

Peter

BULLETIN



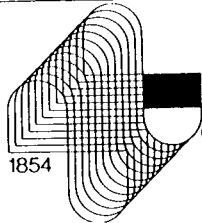
No. 4 Décembre 1983


Mobilière Suisse
Société d'assurances

AGENCE GENERALE DE BULLE
Gérard ECOFFEY

Rue de Gruyères 41
Tél. 029/2.62.77

MOBILIERE SUISSE ET RENTENANSTALT : vos partenaires pour toutes assurances



Votre BANQUE régionale

CAISSE HYPOTHECAIRE DU CANTON DE FRIBOURG
HYPOTHEKARKASSE DES KANTONS FREIBURG

Rue Lécheretta 5 - Bulle Tél 2 65 65

Castella

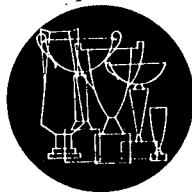
En exclusivité: chaussures et
équipements

Grand-Rue 17.- Tél. (029) 2 76 47

SPORTS BULLE

lecoq sportif 

«GRAVOTYP»



Atelier de gravage - vente d'étains
Coupes-challenges-médailles
claudy BUSSARD

Rue de Vevey 1B

1630 BULLE

VOTRE POINT DE RENCONTRE A BULLE

CAFE DE LA CLEF

Petite restauration-Salle pour réunions

Mme M. Gothuey. Tél. 029/2 72 80 rue de Gruyères


**DISCOUNT
MOQUETTE**

CH. MOREL - GRAND-RUE 61 - 1630 BULLE

Revêtements de sols
Tapis de milieu

Ø magasin: (029) 2 36 44

SERVICE DE POSE
PAR SPECIALISTES

Periode intermédiaire

De novembre à mi-décembre, les dernières compétitions s'égrènent de plus en plus lentement. L'athlétisme se met en veilleuse avant d'aborder la saison des cross puis celle des concours en salle. C'est du moins ce qu'on croit quand on observe le calendrier des manifestations. Mais les exploits se préparent bien une fois et cette période intermédiaire convient particulièrement à l'acquisition de nouvelles techniques, de même qu'au renforcement des bases de l'athlétisme. Dans ce sens, le camp organisé à Leysin prend une valeur certaine. Vous en trouverez plus d'un écho dans ce bulletin.

Pendant cette période, s'élaborent également tous les calendriers de l'année suivante. Les premiers résultats de ce gros travail administratif constituent l'essentiel de "l'Agenda de l'athlète".

Plus près du club que ces préoccupations cantonales, le retour à la compétition réussi d'Isabelle Charrière. Jean-Bernard Repond, vous en dit plus dans les pages de ce numéro.

Et puis, c'est encore le temps des vœux ! Que 1984 vous soit donc favorable. Que la santé vous accompagne pour qu'au bilan final, vos satisfactions, les sportives en particulier, soient largement supérieures aux inévitables tracas de toute vie bien remplie.

Ce sont là nos souhaits.

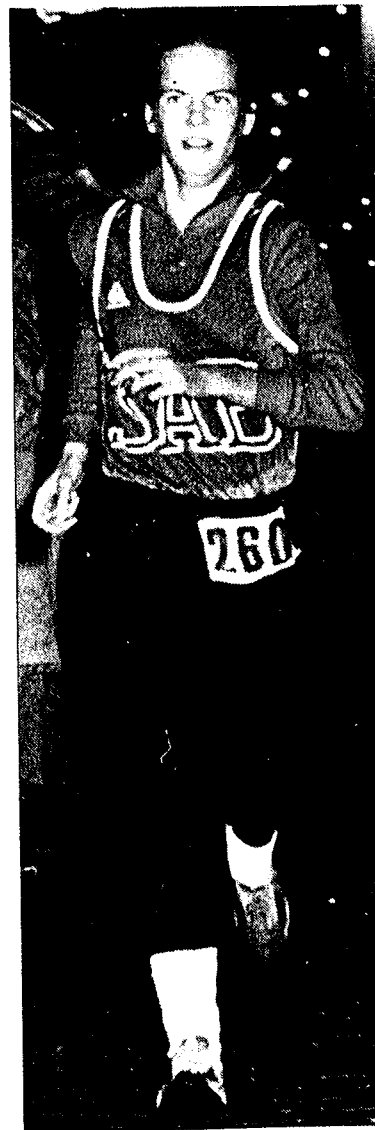
R.-C. Nigg

Isabelle Charriere: de nouvelles ambitions

Bien qu'âgée de moins de 22 ans- elle est née le 4 février 1962 - Isabelle Charrière est l'une des plus anciennes membres du SAB. En effet, elle fut une des rares, parmi les membres encore actifs, à connaître la transition entre le Sporting-Club et le Sporting Athlétisme Bulle. Dès 1970, elle fit partie de la première volée des écolières de notre club. Après douze ans d'activité, l'heure n'est pas encore au bilan. Car contrairement à ce que l'on aurait pu craindre le printemps passé encore, Isabelle, dont la qualité essentielle, en plus d'un talent certain, est sans doute la persévérance, prend un nouveau départ.

Carlo Gattoni fut le premier entraîneur d'Isabelle. Par ses connaissances et sa grande disponibilité, il contribua à son éclosion. D'emblée, il lui enseigna des méthodes d'entraînement qui ne devaient pas tarder à porter leurs fruits. En fait, Isabelle émergea véritablement en 1976, alors qu'elle courait dans la catégorie des cadettes B. Cette année-là, après s'être classée 5e aux championnats suisses de cross à Tenero, elle termina également 5ème sur 600 m aux championnats suisses sur piste. L'année suivante, elle se classa respectivement 8e en cross et 4e sur 800m. Et en 1978, année durant laquelle elle s'entraîna sous la houlette de Jean-Pierre Bulliard, elle s'adjugea la 9e place aux championnats suisses de cross à Sion et la 5e sur 1500 m aux championnats suisses sur piste.

Bien partie pour gravir tous les échelons de la hiérarchie féminine helvétique, Isabelle connut pourtant un passage à vide en 1979. Suivit l'année du bac, et avec elle son concert de contraintes. Isabelle, qui entra en automne 1980 à la Faculté de médecine de l'Université de Fribourg, décida alors de se consacrer désormais uniquement à ses études. Si bien qu'on ne la revit plus en course pendant près de trois ans. Pas tout à fait trois en fait, puisque ce printemps, elle se remit à courir. Timidement d'abord, (pour la santé) dit-elle, puis à intervalles de plus en plus rapprochés. Puis, l'envie lui vint de reprendre contact avec la piste. Les essais, bien que n'ayant pas eu lieu dans les meilleures conditions, s'avèrent concluants. Sur le plan de la motivation, la



Isabelle Charrière,
lors de la Corrida bulloise


partie était dès lors gagnée. D'autant plus qu'à ces essais s'ajouta une excellente performance à Morat-Fribourg (1 h 19'51''), ce qui lui valut, soit dit en passant, de précéder au classement son père et ses deux frères... Enfin, Isabelle étonna tout le monde, à la fin novembre, lors de la Corrida bulloise. Deuxième derrière l'intouchable Elsbeth Liebi, elle laissa derrière elle plusieurs concurrentes de bon niveau, dont Anne Lachat (CA Fribourg).

Licence à la STB

Isabelle en est actuellement à sa quatrième année d'études en médecine. Elle accomplit sa deuxième année à l'Université de Berne. Du fait qu'elle réside à Berne, et après en avoir parlé avec les responsables de la STB, elle a jugé bon de prendre une licence d'athlète pour la saison prochaine auprès du grand club bernois. Ce qui ne signifie pas qu'elle se distance du SAB. Mais il est parfaitement compréhensible qu'elle mette tous les atouts de son côté, maintenant qu'elle est fermement décidée à rattraper le temps perdu. Ce retard, elle le rattrape en partie en s'astreignant à une moyenne de cinq entraînements par semaine.

Isabelle n'évoque pas ses objectifs avec précision: "Je n'ai pas suffisamment de points de repère pour l'instant qui me permettent d'envisager telle ou telle performance la saison prochaine. Faire le mieux possible, voilà ce qui m'intéresse". De par la volonté qui l'anime, Isabelle est capable de nous réserver encore d'excellentes surprises. C'est en tout cas tout le mal qu'on lui souhaite.

jbr



Michel Berthoud

1627 Vaulruz
Téléphone 029 2 62 89

Gypserie
Peinture
Papiers points
Rustic
Rénovation chalets

Membre du groupe
expert
Accueil et services
toujours
personnalisés

RADIO-TÉLÉVISION
SERVICE

TELE RD.

Grand'Rue 30 BULLE
☎ (029) 28822

R. CHATAGNY

REPARATIONS
VENTE
SERVICE APRES-VENTE

RESULTATS RESULTATS RESULTATS

BULLE MEETING 26.8.83

100m	CHATAGNY Eric	1969	11''98
100 m	ENGELMANN Olivier	1964	12''52
100 m	PYTHOUD Pierre	1959	11''92
	CHAPPUIS Patrick	1965	12''12
Relais 4 x 100 m Actifs:			
	CHATAGNY Eric	1969	
	POCHON Patrick	1961	
	PYTHOUD Pierre	1959	
	CHAPPUIS Patrick	1965	46''57
5000 m	MONNEY Jean-Daniel	1963	17'50''19
1000 m	MONNEY Jean-Daniel	1963	2'44''00
	CHARRIERE Nicolas	1965	2'55''05
	POCHON Patrick	1961	2'32''27
	ENGELMANN Olivier	1964	2'42''33
	CHARRIERE Isabelle	1962	3'22''06
	CLEMENT Patrick	1972	3'49''59
	HAYMOZ Alain	1973	3'54''05
	FROSSARD Marc	1972	4'23''26
	BRIDET Laurent	1969	3'12''87
	GONZALEZ Sébastien	1969	3'16''37
Hauteur	GOGNIAZ Claude	1962	1.30 m
Javelot	ENGELMANN Annette	1969	17.20 m
	PILLET Jacques	1950	40.92 m
Hauteur	CLEMENT Patrick	1972	1.10 m
	FROSSARD Marc	1972	0.95 m
	ENGELMANN Annette	1969	1.35 m
Longueur	PYTHOUD Pierre	1959	6.22 m
	RIME Gérard	1965	5.66 m
	CHARRIERE Nicolas	1965	5.62 m

BULLE Bouleyres - Course en sous-Bois 10./11.9.83 6 km

MONNEY Jean-Daniel	1963	22'42''2
BORCARD Jean-Claude	1946	22'55''9
CLEMENT Jean-Claude	1938	23'10''5
RIGOLET Frédy	1950	23'24''8
GREMION François	1964	25'12''7
BRAILLARD Irénée	1942	25'50''2
SEYDOUX Jean-Marc	1957	27'27''8
MENOUD Philippe	1958	27'55''0
ANDREY Joseph	1940	28'20''9
MUSY François	1953	28'41''7
DELEZE Marcel	1948	29'34''7
ANDREY Jean-Louis	1934	30'27''7
CLEMENT Barbara	1969	28'49''0
GREMION Bruno	1972	23'59''0
FROSSARD Marc	1972	34'56''9

MEETING VEVEY 1er octobre 1983

2000 m	PILLET Jacques	1950	6'45''47
1500 m	CHARRIERE Isabelle	1962	5'05''49

MEETING VEVEY 20 septembre 1983

1000 m	PILLET Jacques	1950	2'56''30
--------	----------------	------	----------

MEETING Lausanne 14.9.83

1500 m	GREMION Bruno	1972	4'50''75
--------	---------------	------	----------

MEETING VEVEY 30 août 1983

800 m	CLEMENT Barbara	1969	2'42''28
-------	-----------------	------	----------

murith+ sa.
multiwatt

INSTALLATIONS ELECTRIQUES
INSTALLATIONS TELEPHONIQUES

- Appareils électro-ménagers
- Grand choix de lustrerie
- Liste de mariage

BULLE, Rue de Vevey 16, Tél. 029/2 82 20

LEYSIN 1983: un camp inédit, joyeux, actif

Ce n'était pas la première fois que le SAB montait à Leysin. Mais, c'était la première fois qu'il le faisait en compagnie d'athlètes venus d'autres clubs. C'était aussi la première fois que Peter n'était pas présent du début à la fin (travail oblige). Pour la première fois, Hubert Pauchard (chef technique cantonal) donnait un entraînement dans le cadre du camp. Et c'était aussi la première fois pour certains moniteurs.

Il y aurait donc beaucoup à dire sur ce camp. Nous avons pensé qu'un éclairage des participants valait mieux qu'un reportage de l'extérieur, si bon soit-il. Nous leur donnons la parole dans les textes qui suivent pour que vous ressentiez ce camp de trois jours comme si vous y étiez.

DU RIRE DE JEAN-DANIEL AU PLATRE DE DEANNA

Merci ... Merci au SAB et à Peter Engelmann de nous avoir invitées à participer à leur 8e camp annuel. Nous avons également apprécié l'entraînement de M. Hubert Pauchard lors de son passage dimanche après-midi et nous tenons à le remercier au nom de tous les participants.

Nous nous sommes donc retrouvés à Leysin, dans une ambiance super. Les moniteurs étaient très sympas et nous n'allons pas nous abstenir de commentaires !

Le programme, bien conçu, commençait par 25' de footing, très très appréciées par nos deux camarades invités, Dematraz et Méoli !!! La journée se poursuivait sous la houlette des différents moniteurs qui s'ingéniaient à inventer des circuits dans le but de nous faire suer... et qui y réussissaient pleinement. Les idées furent variées: du circuit station de Marcel à la sauce "école de recrues" en passant par la souplesse de Pythoud, sans oublier les jeux de course de Jean-Daniel. Cependant les moments qui eurent le plus de succès, furent sans doute la pause-thé et le "repos" du soir. Et il ne faudrait pas omettre les repas, accompagnés d'une musique de fond: le rire de Che-Che...

Mais les soirées étaient également très animées... et très instructives. Le tournoi de ping-pong fut une réussite, surtout auprès d'Olive et de Pierre. (On ne donnera par le nom du gagnant, car l'un s'en vanterait et l'autre serait déçu !!!). Mais le clou du week-end restera les péripéties de la patinoire. Tous n'étaient pas experts en la matière, mais chacun s'en donna à coeur joie. De plus, chaque soir, le café du Nord nous prêta son décor pour le bilan et les canettes... de bière ou de lait, à choix.

En bref, ce fameux camp se résumera en quatre mots: UN PLATRE POUR DEANNA.

Dedette, Deanna et Nathalie de la

SFG MARSENS

P.S. Le mystère du caleçon long n'est toujours pas résolu !!!

«J'ai bien aimé»

«C'était trop fatigant»

Qu'est-ce qu'ils (qu'elles) en pensent ? Comment c'était ?
Faut-il changer ? Voulez-vous le savoir ? Ecoutez-les !

Laurence Kisenga

L'impression générale ? Bonne.. on s'est bien marré, on s'est aussi bien exercé. Annette, m'avait dit un peu ce qu'on y ferait. C'était vraiment cela... les escaliers, le bon diner... enfin tout quoi !... les exercices...

Changer quelque chose ? Je ne sais pas. Je trouve que c'était bien. Bon, il y a les 25 minutes que je n'ai pas trop aimées... peut-être qu'on pourrait raccourcir cet échauffement du moment qu'il est suivi par un deuxième, en salle.

Ce camp m'a-t-il apporté quelque chose ? Un peu plus d'endurance... et puis, j'ai pu voir comment les autres travaillaient... et leur endurance

Annette Engelmann

Il y avait une bonne ambiance, même avec les gens qui n'étaient pas du SAB. En général, j'ai trouvé bien.

Le dernier matin, c'était crevant... enfin, on attendait le thé à l'heure et il est venu un peu tard ! Autrement? Bon, faire un peu moins d'escaliers. Trois jours, c'est une bonne longueur parce qu'à la fin, on était quand même un peu crevés.

Véronique Ducrest

J'ai bien aimé. Oui, c'était un peu dur, mais il y avait toujours la pause-thé après environ 1 heure et demie. Ca, c'est bien. Il ne faut pas changer beaucoup de choses... Pousser un peu plus la technique... le saut en hauteur... y consacrer, par exemples, un après-midi... faire encore de la résistance.

Je ne suis pas très entraînée pour la course; ce camp m'a renforcée et stimulée.

Eric Chatagny

C'était bien. On a fait beaucoup de sport. Est-ce que ce camp a répondu à mon attente ? Oui, très bien même! C'était très éprouvant; on devait beaucoup se dépenser, et ça, j'aime bien.

Trois jours, c'est suffisant parce que c'est déjà assez dur. Il n'y a pas grand chose à changer.

Ce camp m'a apporté plus de physique et plus de résistance surtout. Je n'étais pas très endurant et j'avais du mal à suivre les grands. Cela va mieux maintenant.

Christophe Uldry

J'ai bien aimé... l'endroit... l'ambiance qui était très bonne: j'ai tout de suite fait connaissance avec des camarades d'autres sociétés.

C'est assez fatigant. On ressent ses muscles dès le deuxième jour. Je trouve aussi qu'on se lève trop tôt. On devrait le faire à 7.30 h. C'est bien assez vite parce que, l'ambiance aidant, on se couche vers 11.30 h. A part ça, les circuits training m'ont fait du bien.

Pierre Pythoud

Si des invités participaient à ce camp, c'est que les nôtres les avaient connus avant - à Willisau par exemple - et que des rapports d'amitié s'étaient formés à ce moment-là.

Ce mélange: une bonne solution. Ça permet, par après, de reconnaître les gens sur un stade et de les voir différemment parce qu'on a quelque chose en commun. Ce n'est plus alors des rapports de compétiteurs car ils ont dépassé le niveau de la simple politesse. On retrouve la formation de cet esprit dans les entraînements en commun sur le plan cantonal. Quand on se fatigue en même temps en laissant la compétition pour plus tard, c'est vraiment différent.

Cette année, on avait moins de grands, vue qu'ils étaient tous à l'armée. Il y avait même des entraîneurs qui étaient "marqués" par le service militaire... les circuits training s'en sont ressentis. Ils ressemblaient plutôt à des pistes de combat.



Pierre Pythoud a choisi des exercices à terre. Mais cela ne veut absolument pas dire qu'on a gambergé à Leysin !

Le but des entraîneurs ? Un peu comme chaque année: donner l'envie de reprendre l'entraînement. A Leysin, on retrouve les copains et on se motive pour la saison d'hiver.

On met surtout l'accent sur la condition physique. On ne veut pas faire de la technique à la fin octobre. Les entraînements se répartissent à l'avance entre Peter, Jacques, Marcel, Che-Che et moi-même. Au programme, la vitesse, la souplesse, la détente... enfin revoir un peu le tout mais de manière assez modérée quand même, pour que les gens puissent tenir trois jours sans se faire mal.

Pour ce qui concerne l'intendance, on fait confiance à Peter et à Madame Stangl, la tenancière du chalet. Le premier propose les menus et la seconde les cuisines. Une première tout de même, dans cet ordre d'idée: Peter nous a quitté à mi-camp cette année... mais ça très bien été ! Bon, il y a toujours quelques fantaisistes mais cela fait partie du camp !

Un camp plus court ? Non, ce ne serait plus un camp. Plus long ? La fatigue serait trop grande après une période plus longue.

Leysin étant déjà occupé aux mêmes dates en 1984, il est envisagé d'organiser, à Pâques, un camp à Willisau. Le programme serait alors consacré à la préparation à la compétition, c'est à dire à un travail plus technique.

(Propos recueillis par R. Nigg)

Votre conseiller
spécialisé en
Gruyère

Tél. 029/2 71 84



La première leçon du Bourreau de Leysin

"Riez maintenant que vous le pouvez, demain c'est moi qui donne l'entraînement et après il sera trop tard!" Voilà ce que pouvaient entendre les participants au camp SAB-Leysin 83 de la bouche de CHE-CHE, à la veille du jour qui devait être selon lui le dernier pour la plupart des pauvres innocents sabistes et invités qui lui avaient imprudemment confié 2 h. de halle. Mais, plus l'heure fatidique approchait, plus ses dires se voulaient rassurants. On pouvait même l'entendre déclarer "Non, j'ai vu trop dur, jamais on ne supportera mon programme". Ces mots ne suffisaient pas à diminuer la tension nerveuse des concurrents à l'entraînement-suicide. Ces derniers s'étaient organisés et avaient demandé à Jean-Pierre Bochud de se claquer si la leçon devenait insupportable. Bref, au matin du jour tant redouté, le jeune moniteur J + S entre dans la halle pour donner sa première heure. Mais.. que se passe-t-il? Il a le sourire crispé, les jambes tremblantes, la voix mal accrochée et il est un peu pâle. Il dit timidement au premier qu'il rencontre "Tu me dis si je fais quelque chose de faux, j'espère que tout ira bien car j'ai une de ces trouilles !..." Rassure toi CHE-CHE, ton entraînement a été très apprécié, et pour cause, il n'y a pas eu de blessés et pourtant tu courrais avec nous...

Si l'on parle beaucoup de CHE-CHE en le critiquant, c'est qu'au fond on l'aime bien. Il le mérite, lui qui au cours de ce camp a prouvé à moult reprises son altruisme. En effet, qui passait ses soirées de patinoire à donner gratuitement (du moins je le pense) des leçons de patinage aux filles ? c'est CHE-CHE ! Qui a offert le bidon de thé du SAB aux hockeyeurs de Leysin ? Encore CHE-CHE ! Peter qui n'a rien compris a été le réclamer. Mais tant de bonté fatiguerait les plus solides et pour se remettre, notre héros buvait, entre deux fous rires, et à plusieurs reprises, une canette de lait, d'un seul trait, en moins de 20 secondes. Il faut dire que le chronométrage était manuel.

Une course effrénée

Au programme de la leçon, un exercice de réaction et de vitesse. Pour motiver les participants, elle se déroulera sous forme de compétition entre deux groupes. Dans la composition de l'équipe A, on relève le nom de Michel Barras, sprinter que tout le monde connaît. Il n'est pas venu au camp comme moniteur, comme ces années dernières, mais, comme il l'avoue lui-même, pour "subir". Le départ est donné ! Dans un tonnerre d'encouragements les concurrents donnent tout ce qu'ils ont dans les jambes pour courir en un temps record le parcours qui consiste en deux aller et retour d'une ligne droite dont la longueur est délimitée par deux piquets. (Ceux qui n'ont pas compris peuvent obtenir les plans détaillés au bureau de Pierre Pythoud, à l'échelle 1/18). Et voilà le tour de Michel ! A peine a-t-il reçu le témoin qu'il libère sa fantastique puissance. Laisant pour fr. 2.75 de semelle au démarrage il a déjà devancé son adversaire. Un dérapage contrôlé de main de maître et le voilà déjà dans le premier retour. Les cris de ses supporters n'arrivent pas à couvrir le crissement du linoléum que provoque chacune de ses foulées. Son style parfait en virage lui permet de lancer sa masse (de muscles évidemment) à pleine vitesse dans la ligne droite. Tel un bolide de formule 1, il fonce vers la ligne d'arrivée qu'il passe à fond... mais.. que se passe-t-il ? Horrifiés, les spectateurs le voient continuer sa course folle vers la vitre du fond de la halle ! C'est terrible ! les freins ont lâché. Ayant tout donné pour la victoire, il ne lui reste plus de force pour ralentir. Dans un bruit atroce de muscles froissés, il s'écrase dans la vitre. Moment d'émotion... il se relève ! Les amis les plus proches vont à son secours. Résultat : écrasement des muscles de l'avant bras droit. il sera conduit à la permanence du camp, d'où il sera transféré en plaine après une nuit sans sommeil pour lui comme pour Peter son compagnon de chambre. Merci Michel pour cette leçon de don de soi et nos meilleurs vœux de complet rétablissement te sont assurés... avec un peu de retard.

Le fantôme de Leysin

Le nuit de dimanche à lundi, le chalet qui abritait les participants au camp était sous la responsabilité de Pierre et de Jacques. Peter qui avait jusque là assuré cette lourde responsabilité s'en était retourné dans son foyer. Après une soirée passée à essayer de discuter malgré CHE-CHE, tout le monde était en chambre vers 11 h. Minuit. Certains dorment. J'aimerais bien en faire autant mais un incessant bruit de portes qui s'ouvrent et se referment, la lampe du corridor qui s'allume et s'éteint et les voix (très) fortes des occupants d'une chambre m'en empêchent. Bah ! je me dis que ces grands enfants ont été sages jusqu'à maintenant et qu'ils méritent bien une petite récréation. Minuit et demi. Je trouve que la récréation se fait longue et j'ai les orteils qui commencent à faire le 8 vertical au fond de mon sac de couchage, c'est mauvais signe. Aux désagréments sus-mentionnés, viennent s'ajouter des courses bruyantes en haut et en bas des escaliers menant au premier étage occupé par les filles. Chuchotements et rires à peine camouflés commencent à dépasser les limites (en tout cas celles de ma patience). Etouffant un énervement croissant, je me dis que c'est de leur âge et que j'en faisais autant et que je suis quand même devenu quelqu'un de très bien... Je me et leur fixe un dernier délai, jusqu'à 1 h ! Je compte les secondes et, à 1 h. tapant je bondis hors de ma chambre, ouvre la porte de la leur et pousse une g... dont la force me surprend moi-même et je repars de suite pour bien marquer ma désapprobation. Ça marche. Silence et calme. Sauf une petite voix. Celle du gars qui n'a pas eu le temps de redescendre du haut des escaliers avant mon arrivée. Je l'entends descendre à pas de loup. Hé ! Hé ! je ne vais pas le rater. Je me poste au pied des escaliers et je l'attends dans le noir en me frottant les mains. A peine est-il au plat, je pousse un 2ème cri qui le fait décoller de 73 cm. (Preuve que les entraînements portent leurs fruits). Dès qu'il a touché le sol il se met à me raconter l'explication de tout ce qui vient de se passer. Les garçons allaient vers les chambres des filles pour s'assurer que tout allait bien et que personne ne les dérangeait. Qui pouvait déranger les filles si ce n'est eux ? Mais ! le personnage qu'ils avaient vu grimper au balcon et qui leur avait dit "être somnanbule et passer là par hasard.." ..Alors là, .. Chapeau ! ... sortir cette histoire en une fraction de seconde et la raconter sur un ton aussi naturel... bravo ! et moi qui croyait que... Non, Jacques comment n'as-tu pas pensé à une explication aussi logique. Quel manque de confiance ! Sur ce, je lui ai fait comprendre que je le croyais (tu parles) et l'ai prié d'aller se coucher. 1 h. 30, enfin je dors... après avoir fermé la fenêtre de la chambre - sait-on jamais - un fantôme somnanbule peut être également cleptomane.

Résultat du tirage de la loterie du camp Leysin 83

1er prix, gagné par Patrick Chappuis :

1 Week-end chez Carl Lewis les 7 et 8 janvier 1984 tous frais payés.

2ème prix gagné par Nicolas Charrière:

1 panier garni - 20 fr.

3ème prix, gagné par Deanna Youssof

1 cassette de "Cris et chechetement", musique originale (s'il en est...) du film "Long Time is Money"

4ème prix, gagné par Pierre Pythoud

1 exemplaire du livre "Je suis sprinter, mais je me soigne."

Le 5ème prix n'a pas pu être attribué. Il consistait en un bon pour un entraînement avec Marcel Engelmann, mais aucun des participants au camp n'a l'âge de faire son école de recrue.

Jacques Pillet

RESULTATS

RESULTATS

NEIRIVUE-MOLESON 21 août 1983

BORCARD Daniel	1948	1h09'36''
CLEMENT J.-Claude	1938	1h09'49''
BORCARD J.-Claude	1946	1h11'23''
MONNEY J.-Daniel	1963	1h14'05''
BAPST Pierre-Noël	1949	1h15'14''
TINGUELY Roland	1949	1h16'42''
BADOUD J.-Daniel	1949	1h18'20''
DESCUVES Armand	1929	1h19'36''
BRAILLARD Irénée	1942	1h21'08''

CORRIDA BULLOISE 26 novembre 1983

Ecoliers C 1975 et plus jeunes

1 km

TINGUELY Frédéric	5'26''
BAPST Sylvain	6'04''
TINGUELY Christiphe	6'50''
BAPST Joël	6'59''

Ecoliers B 1972/1973/1974

1 km

GREMION Bruno	3'15''
REMY Bertrand	3'23''
CLEMENT Patrick	4'08''
GENDRE David	4'22''
VIAL Christophe	4'28''
DELEZE Olivier	4'37''
HEIMO Alain	4'58''
DELABAYS Bertrand	5'00''
BADOUD Christian	5'20''
FROSSARD Marc	6'04''
RIME Laurent	6'58''
ROUILLER Dominique	7'23''
VIAL Fabrice	8'06''

Ecoliers A 1970-1971

1 km

HAYMOZ Jacques	3'47''
DENERVAUD Patrice	4'00''
FLEURY Silvio	4'17''
KRATTINGER Yvan	4'32''

Ecolières B 1974 et plus jeunes

1 km

HUWILER Florence	5'20''
TINGUELY Carole	5'22''
MUSY Catherine	5'49''
RIGOLET Christelle	5'51''
GUISOLAN Christelle	8'00''
GUISOLAN Anne	8'01''

Ecolières A 1971/1972/1973

1 km

MESOT Nathalie	3'47''
HEIMO Catherine	3'50''
YERLY Alexandra	4'07''
PASQUIER Ghyslaine	4'19''
ESSEIVA Alexandra	6'02''

Cadettes B 1969/1970

1 km

KISENGA Laurence	3'45''
ENGELMANN Annette	3'50''
REMY Sandra	4'01''

Cadets A 1966/1967

3 km

DUCREST Benoit	11'35''
----------------	---------

Cadets B 1968/1969

2 km

GONZALES Sébastien	7'04''
FLEURY Yvan	7'07''
ULDRY Christophe	7'46''
CHATAGNY Eric	8'10''

Juniors 1964/1965	3 km
ENGELMANN Olivier	9'58''
CHARRIERE Nicolas	10'32''
Vétérans 1943 et plus	8 km
PITTET Albert	31'13''
ANDREY Jean-Louis	31'28''
BRAILLARD Irénée	32'15''
DESCUVES Armand	32'37''
ANDREY Joseph	33'14''
ANDREY Jean-Louis	37'22''
Licenciés 1944/63	8 km
MONNEY Jean-Daniel	28'14''
ANSERMOT Georges	29'22''
REPOND Jean-Bernard	30'05''
EICHENBERGER Emmanuel	30'40''
Populaires 1963 et plus	6 km
BAPST Pierre-Noël	24'06''
ENGELMANN Marcel	24'38''
PILLET Jacques	24'46''
TRIA Giovanni	29'14''
Elites Dames	3 km
CHARRIERE Isabelle	11'04''

Avec les populaires:

La sortie en terre valdotaine

Elle est en passe de devenir une tradition et sera régulièrement inscrite au programme du calendrier annuel. Car c'est chaque fois avec plus de plaisir que nous nous rendons dans notre seconde patrie, le val d'Aoste, et avec autant de sympathie et de gentillesse que nous accueillent nos "compatriotes".

Quelque peu improvisée dans un laps de temps restreint, elle n'en a pas moins connu le succès habituel. Dernière épreuve de la saison dans la région, l'Union Sportive de Chatillon organisait le trophée "Belvédère" le dimanche 2 octobre. Connaissant désormais la valeur des coureurs régionaux (et eux-même conscients de leur supériorité) nous nous présentons sans ambition sur la ligne de départ. Un parcours de 16 km particulièrement sélectif nous met rapidement dans le coup. A des montées plutôt raides, succèdent des descentes parfois acrobatiques sur des sentiers partiellement caillouteux.

Un tracé qui ne laisse aucun répit et ne permet aucune récupération. Evidemment, si dès le départ, on adopte la foulée du plaisir, c'est sans doute moins pénible (psychiquement en tout cas). C'est une question de mise en pratique. Le passage de la ligne d'arrivée est évidemment toujours un divin soulagement.

Auparavant, sur un parcours réduit, les cadets et les dames avaient donné le ton. Les couleurs du club ont été brillamment défendues par Ida, Colette et Bruno.

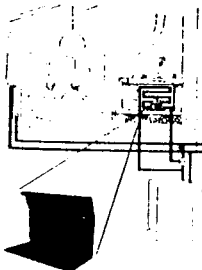
Le menu gastronomique ne manquait bien sûr pas au programme. Même dégusté la veille, il n'atténue pas nos motivations pour la course du lendemain. On apprend aussi à jouer au Calcio-toto. Philippe tenait absolument à miser. Hélas, en raison de l'heure un peu trop avancée, il n'a pu faire enregistrer son bulletin. Même son insistance a été vaine.

Le dimanche après-midi, dans le cadre de la fête des Vignerons (fête des vendanges régionale) la proclamation des résultats nous vit recevoir de nombreux et magnifiques prix, selon la tradition. En partageant le verre de l'amitié dans une cave, nous prenons congé avec nostalgie de nos hôtes en leur disant: "à l'année prochaine."

Participants:

Ida, Bernard, François, Colette et Bruno Gremion, Pierre-Noël Bapst, Philippe Menoud, Irénée Braillard, l'ami André Borloz et René Gottofrey, dont la parfaite organisation n'est plus à démontrer. Nous le remercions chaleureusement.

Irénée



HAYMOZ - FRAGNIÈRE
 Chauffage -Sanitaire 029 / 2 52 91
 1631 GUMEFENS 029 / 5 12 66

Spécialistes des serpentins BL et BLS
 Récupérateurs de calories à circulation d'eau

CSI: LES RESULTATS DES EQUIPES DU SAB

Catégorie actifs E: (60 équipes classées)

Le SAB obtient la première place des équipes fribourgeoises avec 6118 pts (en 1982: 5129 pts) meilleur récolteur de points: 1917 pts et meilleure performance individuelle de Claude Bourqui avec 1.94 m au saut en hauteur. Jamais le SAB n'avait réussi un tel résultat!

Catégorie Ecoliers B: (74 équipes classées)

Le SAB est la première équipe fribourgeoise et prend le 24ème rang avec 316 pts.

Catégorie Cadettes B: (79 équipes classées)

Le SAB est la seule équipe fribourgeoise. Elle est 47ème avec 3409 pts.

Catégories Ecolières A: (83 équipes classées)

Le SAB, première équipe fribourgeoise, se classe au 34ème rang avec 324 pts et gagne pour la 3ème fois et définitivement le challenge de la FFA.

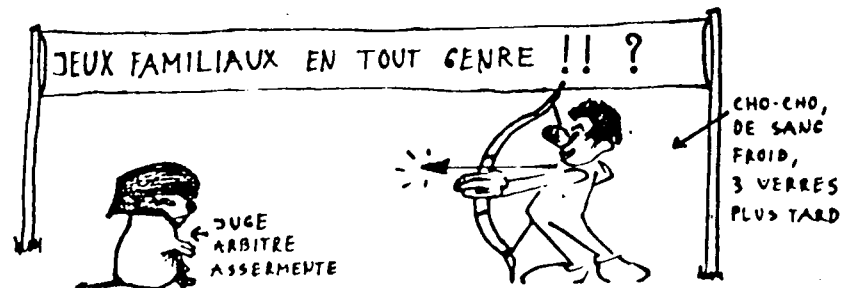
Nathalie Festa, Colette Gremion, Nicole Jeckelmann, Annette Engelman, Laurence Kisenga, Marie-Claude Bard, Joëlle Baeriswyl, Nicole Linguely, Alexandra Yerly, Catherine Heimo et Gislaine Pasquier ont contribué à ce succès.

Au total, le SAB a engagé en 1983 6 équipes des 40 représentées dans la liste suisse de cette année.

Le responsable CSI cantonal
et chef technique du SAB:

Peter Engelman

Jeux familiaux en tout genre



Concours interne du 17 septembre 1983

C'est dans la buvette du télésiège de Semsales que s'est déroulé le concours annuel de notre club. Pour la circonstance, cette manifestation devait revêtir le caractère d'un jumelage avec le traditionnel 1er août qui n'a pas été organisé cette année.

Les conditions météorologiques n'étant guère de la partie, le concours interne ne s'est déroulé qu'autour du chalet, sous forme d'un jeu en 8 postes très apprécié. 61 personnes disputèrent ce concours réunissant en vingt équipes. Arbalète, caramel écologique, pierre d'Unspunnen et d'autres, meublèrent à souhait cette après-midi de distractions familiales.

L'apéritif offert par le club suivit à la buvette. Le soir, une onctueuse soupe de chalet de notre armailli de service Freddy régala petits et grands. Beau souvenir pour la centaine de membres et supporters, pour les nombreux parents présents et, en particulier, pour les enfants!



Fredy Rigolet, armailli-cuisinier à Bernard Linguely, futur président:
"La soupe, c'est tout un art!"
(Photo R.C. Nigg)

P. Berset

Rue de Gruyères 21
BULLE
Tél. (029) 275 07



BOULANGERIE
CONFISERIE
TEA-ROOM

COPYCENTRE

Photocopies et Impressions rapides
Composition · Pliage · Reliure · Assemblage.

HELIOGRAPHIE

Andre Grandjean
Rue de Vevey 30

1630 BULLE 029 2 42 80



**Garage
Moderne s.a.**



BULLE

TÉLÉPHONE 029 / 2 63 63



Pierrette Haymoz expérimente de nouvelles techniques d'entraînement.

Par manque de place, nous sommes contraints à ne publier les noms que des cinq premières équipes:

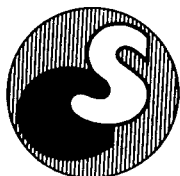
- | | | |
|----|--|--------------------|
| 1. | François et Nicolas Charrière
Patrick Pochon, Yvan Fleury | 65 points (sur 80) |
| 2. | Annette Engelmann, Laurence Kisenga,
Nathalie Frossard | 58 points |
| 3. | Famille Jean-Daniel Badoud | 55,3 points |
| 4. | Bruno Gremion, Bertrand Remy,
Yvan Krattinger | 55 points |
| 5. | François et Pascal Musy | 53 points |

Philippe Menoud



**CHARLY
SPORTS**

1635 LA TOUR-DE-TREME, Tél. 029/2.38.88



Communications officielles

Le comité du SAB lance un appel afin que toutes les photos importantes du 10ème anniversaire et de l'année 1983 lui soient remises. Les membres qui possèderaient de telles photos sont priés de prendre contact avec le président ou le secrétaire afin de pouvoir établir des doubles à charge du club.

Les pulls SAB du groupe 3 et 4 "Bleu" doivent si possible être lavés à la main en les retournant. Si l'écriture rouge s'en va, il reste le SAB en blanc.

Les Pulls "SAB école d'athlétisme" blancs sont en coton; les laver la première fois à la main et ensuite à la machine à 30 degrés !!!

Les cuissettes rouges SAB "pas de problèmes de lavage" Tous ces articles sont en vente chez le président.

Le concours de ski de fond du 8 décembre a été renvoyé à une date ultérieure ! La neige faisant défaut en ce début d'hiver.

L'assemblée générale du SAB aura lieu le vendredi 10 février 1984 à 19h45 heures au Cheval Blanc à Bulle. La convocation suivra.

Nouveaux membres:

RIME Laurent, Bulle,	73
DENERVAUD Patric, La Tour	71
TINGUELY Frédéric, Vaulruz	76
GUISOLAN Christel, Bulle	76
SCHERLY Eric, La Tour	72
DELEZE Olivier, La Tour	74
ROUILLER Dominique, Morlon	73
ROUILLER Christian, Morlon	73

à qui nous souhaitons beaucoup de succès et de plaisir

Concours "DEVENEZ MEMBRES SUPPORTERS"

A ce jour, seuls 3 Sabistes ont fait l'effort de trouver des membres supporters, c'est un peu peu. Le concours est ouvert jusqu'à fin janvier 1984. Vous avez donc encore le temps pour contacter des gens de votre entourage et de nous retourner le coupon d'inscription inséré dans le journal de septembre dernier.

D'avance merci de votre collaboration.

Le Comité

L'agenda de l'athlète

- | | | | | | |
|----------|---|-----------------|----------|---|-------------------------|
| 22. 1. | <u>CROSS DE MARSENS</u>
J.-Cl. Perrottet - 029/5 17 03 | SFG MARSENS | 9. 6. | <u>COURSE DE BELFAUX</u> 2 km, 5 km et 12,5 km
CA Belfaux, case postale 12, 1782 Belfaux
J.-P. Meyer, 037/45 28 28 | CA BELFAUX |
| * 29. 1. | <u>CROSS DE BELFAUX</u>
CA Belfaux, case postale 12 - 1782 Belfaux
H.-U. Hürzeler - 037/34 21 67 | CA BELFAUX | 22. 6. | <u>2ème FOULEE D'ARGENT</u>
Claude Rossier, 1754 Rosé, 037/30 16 13 | CA ROSE |
| 5. 2. | Championnat fribourgeois de cross
Freiburger Cross-Meisterschaften | CA MARLY | 8. 7. | <u>TOUR DU GIBLOUX</u> - 25 km
J.-Cl. Perrottet - 1633 Marsens, 029/5 17 03 | SFG MARSENS |
| 11. 2. | <u>CROSS DE LA POYA</u>
CA Fribourg, Case postale 189, 1701 Fribourg | CA FRIBOURG | 19. 8. | <u>NEIRIVUE-MOLESON</u> - 12,2 km / 793 m déniv.
Claude Pythoud, Russalet 9, 1630 Bulle,
Tél. 029/5 17 03 | SFG NEIRIVUE |
| * 19. 2. | <u>CROSS DE FARVAGNY</u>
Ph. Dougoud - 1711 Rossens,
Tél. P 037/31 23 50, B 037/82 11 61 | CAG FARVAGNY | 26. 8. | <u>BERGLAUF IN JAUN</u> - 9,120 m/825 m déniv.
François Buchs - 029/7 81 58 | TV JAUN-IM FANG |
| + 26. 2. | Championnat suisse de cross
Schweizer Cross-Meisterschaften | ST-MAURICE/VS | 2. 9. | <u>9ème TROPHEE DES PACCOIS</u>
Pascal Dunand, case postale - 1618 Châtel-
St-Denis, 021/56 70 67 | SFG CHATEL-ST-
DENIS |
| + 17. 3. | <u>CROSS VON DUEDINGEN</u>
Gilbert Baeriswyl, 037/43 17 80 | TV DUEDINGEN | 23. 9. | <u>4ème COURSE EN FORET</u> - 14,7 km - Montagne de
Lussy
Jacques Baudois, Condémine 3 - 1680 Romont
Tél. 037/52 33 07 | CARC ROMONT |
| * 18. 3. | <u>CROSS DU VIEUX COMTE</u>
P.-B. Lanthmann - 1661 Neirivue - 029/8 16 68 | SFG NEIRIVUE | 7.10. | <u>51ème COURSE NATIONALE PEDESTRE COMMEMORATIVE</u>
Morat-Fribourg
CA Fribourg, case postale 189, 1701 Fribourg | CA FRIBOURG |
| 24. 3. | <u>6. Langstreckenlauf</u> - 15 km - Kerzers
Urs Schwab, Post - 3284 Fräschels, 031/95 61 96 | TV KERZERS | 13.10. | <u>COURSE CONTRE LA MONTRE EN FORET</u> - écoliers | SFG CHARMEY |
| * 1. 4. | <u>10. Waldlauf in Bössingen</u>
Raphael Kessler - P 031/94 87 53
Martin Pürro - P 031/94 88 24 / B 037/83 11 11 | TV BOESINGEN | 14.10. | <u>COURSE CONTRE LA MONTRE EN FORET</u> - actifs
Pierre Bugnard - 029/2 50 64 | |
| 7. 4. | <u>TOUR DU BELMONT - DOMDIDIER</u> - 12 km
René Joye - 1564 Domdidier -
Tél. P. 037/75 24 61, B 037/21 17 30 | SC BROYARD | 20.10. | <u>10ème TOUR DES REMPARTS A ROMONT</u>
Pierre Butty - 037/52 27 61 | SFG ROMONT |
| 14. 4. | <u>CROSS POUR LES ECOLIERS</u>
P.-Noël Bapst, Rte de Morlon 23 - 1630 Bulle
Tél. 029/2 34 63 | SA BULLE | 21.10. | <u>11ème MARATHON DE CORMONDES</u>
CA Fribourg, case postale 189, 1701 Fribourg | CA FRIBOURG |
| 15. 4. | <u>COURSE EN FORET PAR EQUIPE (avec classement
individuel)</u>
P.-Noël Bapst, rte de Morlon 23, 1630 Bulle
Tél. 029/2 34 63 | SA BULLE | 10. | Championnat suisse de marathon | |
| 21. 4. | <u>CHAMPIONNAT SUISSE</u> - 25 km | | 4.11. | <u>8ème TROPHEE DE LA VALLEE DU FLON</u> - Bouloz
Daniel Dévaud, 021/93 70 21 | SC VALLEE DU
FLON |
| 28. 4. | <u>TOUR DU VIEUX FRIBOURG</u>
Course sur route, 1 km - 9,5 km
Heinz Zingg, ch. des Lilas 7 - 1700 Fribourg
Tél. P 037/26 11 87 - B 037/81 11 71 | SFG FREIBURGIA | 10.11. | <u>12ème COURSE DE LA ST-NICOLAS</u> - Marly
Ca Marly, case postale 85, 1723 Marly
037/46 38 79 | CA MARLY |
| 19. 5. | <u>9ème TOUR DE LA BROYE - ESTAVAYER-LE-LAC</u>
Course sur route, 4 km - 21 km et 50 km
René Joye - 1564 Domdidier
Tél. P 037/75 24 61, B 037/21 17 30 | SC BROYARD | 18.11. | <u>COURSE EN FORET "LA FAYE"</u> - GIVISIEZ
GSM Fribourg, case postale 34, 1701 Fribourg | GSM FRIBOURG |
| 31. .5 | <u>COURSE DES 3 PUNTS A BROC</u>
Emile Rime, Bally C, 1636 Broc, 029/6 19 87 | GYM-HOMMES BROC | 24.11. | <u>9ème CORRIDA BULLOISE A BULLE</u>
J.-P. Cuennet - 029/2 95 39 - 2 89 59 | SFG BULLE |
| | | | 4.5. | Meeting du soir à Bouleyres | |
| | | | 15.6. | Meeting du soir à Bouleyres | 26/27 juin CSI |
| | | | 4.7. | Meeting du soir à Bouleyres | |
| | | | 29.8. | Meeting du soir à Bouleyres | |
| | | | 1.2.3.6. | Championnat fribourgeois individuels | |
| | | | 7.9. | Championnat fribourgeois de relais | |

Adresses du club

SPORTING ATHLETISME BULLE, Case postale 11, 1630 BULLE

Président: Pierre-Noël Bapst, Rte de Morlon 23, Bulle, 029/2.34.63

Secrétaire: Philippe Menoud, Pays d'Enhaut 378, Bulle, 029/2.37.26

Caissier: Bernard Tinguely, Lécheretta 5A, Bulle, 029/2.70.23

Responsable du groupe 1 + 2:

Peter Engelmann, sur la Rêche 36, Bulle, 029/2.63.60

Responsable du groupe 3:

Jean-Bernard Repond, Tél. (prof.) 029/2.63.60

Responsable du groupe 4 (populaires)

Frédy Rigolet, Rue Majeux 11, Bulle, 029/2.57.60

Groupe des dames:

Ida Gremion, Rue du Moléson 15, Bulle, 029/2.75.79

Responsable et adresse du journal du SAB:

René Charles Nigg, Ch. du Biffé 6, 1630 BULLE - Tél. 029/2.54.86

Ont collaboré à ce numéro:

Peter Engelmann
Irénee Braillard
Bernard Tinguely
Philippe Menoud
Jean-Bernard Repond

Yves-Alain Repond
Jacques Pillet
Pierre-Noël Bapst
René-Charles Nigg
Gérard Rime

Nous remercions nos annonceurs.

Faites leur confiance!

Editeur: Sporting-Athlétisme-Bulle, paraît 4 fois par an

**Notre Banque:
L'UBS bien sûr**



Av. de la Gare, 1630 Bulle, Tél. 029/3 11 66



ENTREPRISE DE CONSTRUCTION

GOBET et FILS SA

maçonnerie - béton armé

1627 VAULRUZ 029/2 96 24



J. & A. GLASSON S.A.

outillage - arts ménagers

Tél. 029/3 12 22

GRAND'RUE 13 - RUE DE LA SIONCE **BULLE**



Résout vos problèmes concernant
les travaux spéciaux

Pousse-tubes sous routes, CFF etc.
Curage + nettoyage de canalisations
Vidange + nettoyage de fosses
1632 RIAZ Tél. 029/2 66 80/81/82



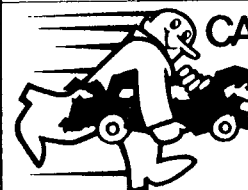
MERCEDES BENZ



Garage de Broc

DUSA S.A. 1636 Broc

Tél. 029 6 17 97



**CARROSSERIE
M. BARRAS**

PEINTURE AU FOUR
MARBRE UNIVERSEL
SERVICE DE DÉPANNAGE
JOUR ET NUIT

1631 BOTTERENS

☎ atelier 029 / 6 11 44
privé 029 / 2 31 48