre des triathlons organisés dans la région (soit +20% par rapport à la saison dernière).

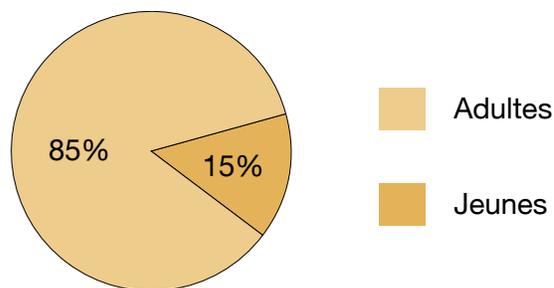
Circuits TRI 2007 Membres ayant participé à 1 course au moins



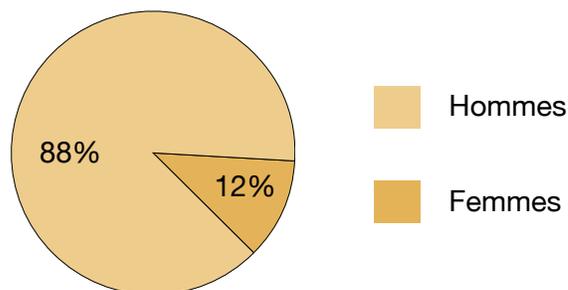
Circuits TRI 2007 Nombres de courses effectuées



Circuits TRI 2007 Répartition par classe d'âge



Circuits TRI 2007 Répartition par sexe



Additionné aux triathlètes ayant participé aux circuits officiels, le total des membres ayant pris le départ d'un triathlon se monte à près de 90, en régression de 10% par rapport à l'année dernière, et la ligne d'arrivée a été franchie plus de 100 fois.

Le ratio d'actif dans notre club est en régression (38% contre 42% en 2006).(base calcul 240 membres).

Nous attendrons les chiffres 2008 pour tirer des conclusions sur les chiffres présentés ci-dessus. Néanmoins, il semblerait que notre club s'oriente vers le triathlon 'populaire' ou le triathlon 'longue distance' plus que le sport 'performance' et une participation régulière aux manches des circuits SwissTriathlon.

Merci à tous d'avoir fièrement porté les couleurs de votre club en 2007 et bonne chance pour la saison prochaine où nous espérons voir les chiffres repartir vers le haut.

*PS: n'oubliez pas de vous inscrire sous
Triathlon Club de Genève*

B) Performances de la saison 2007

Les podiums ne sont pas, et de loin, la seule source de satisfaction et de motivation de notre club. Que vous terminiez premier ou dernier, que vous ayez déjà plus de 100 courses derrière vous ou que vous mettiez pour la première fois un dossard sur le dos et votre vélo dans une zone de transition nous importe peu. La seule chose qui compte est que vous preniez plaisir à participer, à vous dépasser pour atteindre vos objectifs, à vous rencontrer sur les courses, à vous identifier à votre club.

Toujours est-il qu'il nous faut mettre certains résultats 'sportifs' en avant par rapport à d'autres. La saison 2006 avait été une saison exceptionnelle et nous savions qu'il serait difficile de confirmer. Et pourtant::

Championnats suisses:

- Nous n'avons pas réussi à conserver le titre de champion suisse par équipe chez les hommes. Cette année, l'équipe formée de Jean-Marc Dunand, Sandro Occhilupo, Christophe Kolly, Eric Dumauthioz et Laurent Schiess ramène une très belle médaille d'argent.
- Sur le plan individuel, Louis Ackermann égale sa performance de 2006 en terminant vice-champion suisse de sa catégorie d'âge. Dommage que Stéphane Grandjean n'ait pas remis son titre en jeu en AK1... Chez les femmes, superbe médaille de bronze de Joëlle Ettinger.

Circuits Dua- & Triathlon

- Pour la Xème fois, Jean-Marc Dunand remporte le circuit suisse en AK1 (4ème overall et établissant par la même un nouveau record de points pour le club) et

ce en préparant également un Ironman. Dans la même catégorie, Stefan Doeberl termine à une très belle 7ème place.

- Louis 'une course par week-end' Ackermann remporte la Swiss Duathlon Cup en AK3, termine second du VW circuit, et a lui aussi franchi la ligne d'un Ironman cette saison. Infatigable.
- Emmanuelle Lambelet termine seconde du VW-circuit Juniors féminines à égalité de point avec la première (mais avec un plus mauvais premier résultat biffé).

Autres performances...

- Cette année encore, vous avez été très nombreux à participer à un effort de longue distance. Honneur aux dames: Cathy Arsich et Joëlle Ettinger ont participé au Gigathlon 2007 dans la catégorie couple-trois jours: 614.5 km de natation, vélo, vtt, in-line et course à pied et termine à une 2ème place de la catégorie couple-femmes.
- Jo Koster termine 4ème (scratch) à l'Ironman de Lake Placid (9h33') et Patrick Plé à Zürich (9h12' – 21ème scratch et 2ème de sa catégorie). Patrick s'en est allé à Hawaii et termine le mythique triathlon en 9h42'. Deux Ironman qui ont été accompagnés cette année par 16 autres dont les novices: Siobhain Duggan, IronMichael Wild, Patrick Sottas, Arnaud Riat, Louis Ackermann, Damien Legré, Cédric Rouffy, Damien Grandjeanny,
- Dans la série Ironman 70.3, à noter la qualification pour la finale qui aura lieu début novembre de Stéphane Grandjean et Olivier Bourlon. A noter les débuts sur cette distance de David Farré, Fabrizio Scardino, Tom Stanley et Lisa Rogers, Cris Nakano.
- Pour terminer le chapitre longue distance, chapeau bas à Régis Rapin qui termine l'exigeant Embrunman en un peu plus de 13h ou à Isabelle Friedli qui termine à une magnifique deuxième place au Half-Ironman de Dijon
- Cris Nakano, Janet Ackermann et Carole Blumer sont montés sur les podiums de leurs catégories respectives en Short Distance.

www.

trigeneve
.ch

Sport Elite

Comme annoncé lors de la dernière AG, l'année 2007 devait être une année de transition. Et, pour de multiples raisons, elle le fut réellement.

Tout d'abord, au niveau administratif, tout l'effort a été placé dans la mise en place d'un système de primes à la performance qui vous sera présenté et qui sera effectif dès janvier 2008. Il apparaît que ce système simplifiera les choses. Plus besoin de commission de sélection. Le comité se réservant bien sûr la possibilité d'octroyer occasionnellement appui financier ou matériel.

Ensuite, au niveau performance également, ce fut une période de transition. Peu d'excellents résultats à se mettre sous la dent. Aucun top 20 en coupe d'Europe, aucun top 5 sur circuit pro national. 2007 est donc en nette régression au niveau performance de haut niveau, démontrant si besoin est, la difficulté qu'il y a à atteindre le très haut niveau. Pour les personnes telles que McLaren, Luthy ou Herzig qui visaient ce niveau, à savoir au moins participer à des coupes d'Europe, des problèmes d'ordre médical ont plombé leurs performances.

Les McLaren, Luthy, ou Herzig qui visent à participer à des courses de coupes continentales européennes, se rendent compte du fossé qui les séparent de ce niveau et du travail à fournir pour atteindre leurs objectifs.

David Herzig est peut-être le seul à avoir un peu sauvé sa saison, grâce à une troisième place à Lausanne, pas loin de Gacond, coureur de l'équipe suisse habitué des coupes du monde, et une victoire à Vevey, des courses néanmoins d'importance mineure dans le calendrier national. Cela va certainement le motiver à repartir de plus belle pour une nouvelle saison.

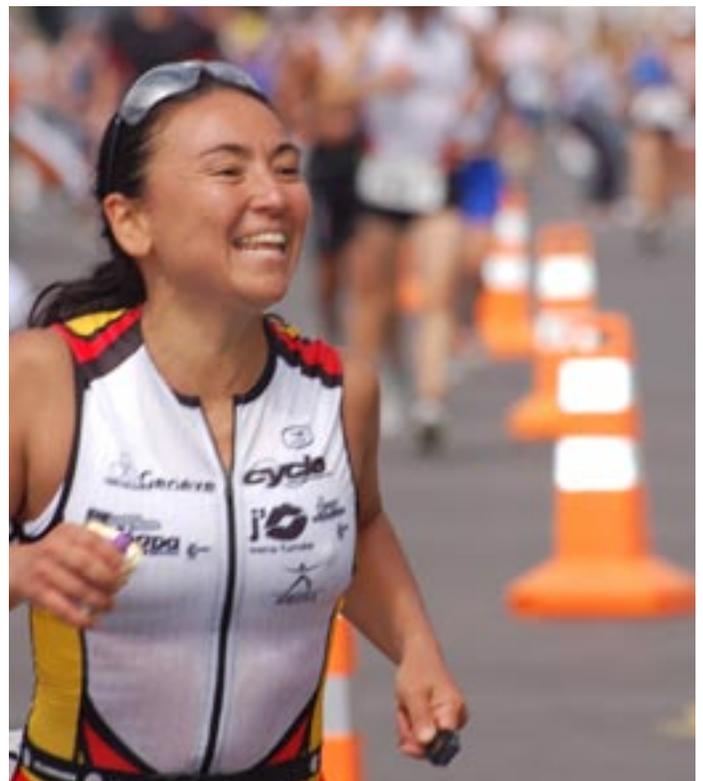
Robert McLaren, tout comme Tim Don, son compagnon d'entraînement en Afrique du Sud, a été victime d'un virus en fin de stage et n'a pas réussi à se remettre à niveau.. Gros échec à digérer et une nouvelle motivation à retrouver pour 2008. Cela semble être en cours de construction. On peut toujours apprendre même des échecs.

En étudiant les résultats de cette année, il faut constater que, malheureusement, il faudra à nouveau ne compter que sur les athlètes pré-cités pour espérer des participants à un niveau coupe d'Europe. Les jeunes sont trop jeunes encore Et les adultes s'orientent inmanquablement vers l'expérience ironman.

Et comme il s'agissait d'une période de transition, encore un mot pour les performances de Jean-Marc Dunand, membre du feu Team Elite, qui a réussi lors de départs communs entre AK1 et Pro, à faire jeu égal avec les coureurs de la catégorie PRO.

TABLE DES RECORDS DE POINTS AU CLUB

Catégorie	Nom	Points	Année
Pro ♂	MacLaren R. Gremaud J.	638	2005
Pro ♀	-	-	-
Adultes ♂	Dunand J.-M.	4910	2007 NEW
Adultes ♀	Koster C.	4654	2005
Juniors ♂	Gothuey F.	3941	2004
Juniors ♀	Lambelet E.	586	2007 NEW
Youthleague ♂	Dällenbach A.	595	2005
Youthleague ♀	Lambelet E.	565	2006



Cris 'Brazilian Bullet' Nakano sur les quais d'Ouchy

C) Entraînements 2008

Le comité tire un bilan positif de la première saison d'activité du 'Pool d'Entraîneurs'. La fréquentation des séances natation, course à pied, ou vélo est très bonne, nous n'avons pas reçu de commentaires négatifs de votre part, et les entraîneurs se sont montrés flexibles pour des remplacements au pied levé. Nous tenons donc à exprimer nos plus vifs remerciements à toute l'équipe pour le travail effectué aux bords des bassins, sur une piste d'athlétisme ou sur les routes genevoises (Cathy Arsich, Eric Dumauthioz, Charly Haymoz, Christophe Kolly, Damien Legré et Christophe Parent). Merci de partager vos compétences et votre enthousiasme. Nous profitons de l'occasion pour étendre ces remerciements aux personnes encadrant nos jeunes (Jean-Marc Dunand, Pierrot Lambellet, Fabien Gothuey et Olivier Bourlon qui a rejoint le groupe dans le courant de l'année dernière).

La grille d'entraînement est identique à l'année dernière. Les principales modifications sont les suivantes:

Natation:

- Selon la fréquentation, il nous est possible de mettre une ligne supplémentaire le mercredi soir dès 20h30 pour effectuer un travail de meilleure qualité
- Nous invitons les débutants/moyens à venir le vendredi soir aux Vernets. Nous avons obtenu l'autorisation de nager dans le bassin de 50m s'il n'y a pas de match de water polo.
- Nous disposons de 4 lignes le samedi matin jusqu'à l'ouverture au public.
- Nous vous rappelons que nous offrons aussi des cours de natation individuels pour tous moyennant financement supplémentaire. Plus de renseignements en envoyant un mail à trigeneve@bluemail.ch ou auprès de vos entraîneurs au bord du bassin.
- Nous proposons aussi des samedis 'atelier' aux bassins des Pâquis. (cf. encadrés)
- Tous les entraînements natation sont encadrés par un des entraîneurs du pool.

Vélo:

- Les entraînements vélo pour débutants/moyens ont été régulièrement suivis tout au long de la saison. Ils seront reconduits dès le printemps prochain. Rejoignez Christophe Kolly pour découvrir Le Pays Genevois et certains aspects techniques du vélo. Nous vous tiendrons informés au travers du site internet.

Course à pied:

- Nous vous rappelons que durant la pause hivernale, l'entraînement du mardi soir a lieu en salle à l'école de Trembley et est dédié à la condition physique générale



Philippe Gilliéron sous les couleurs helvétiques aux Championnats d'Europe à Copenhague

(circuit training, renforcement musculaire, technique de course) de 18h à 19h30.

- Les entraînements en plein air débutent à 18h00. Néanmoins, il vous est également possible de vous présenter dès 17h30 sur rendez-vous pour pouvoir bénéficier des conseils du coach.

Vous trouverez en annexe la table des entraînements pour la saison 2007/2008 et termine cette section en remerciant le Service des Sports de la Ville de Genève pour les superbes infrastructures mises à notre disposition.

D) Divers

- "Chacun peut être grand, car chacun peut servir", disait Martin Luther King. Grâce à l'engagement d'un bon nombre d'entre-vous, nous avons pu mettre sur pied ou donner un sacré coup de main à certains organisateurs en leur fournissant des bénévoles pour la bonne marche de leur compétition, pour faire vivre la communauté du triathlon. Sans vous, rien ne serait possible. Merci pour tout et merci d'avance pour vos engagement futur car nous aurons besoin de vous l'année prochaine.
- En 2007, Patrick Sottas et moi-même avons officié en tant que coordinateurs de l'arbitrage pour la Suisse Romande. Nous remercions tous les membres du club qui ont officié comme arbitres en 2007 et vous invitons à partager cette expérience dès l'année prochaine sur le VW-Circuit ou sur l'Ironman de Zurich. Contacter Patrick ou Stéphane à travers le club.

Je termine ce rapport en vous remerciant, athlètes et parents pour votre bonne humeur et votre engagement lors des courses, entraînements. Vous êtes notre source de motivation et notre crédibilité vis-à-vis de nos partenaires.

Bonne saison 2008 à tous.

AGENDA

Samedi 10 novembre 2007 - analyse vidéo en natation (Séance n° 1), piscine des Pâquis de 16h à 18h.
Inscriptions auprès de Christophe Parent par email
coachtriathlon@club-internet.fr

Samedi 17 novembre 2007- analyse vidéo en natation (Séance n° 2), piscine des Pâquis de 16h à 18h.
Inscriptions auprès de Christophe Parent par email
coachtriathlon@club-internet.fr

Samedi 15 décembre 2007 - séance d'Aqua-jogging et d'Aqua-fitness, piscine de Pâquis de 16h à 18h
suivi d'un petit verre dans un pub environnant .Pour plus d'informations, n'hésitez pas à contacter Christophe Parent, via email coachtriathlon@club-internet.fr

A fixer, un atelier papillon, une sortie ski-de-fond (normalement début février)

VW-Circuit 2008 (Provisoire)

8 Juin 2008	Seelandtriathlon Morat
14-15 Juin 2008	Zytturm Triathlon Zug
29 Juin 2008	Skinfit Sempachersee-Triathlon
6 Juillet	Soleure
12 Juillet	Zürich
9-10 Août	Nyon
17 Août	Genève
24 Août	Uster

N'oubliez pas de demander votre accès personnel pour la partie réservée à nos membres.

Entraînement en ligne, articles techniques et forum de discussion sur les sujets de votre choix.

**www.
trigeneve
.ch**

RECHERCHONS PHOTOS (argentiques/ digitales) de qualité (300ppi) pour illustrer le magazine 2008. Si vous avez des photos de triathlètes en **habit du club**, merci de contacter Stéphane Mauris où de les remettre lors de l'AG.

4. RAPPORT 'GENEVA EAGLES' (Juniors - Jeunesse - Ecole de Triathlon) Cathy Arsich

L'année 2007 a été une année creuse. Plusieurs jeunes ont quitté le club et nous avons eu que très peu de nouveaux inscrits. Avec déjà une dizaine de nouveaux, la saison 2008 ne sera que meilleure.

Les entraîneurs sont toujours très motivés. Olivier Bourlon donne l'entraînement de course à pied le jeudi soir au Bout-du-Monde et s'est investi dans le coaching des jeunes lors des courses et la promotion de notre section. Fabien Gothuey, qui malgré ses études, s'occupe de l'entraînement de natation du mercredi soir à Tivoli. Pierrot Lambelet entraîne le vélo, Jean-Marc Dunand la natation du mardi soir à Varembe (et s'occupe également de toute la gestion financière de la section), et moi-même la natation du lundi soir aux Vernets. Je tiens aussi à remercier Christophe Kolly et Stéphane Grandjean qui sont toujours présents pour nous aider si le besoin se fait sentir.

Parlons de nos jeunes... Malgré la baisse des effectifs et de la fréquentation lors des compétitions, les résultats sont toujours meilleurs.

Tous les jeunes ne font pas forcément de la compétition. Nous avons aussi quelques jeunes très régulier aux entraînements et fidèle depuis déjà plusieurs années, comme Vinesh Favre, Nicolas et David Gilomen ou encore Vincent Ulrich mais qui ne font pas de courses.

Le groupe des plus jeunes

Julien Plourde (Ecolier 1) termine 1er aux Championnats Suisse (CS) de Duathlon, 3ème aux CS de Triathlon et



Ben oui, c'est dur quand on va vite... Etienne Gard avec un rictus qui en dit long sur l'effort fourni

second du classement final de la «Regio Cup». Un grand bravo à lui pour ses résultats mais surtout pour son courage lors du KidsTria de Collonges où, largement en tête, il chuta violemment à vélo, et termina quand même la course, en se battant jusqu'au bout, pour terminer sur le podium.

Nicolas Berney (Ecolier 2), termine 9ème aux CS de Duathlon et 14ème aux CS de Triathlon. Très bonne progression pour lui, surtout en course à pied. Attention les adultes la relève arrive vite !!!

Le plus petit compétiteur, Yannick Emery (Kids) a réussi une très belle 4ème place à Lausanne.

Le groupe Jeunesse

Romain Humair, garçon très prometteur, a décroché sa première qualification pour les Championnat d'Europe à Kuopio en Finlande, grâce à une superbe 3ème place à Zoug. Le voyage et la course de Kuopio furent un très beau moment, une belle expérience. Romain avec son équipe terminèrent 10ème.

Etienne Gard commença très bien sa saison avec une 3ème place aux CS de Duathlon. Malheureusement il rata sa qualification pour la Finlande d'une petite place à Zoug et fut blessé pour les CS de triathlon. Etienne actuellement au Canada devrait nous revenir en grande forme et avec ses capacités faire une superbe saison 2008. Bonne chance !

Alessandro Kadner Graziano ne fit que très peu d'apparition pour sa première saison en Youthleague.



Romain Monnier en plein effort à Oberaargauer

Diverses blessures l'ont forcé au repos. Mais avec sa motivation et son état d'esprit très positif, je suis certaine que la saison prochaine sera bonne. Alessandro s'entraîne actuellement en Angleterre où il est parti habiter une année avec sa famille.

Frédéric Sandoz et Romain Monnier ne cessent de progresser, merci pour leur bonne humeur, leur motivation et leur assiduité.

Mélodie Favre (youpie des filles !) a fait sa première apparition sur le circuit, pourvu que ça continue!

Guillaume Ulrich a été aperçu à quelques occasions, un retour?

Les juniors

Alexandre Bonelli, pour sa première année de triathlon a fait de très bons résultats en finissant 5ème au CS de duathlon et 14ème aux CS triathlon.

Emmanuelle Lambelet, bien que pas très en forme cette année, termine 1ère à Zoug et 1ère au classement général junior.

Ophélie Kopp nous a fait un beau retour, avec une 1ère place au triathlon de Zoug.

Merci encore à toutes et tous, merci aussi pour le camp de Giverola, où l'ambiance, l'état d'esprit et la motivation furent plus que bon. Bravo !!!

Vivement 2008 soit encore meilleure !!!

www.

trigeneve

.ch

6. Camp de Pâques 2008 Bernard Sauthier

vendredi 21-29 Mars 2008

Qui n'a jamais rêvé de faire un camp de triathlon en Espagne avec le meilleur club de Suisse, le Triathlon Club de Genève?

A nouveau programmé en Espagne, nous irons un peu plus au sud vers Cambrils au Club Hôtel Pueblo Eldorado Playa sur le site de Peter Eitzinger pour ceux qui connaissent.

Au programme, tempête de soleil, bungalow tout confort, nourriture de rêve, piscine, mer, service de première classe, fitness, spinning, long drinks et nouveauté programme mauvais temps.

Tout le monde est le bienvenu, femmes enfants, accompagnants ou amis (es).

Pourquoi changer?

La hausse des coûts par l'organisateur de Giverola en est la cause. Le comité a donc cherché une alternative tout aussi séduisante grâce à un tarif inférieur à celui de l'année passée afin de permettre à tous de participer à l'événement.

Déplacement

En car depuis Genève, le site de départ fera l'objet d'une information ultérieure.

Départ: vendredi soir 21 Mars 2008 arrivée samedi 22

Retour: samedi soir 29 mars arrivée dimanche 30 mars

Inscriptions/Paiements

L'inscription et le paiement du camp devront avoir lieu avant le 31 janvier 2008 au moyen du formulaire ci-joint.

Passé ce délai nous ne pourrons pas donner suite à votre inscription.



Charles découvre les effets 'relaxant' d'une séance de compex qui durera 30 secondes ;-))))



Quand les jeunes chambrent les vieux au camp d'entraînement ;-)

Prix

Adulte **CHF 1'100.-**

Enfants (2 à 16 ans non révolu) **CHF 800.-**

Ces prix comprennent l'hébergement en bungalow (avec coin cuisine) 2 chambres pour 4 personnes, la demi-pension, le paquet sport, l'accès à toutes les installations du centre et le trajet en bus au départ de Genève. Linges et draps fournis, nettoyage de l'appartement à la fin du séjour (doit être rendu balayé).

L'inscription et le versement de la totalité du montant devront être faits au plus tard pour le 31 janvier 08.

Le voyageur informe également que tout changement de nom ou d'occupation d'appartement sera facturé CHF 60 une fois les documents établis.

Paiements

L'argent devra être viré au compte IBAN de la Banque Cantonale de Genève suivant:
CH77 0078 8000 E 3306 64 87
Bénéficiaire: Triathlon club Genève
Mention: camp 2008

Désistement

Aucun désistement n'est accepté par l'organisateur. Une assurance combinée annulation/assistance doit donc être prévue par chacun. Le club n'assurera aucune responsabilité!!

Divers

SPA à disposition. Nous vous recommandons de venir avec un minimum de préparation, pour votre santé, votre plaisir et celui des autres.

Vendredi 21 mars au dimanche 30 mars 2008

Nom et Prénom **Age**

Adresse **Date de naissance**
.....

Tél. privé

Tél. prof

e-mail

Prix Adulte CHF 1'100.-
 Enfant (2 à 16 ans révolu) CHF 800.-

Nombre de personne(s)

Si enfant(s), nombre et âge

Montant total à payer CHF

Date et signature:

Inscriptions jusqu'au 31 janvier 2008

Veuillez remplir le formulaire ci-joint et le
retourner à la case postale du club

Triathlon Club de Genève
CP164, 1211 Genève 8

Verser le montant dû auprès de
Banque Cantonale Genevoise 1211 Genève 2
+ Compte: E 3306 64 87 Clearing : 788
IBAN: CH89 0078 8000 E330 66 48 7
Bénéficiaire: Triathlon club Genève
Mention: camp 2008

Triathlon Club de Genève - Planning entraînement / Saison 2007-08

Adultes					
Jours	Discipline	Horaire	Lieu (lignes/bassins)	Niveaux	Entraîneurs*
Lundi	Natation	6h00-7h30	Pâquis (3/25m)	Moyens/Forts	CA
	Natation	19h00-20h00	Vernets (2/25m)	Débutants	CA
	Natation	20h00-21h30	Pâquis	Moyens/Forts	ED
Mardi	Natation	12h15-13h15	Vernets (1/50m)	Moyens/Forts	CK
	CAP	18h00-19h30	Bout-du-Monde NB: en hiver, entraînement en salle de préparation physique générale et spécifique de course à l'école de Trembley	Tous	CPH
Mercredi	Natation	6h00-7h30	Pâquis (2/25m)	Moyens/Forts	DL
	Natation	20h00-22h00	Vernets (3-4/50m)	Moyens/Forts	CP
Jeudi	Natation	12h15-13h15	Vernets (1/50m)	Moyens/Forts	CP
	CAP	18h00-19h30	Bout-du-Monde	Tous	CPH
Vendredi	Natation	6h00-7h30	Pâquis (2/25m)	Moyens/Forts	CA
	Natation	20h00-21h00	Vernets (2/25m)	Libre	CA
Samedi	Natation	8h00-9h30	Vernets (3-4/50m)	Moyens/Forts	CP
	Natation	12h00-17h00	Pâquis (25m/50m) - cours individuels moyennant financement supplémentaire	tous	contact trigeneve@bluemail.ch
	Velo	14h00-15h30	Evaux (de mars à octobre)	Débutants/Moyens	
Dimanche	Repos				

Jeunesse/Juniors/Ecole de Triathlon					
Jours	Discipline	Horaire	Lieu (lignes/bassins)	Niveaux	Entraîneurs*
Lundi	Natation	18h00-19h00	Vernets (1/25m)	Juniors/Jeunesse	CA
Mardi	CAP	18h00-19h30	Bout-du-Monde NB: en hiver, entraînement en salle de préparation physique générale et spécifique de course à l'école de Trembley	Juniors/Jeunesse	CPH
	Natation	20h00-21h30	Varembé	Juniors/Jeunesse	JMD
Mercredi	Vélo	14h00-15h30	Bout-du-Monde	Juniors/Jeunesse	PL
	Natation	18h00-19h00	Ecole de Tivoli	Ecole de triathlon	FG
Jeudi	CAP	17h30-19h00	Bout-du-Monde	Ecole de triathlon	OB
	CAP	18h00-19h30	Bout-du-Monde	Juniors/Jeunesse	OB/CPH
Vendredi	Repos				
Samedi	Triathlon	Activités liées à la saison, informations sur les site internet du club: www.trigeneve.ch			
Dimanche	Repos				

Entraîneurs: CA-Cathy Arsich; CK-Christophe Kolly; CP-Christophe Parent; CPH-Charles-Philippe Haymoz; ED-Eric Dumauthioz; FG-Fabien Gothuey; JMD-Jean-Marc Dunand; OB-Olivier Bourlon; PL-Pierre Lambelet.