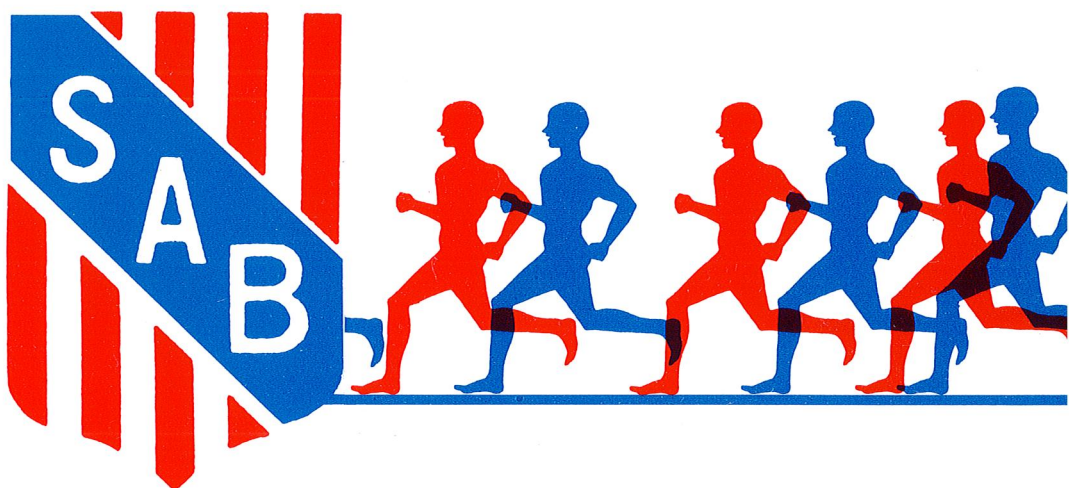


BULLETIN SAB



N° 1

Avril 1989

Editeur: Sporting-Athlétisme-Bulle Paraît 3 fois par an


Mobilière Suisse
Société d'assurances

AGENCE GÉNÉRALE DE BULLE
Gérard ECOFFEY
Rue de Gruyères 41
Tél. (029) 2.62.77

MOBILIÈRE SUISSE ET RENTENANSTALT: vos partenaires pour toutes assurances

**BANQUE DE L'ÉTAT
DE FRIBOURG** 

Broc 029 / 6 10 10
Bulle 029 / 2 86 86
Gruyères 029 / 6 10 30

Articles pour sociétés — Etain — Articles publicitaires

GRAVOTYP
DIFFUSION SA

Tél. 029 / 2 98 87

18, rue de Vevey
CH - 1630 BULLE

murith+ sa.
multiwatt


BULLE, Grand-Rue 45, ☎ (029) 2 82 20

INSTALLATIONS ÉLECTRIQUES
INSTALLATIONS TÉLÉPHONIQUES

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

GRUYERIA

FABRIQUE DE MEUBLES
ARCHITECTURE D'INTÉRIEUR


1630 Bulle
Tél. (029) 2 88 55

P. Berset

Rue de Gruyères 21
BULLE
Tél. (029) 2 75 07



**BOULANGERIE
CONFISERIE
TEA-ROOM**

**Propos
de
Président**

**STADE ...
ou PRISON ?**

La pose d'un grillage autour des gradins du stade de Bouleyres (exigence formulée par une commission de discipline et qui pourrait être ratifiée par le comité de la ligue nationale de football) a provoqué haussements d'épaules mais aussi réactions sévères et indignations. Il s'agit tout simplement d'une exigence aberrante dans sa finalité puisque s'appliquant à un stade régional pourvu de pistes d'athlétisme. Son fondement juridique et l'application légale de cette obligation prêtent à sourire... Abandonnons toutefois la raison du droit aux juristes pour considérer en premier lieu celle du sport. Celui qui déploie sa vitalité sur le terrain et qui communique avec le spectateur en dehors de tout fanatisme!

Officiellement, le SAB a fait part de sa vive inquiétude (et nous ne sommes heureusement pas les seuls) auprès des autorités bulloises. Il ne s'agit pas d'entamer une polémique, mais de défendre les intérêts légitimes d'autres "locataires" du stade et de leurs sympathisants qui refusent l'idée de franchir sa porte pour entrer dans un zoo... ou un camp retranché. Cette décision, qui fait suite à des événements regrettables, semble se moquer éperdument d'une conception différente du sport que peuvent avoir les autres utilisateurs du stade.. Nous estimons que les sportifs pratiquant l'athlétisme (en nombre toujours plus important à l'entraînement ou lors de meetings et championnats) n'ont pas à subir la loi de dirigeants qui trouvent plus commode de faire ériger des barrières, avec l'argent des autres, que d'éduquer un certain public (pour autant que faire se peut) et surtout de veiller à la mise sur pied d'un service d'ordre efficace.

Il convient également de relever que la construction d'un grillage ceinturant la pelouse du stade n'empêchera jamais des rixes de se produire dans le public, ni quelques sauvages de se mettre en évidence, ni des actes de vandalisme de se commettre à l'extérieur. Par contre, un service l'ordre digne de ce nom peut éviter nombre de désordres et ce aussi bien à l'intérieur qu'à l'extérieur du stade, afin que ce dernier conserve un aspect humain où éclate la joie de vivre et non la peur derrière un grillage séparant acteurs et spectateurs. Enfin, il convient de préciser que le fait de savoir qui pourrait être appelé à supporter le coût d'une telle installation nous paraît sans intérêt en regard du seul principe que nous entendons défendre : la sauvegarde de l'esthétisme, de l'éthique sportive et des intérêts légitimes des vrais athlètes et de leurs amis, qu'ils pratiquent le football ou l'athlétisme.

Bernard



Les athlètes gruériens méritent-ils d'être mis en cage à cause d'une bande d'énergumènes venus de Bâle? (photo N. Charrière)

PROCES-VERBAL DE LA 17ème ASSEMBLEE GENERALE DU SPORTING ATHLETISME BULLE

Vendredi 10 février 1989, Hôtel du Tonnelier,
Bulle

Président : Bernard Gremion

Présents : 53 membres actifs

Excusés : 15 membres ont pris la peine de s'excuser

Ordre du jour :

1. *Salutations et ouverture de l'assemblée générale*

La 17ème assemblée générale du SAB est ouverte à 20h par le président Bernard Gremion. Il souhaite la plus cordiale bienvenue aux membres qui, par leur présence, prouvent leur attachement à notre société. Il relève la présence de M. Pierre-Noël Bapst, président de la FFA.

Le président rappelle que seuls les membres actifs de 16 ans révolus ont le droit de vote.

Claudine Charrière et Bernard Lugon-Moulin sont nommés scrutateurs pour la soirée.

2. *Approbation du procès-verbal de l'assemblée 1988*

Le procès-verbal de l'assemblée 1988 a été publié dans le bulletin du SAB de juin 1988. Sa lecture n'est pas demandée. Il est approuvé par l'assemblée.

3. Rapport du président

Bernard Gremion précise que notre club compte 191 membres répartis en 5 groupes. Il rappelle les centaines d'heures consacrées par les membres du comité à la bonne marche du club.

La trentaine de séances auxquelles il a participé, les séances du comité et les autres réunions de coordination ou d'organisation, les 8 manifestations sportives ou extra-sportives organisées par le SAB, les 8 autres manifestations où le SAB a prêté sa collaboration, les 381 séances d'entraînement des athlètes et leurs 45 prestations diverses en compétition. Il est impossible de s'investir plus! Les athlètes bénéficieront toujours de la compréhension et de la tolérance des entraîneurs pour autant qu'il existe une véritable relation de confiance et que l'on joue franc jeu. C'est une question de comportement et de politesse envers ceux qui consacrent une grande partie de leurs loisirs au service de la jeunesse du club.

Il met un point final à ses propos en proclamant: "Vive le SAB!"

4. Rapport du chef technique et J+S (Peter Engelmann)

Le SAB en est à sa 18ème année d'existence. Il s'agrandit en nombre, en groupes et sous-groupes. Le club a vraiment sa raison d'être et prend une importance réjouissante. Les efforts pour consolider et améliorer ses structures demandent beaucoup de travail. La présence de chacun, ce soir, est un encouragement pour ceux qui oeuvrent dans ce sens. Les membres du comité ont besoin du soutien de tous.

La grille des entraînements est bien fournie: 13 entraînements hebdomadaires pour 5 groupes, assurés par 12 moniteurs et monitrices. Un groupe d'entraînement a été mis sur pied pour les athlètes n'ayant pas encore trouvé leur voie.

Stéphane Uldry, nouveau moniteur 1 fonctionne au sein du groupe des lanceurs avec Rolf Ehrbar et Marcel Engelmann.

Sur le plan des manifestations et organisations sportives en 1988, le contrat est bien rempli: Grand prix jeunesse, Championnats gruériens de sprint et de demi-fond, Banago-Cup, Course de relais en forêt.

Peter Engelmann remercie tous les moniteurs et les monitrices de leur disponibilité tout au long de la saison écoulée.

J+S est une institution qui demande surtout du travail administratif; 1988 a été une année normale. Le SAB reçoit de J+S des subventions qui sont les bienvenues.

5. Rapport des responsables de groupe

Groupe 1 responsable Peter Engelmann

Le groupe 1 compte 18 membres, guidés par Suzanne Chassot, Pierrette Haymoz et Peter Engelmann. Les filles sont plus nombreuses que les garçons. La participation aux entraînements est bonne. Il faut relever 8 mentions dans les statistiques fribourgeoises.

Groupe 2 responsable Peter Engelmann

Le groupe 2 compte 18 membres entraînés par Christophe Allaman et Peter Engelmann. Contrairement au groupe 1, les garçons y sont plus nombreux que les filles. La participation aux entraînements est bonne et ces jeunes montrent un grand enthousiasme pour la compétition. Il faut aussi relever 8 mentions dans les statistiques fribourgeoises.

Un grand merci aux parents qui assurent de temps en temps les déplacements.

Groupe 3 (compétition)

a) Sprinters, responsable Patrick Pochon

Le groupe des jeunes sprinters comprend Laurence Kisenga, Ghyslaine Pasquier, Pascal et Michaël Frossard, Xavier Eggertswyler et David Gendre. Reconstitué en automne 1988, il se compose enfin d'athlètes qui travaillent de façon régulière et sérieuse; les entraînements se déroulent dans des conditions idéales. Des progrès mérités ont naturellement été enregistrés ces derniers mois. Une mention spéciale va au cadet B Pascal Frossard, finaliste des 100 m et 200 m aux championnats régionaux. Il s'est qualifié pour les championnats suisses sur les mêmes distances

b) lanceurs, entraînés par Stéphane Uldry, Rolf Ehrbar et Marcel Engelmann depuis l'automne 1988.

L'entraînement de cet hiver, le mardi de 17h à 18h30, est axé en priorité sur la condition physique. Dès février, l'entraînement technique prendra toute son importance. Les entraîneurs espèrent retrouver quelques-uns de leurs athlètes sur les stades lors des compétitions.

c) demi-fond, responsable Jacques Pillet

Il présente les athlètes du groupe: Françoise Geiser, Catherine Heimo, Maroussia Rusca, Bruno Gremion, Bertrand Remy, Patrick Clément, Alain Heimo, Nicolas Bovet et Marc Frossard. Chacun a été gentiment gratifié de l'épithète qui lui convient!

Il y a 4 ans, lors de la restructuration de ce groupe, Jacques Pillet a pris l'engagement formel de mener ces jeunes sur les chemins très exigeants de la compétition. Ils ont relevé le défi et apportent de grandes satisfactions.

Tous les athlètes du groupe 3 suivent, le jeudi, l'entraînement de condition physique donné par Francis Perritaz.

Groupe 4 responsable Freddy Rigolet

Le cours du groupe 4, comparable à celui d'une monnaie, fut en légère reprise lors de la saison écoulée, puis bien soutenu par une équipe soudée et solidaire.

Les meilleurs représentants ont pris part aux principales classiques disputées en Suisse ainsi qu'aux coupes gruérienne et fribourgeoise. Quelques-uns, en plus des entraînements hebdomadaires, ont gravi certains sommets des Préalpes. Plusieurs projets sont au programme de cette année pour maintenir la motivation qui s'est amorcée.

Groupe 5, responsable Christine Seydoux

Comme toujours, Les Merlettes entretiennent la forme durant la bonne saison en Bouleyres. Irénée, avec sa légendaire bonne humeur, les guide dans leurs entraînements.

En 1988, trois d'entre elles ont participé à la course Morat-Fribourg et une à la course en forêt de la Montagne de Lussy.

A l'automne, elles se retrouvent à la Rieta pour 1h30 de gymnastique avec leur monitrice Marie-Madeleine Remy.

Un souper, puis une sortie à l'occasion de carnaval fut leur soirée annuelle.

Leur idéal: sport santé, sport pour tous et bonne humeur.

6. Rapport du caissier, compte 1988, budget 1989

Le caissier Irénée Braillard est satisfait. La situation générale se présente sainement. Les recettes de l'exercice s'élèvent à Fr. 21'895.- et les dépenses à Fr. 20'764.10, soit un bénéfice de Fr. 1'130.90.

Le budget pour 1989 prévoit des recettes de Fr. 16'100.- contre des dépenses de Fr. 15'700.-, soit un bénéfice présumé de Fr 400.-.

7. Rapport des vérificateurs de comptes

Frédéric Droux et Philippe Pillet ont vérifié les comptes. Ils les déclarent exacts et félicitent le caissier de la bonne tenue des livres comptables. A l'unanimité, l'assemblée approuve les comptes 1988 et en donne décharge au comité.

Le président remercie le caissier pour le travail accompli durant l'année.

8. Fixation des cotisations pour 1989

Le comité propose de maintenir les cotisations aux montants suivants:

Fr. 20.- pour les membres de moins de 20 ans dans l'année en cours.

Fr. 30.- pour les membres dès leur 20ème année.

Fr. 15.- pour les membres supporteurs.

9. Election du comité pour 1989

Les démissions de Christophe Allaman, secrétaire, de Jean-Pierre Bochud, secrétaire du procès-verbal, et de Pierre Pythoud, membre assesseur, ont été enregistrées. Le comité n'a personne trouvé pour remplacer ces membres démissionnaires. Les sept autres membres acceptent leur réélection pour une année. Le comité 1989 se présente donc comme suit :

Président :	Bernard Gremion
Vice-président:	Freddy Rigolet
Responsable technique:	Peter Engelmann
Caissier:	Irénée Braillard
Serétaire:	Christine Seydoux
Assesseurs:	Jacques Pillet
	Marcel Engelmann

Marcel Engelmann continue son travail de statisticien.

Les vérificateurs des comptes sont Germaine Gapany et Philippe Pillet. Hervé Messerli est suppléant. François Charrière est nommé rédacteur du bulletin du SAB en remplacement de René-Charles Nigg.

François Gremion est nommé délégué OAG en remplacement de Gérard Rime.

Propos du président de la FFA

Pierre-Noël Bapst, président de la FFA, félicite le SAB pour la saison 1988. L'athlétisme, dit-il, est un sport individuel et les licenciés individuels sont admis depuis plusieurs années avec les même prestations que les membres d'un club. L'appartenance à un club fait bénéficier l'athlète de sa structure. En revanche, celui-ci doit prendre part au travail de son club et lui apporter des satisfactions.

Pierre-Noël Bapst souhaite au SAB une bonne année 1989 et réaffirme son plaisir d'en faire partie.

10. Remise des distinctions

Les athlètes participent à de nombreuses courses et concours. Tous ne peuvent pas gagner, mais tous se retrouvent dans la franche et joyeuse ambiance du club.

Les membres suivants reçoivent une récompense tangible pour leurs bons résultats:

Barbara Clément, Françoise Geiser, Catherine Heimo, Maroussia Rusca, Patrick Clément, Xavier Eggertswyler, Bruno Gremion, Bertrand Remy et Olivier Equey.

Jean-Bernard Pythoud reçoit une assiette en étain pour ses 10 ans d'activité comme entraîneur.

Marcel Engelmann reçoit un gobelet en étain pour 5 ans d'activité au comité.

11. Divers

Le président annonce qu'il espère trouver, au printemps, une solution pour les nouveaux maillots.

La course de relais en forêt aura lieu le 9 avril 1989.

Irénée Braillard précise que dorénavant, le bulletin du SAB paraîtra 3 fois par an au lieu de 4.

Frédery Rigolet remercie Bernard Gremion pour l'excellent travail accompli et pour le dynamisme qu'il apporte au club.
 Le président Bernard Gremion remercie alors les membres du comité et les entraîneurs pour leur dévouement et les membres de l'assemblée pour leur présence et leur attention.
 L'assemblée est levée.

Bulle, le 9 mars 1989.

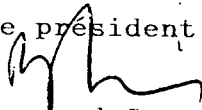
S P O R T I N G A T H L E T I S M E B U L L E

La secrétaire



Christine Seydoux

Le président



Bernard Gremion

LES 6 JOURS DE SUISSE 1989 : 3 JOURS A BULLE

Une importante manifestation sportive aura lieu du 10 au 12 juillet dans notre région. Il s'agit d'une COURSE D'ORIENTATION par étapes qui conduira plus de 2000 participants dans les forêts de Grolley, du Schwyberg, des Alpettes et de Bouleyres. Le centre de course se situera à Bulle et plus spécialement au Marché-Couvert. La participation sera en majeure partie helvétique, de nombreux concurrents provenant également des pays voisins ainsi que de la Scandinavie.

Après une journée de repos, les concurrents se déplaceront au Tessin où trois nouvelles journées de course seront organisées.

Les Sabistes sont encouragés à participer à l'une ou l'autre des épreuves se déroulant chez nous. Michel Zaugg se tient à la disposition de tous les amateurs de course d'orientation qui désireraient des renseignements complémentaires.



Joseph Remy
BULLE

☎ 029/2.76.26

A l'enseigne du Cheval-Blanc

DÉPÔT EMOSAN

sous-vêtements chauds et douilletes



emosan



Michel Berthoud

☎ (029) 2 62 89

1627 Vaulruz

Gypserie

Peinture

Papiers peints

Rustic

Rénovation chalets



Grand-Rue 15

Tél. (029) 2.55.55

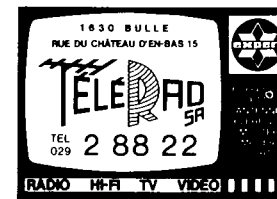
1630 BULLE

Banque Romande

Membre du groupe

expert

Accueil et services
toujours
personnalisés



R. CHATAGNY

RÉPARATIONS

VENTE

SERVICE APRÈS-VENTE

Château d'En-Bas 15
1630 BULLE

Boulangerie

Pâtisserie

D. BORCARD



Rue Montsalvens 23

1636 BROC

☎ 029/6 33 43

*Tant par la qualité que pour la quantité.
vous trouverez fruits et légumes frais chez*

GÉRARD NICOLET

Primeurs - (029)2.74.21 - Passage de l'Union - BULLE

RELAIS 3 x 6 Km DU SAB

Notre course de relais en forêt, désormais traditionnelle (7ème relais et 20ème cross), a battu tous ses records cette année: pas moins de 84 équipes et 41 individuels au départ, soit tout près de 300 coureurs.



Françoise Geiser : c'est parti pour 6 km.

Tous les meilleurs spécialistes du canton s'étaient en effet donné rendez-vous en Bouleyres, le dimanche 9 avril, pour participer à la troisième épreuve de la Coupe fribourgeoise alors que les Gruériens se sont battus pour empocher les points attribués à la Coupe gruérienne. Le parcours a été quelque peu modifié afin de profiter au mieux des magnifiques chemins aménagés ces dernières années dans notre forêt fétiche. De plus, quelques courageux n'ont pas hésité à braver la pluie (même si c'était le 1er avril) et à améliorer les passages les plus délicats du circuit, ceci sous la direction du Grand Contremaître Moustachu.

Parmi les 21 Sabistes au départ, Philippe Pillet mérite tous nos remerciements et toutes nos félicitations; nos remerciements pour l'aide qu'il a apportée à quelques coureurs du club en créant un nouveau Team, et nos félicitations car, le matin de la course, ses deux coéquipiers se demandaient s'il allait se présenter au départ ou s'il était en train d'assister à un heureux événement. Mais Philippe les attendait au stade pour leur annoncer que Nicole était d'accord de patienter encore quelques heures afin de ne pas ruiner les espoirs de leur équipe. Parti comme premier relayeur, il fit une magnifique course. Au vu de son excellent résultat, son transfert à Chicoutimi, que tout le monde attendait avec impatience, serait remis en question par le comité du SAB qui ne tient plus à se séparer d'un tel espoir.

C'est finalement 48 heures plus tard que la petite Laura poussa son premier cri, venant ainsi agrandir la famille Pillet ... et la famille du SAB...



L'heureux père, félicité par un membre de son Team

Résultats des Sabistes :

rang/équipe	Nom	temps	cat	rang
1er	TEAM FORD VITA	58'03		
19ème		1h07'06		
	Ungersböck Alfred	21'31	M20	39ème
	Charrière François	22'25	M20	50ème
	Clerc Jean-Pierre	23'09	M19	12ème
32ème		1h10'23		
	Heimo Alain	25'16	M19	26ème
	Remy Bertrand	23'25	M19	15ème
	Clément Patrick	21'40	M19	6ème
33ème		1h10'30		
	Pillet Philippe	23'42	M20	86ème
	Repond Jean-Bernard	24'02	M20	95ème
	Mézier Jean-Michel	22'44	M20	60ème
52ème		1h16'10		
	Bovet Nicolas	25'21	M19	27ème
	Delsoto Vincent	25'44	M19	30ème
	Equoy Olivier	25'04	M19	24ème
63ème		1h21'03		
	Rime Auguste	26'47	M40	37ème
	Badoux Jean-Daniel	25'39	M40	29ème
	Fracheboud René	28'35	M20	131ème
66ème		1h22'10		
	Descuves Armand	27'47	M50	9ème
	Trezzini Claude	26'26	M40	33ème
	Pasquier Romuald	27'56	M50	10ème
68ème		1h22'37		
	Heimo Catherine	26"24	F19	8ème
	Geiser Françoise	29"42	F19	29ème
	Rusca Maroussia	26"30	F19	10ème
individuels	Krähenbühl Jacques	18'52	M20	1er
	Clément Barbara	27'36	F19	15ème
	Musy Pascal	30'43	M19	44ème
	Musy François	30'45	M20	133ème

Course des organisateurs (samedi 15 avril)

Braillard Irénée	28'35
Gremion Bernard	29'05

SOLANGE BERSET : MON APPROCHE DU SPORT

La compétition, c'est aussi l'essence même du sport, c'est ce qui fait son caractère spécifique et son dynamisme. La compétition est aussi un jeu librement choisi et accepté.

La finalité biologique de la femme n'est pas ambiguë. La nature voit en elle le complément de l'homme qui permet la conception de la vie et la mise au monde des enfants. La femme d'aujourd'hui se permet de s'identifier au-delà de son rôle biologique, la science lui a permis d'évoluer. La femme ne nie pas pour autant son être féminin, elle reste femme et elle se distingue encore de l'homme malgré sa promotion sociale. Lorsqu'elle court, elle se comporte en femme libre, mais aussi en femme qui subit les effets de la physiologie : la cyclicité hormonale, l'architecture corporelle influencent sa pratique de la course à pied. La coexistence est possible. Courir est une activité féminine aussi, mais qui nécessite une réflexion sur les différences physiologiques fondamentales entre les hommes et les femmes.

Après six années de compétition, plusieurs milliers de kilomètres parcourus, il est clair que mon investissement personnel est important, mes week-end bien souvent sont consacrés aux courses; l'avantage, pour moi, étant toutefois que ma famille toute entière y participe aussi. J'ai goûté à la persévérance, la patience, l'effort, l'échec et la réussite.

Je suis reconnaissante au sport pour ce qu'il a pu changer et apporter à ma vie et invite toutes les femmes et les hommes à se lancer dans cette aventure.

(Ces propos de Solange Berset sont extraits d'un exposé qu'elle a fait lors de l'assemblée des délégués de la FFA, en décembre dernier à Belfaux)

SAB - SPORTING ATHLETISME BULLE

Case postale 73 1630 Bulle

GRILLE D'ENTRAINEMENT

été 1989 Valable dès le 1.05.89

GROUPE	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Buts
① 6 à 11 ans			17h00-18h00 Stade P. Haymoz S. Chassot			10h00 - 11h30 Stade P. Engelmann	Athlétisme par le jeu
② 12 - 14 ans	18h30-20h00 Stade P. Engelmann Chr. Allaman		18h30-20h00 Stade P. Engelmann Chr. Allaman))			Athlétisme général et spécifique
③ Compétition dès 15 ans		mi-fond dès 18h30 Stade J. Pillet	sauteurs dès 18h30 Stade J. Pillet	mi-fond sprint 18h30-20h30 J. Pillet P. Pochon Stade ----- lancers 17h00-19h00 R. Ehrbar St. Uldry Stade	mi-fond dès 19h00 Stade J. Pillet		Athlétisme spécifique Préparation à la compétition
④ Populaires	18h30 Départ du Stade F. Rigolet	Mardi ou mercredi 17h30 Course ou marche en montagne selon entente préalable		18h30 Départ du Stade F. Rigolet			Sport-santé et course
⑤ Dames		19h30 Stade Chr. Seydoux M.-M. Remy	Numéros de téléphone utiles : S. Chassot 2.96.48 P. Haymoz 5.26.37 P. Engelmann 2.63.60 Chr. Allaman 2.84.52 Fr. Perritaz 2.21.44 R. Ehrbar 2.68.48 P. Pochon 5.23.13 F. Rigolet 2.57.60 Chr. Seydoux 2.86.05 J. Pillet 2.39.16 St. Uldry 2.80.03				Sport-santé et course

COURSE DE SKI DE FOND DU SAB

RESULTATS

Date : Lendemain du souper du TCS

Heure : Trop tôt pour ceux qui étaient au souper du TCS et qui sont rentrés tard.

Lieu : Im Fang (Trop loin pour ceux qui étaient au souper du TCS; ils auraient préféré les Monts-de-Riaz, mais il n'y avait pas de neige)

Organisation : Parfaite, par Freddy et ses dames, avec participation du Ski-Club Nestlé.

Vainqueur : Un habitué des premières places, mais pas à ski de fond (il n'était pas au souper du TCS).

Remarque 1 : Magnifiques prix pour récompenser les premiers, et les autres par tirage au sort (encore un grand merci aux organisateurs).

Remarque 2 : Jean-Michel a retrouvé les clés de sa voiture; elles se trouvaient au fond de l'un des nombreux trous qu'il a laissés après son passage (heureusement les autres étaient presque tous devant).

Classement : Ceux qui étaient au souper du TCS sont en italique (les autres aussi):

Catégorie : Enfants

Temps

- | | |
|-------------------------|--------|
| 1. <i>Rigolet Marc</i> | 20'07" |
| 2. <i>Bapst Sylvain</i> | 21'31" |
| 3. <i>Bapst Joël</i> | 36'02" |

Catégorie : Dames

- | | |
|-------------------------------|--------|
| 1. <i>Ungersböck Isabelle</i> | 19'03" |
| 2. <i>Gremion Ida</i> | 19'31" |
| 3. <i>Mézier Sylvie</i> | 19'42" |

Catégorie : Hommes

- | | |
|-------------------------------|--------|
| 1. <i>Gremion Bruno</i> | 23'26" |
| 2. <i>Ungersböck Alfred</i> | 23'37" |
| 3. <i>Gottofrey René</i> | 24'51" |
| 4. <i>Tinguely Bernard</i> | 26'04" |
| 5. <i>Charrière François</i> | 26'14" |
| 6. <i>Braillard Irénée</i> | 26'19" |
| 7. <i>Bapst Pierre-Noël</i> | 27'04" |
| 8. <i>Ehrlicher Alfons</i> | 27'11" |
| 9. <i>Andrey Joseph</i> | 28'34" |
| 10. <i>Hegg Walter</i> | 28'44" |
| 11. <i>Gremion François</i> | 30'26" |
| 12. <i>Brambrink Gerhard</i> | 31'55" |
| 13. <i>Mézier Jean-Michel</i> | 33'20" |
| 14. <i>Pasquier Romuald</i> | 34'10" |

Bravo à tous !

...viens courir avec nous
pour te faire plaisir...



Programme 1989 - Groupe Populaire

CHIFFRES ET COMMENTAIRES

LIEU ET APPELLATION

CARACTERISTIQUES/PARCOURS

JE 04.05	*BROC	Course des Trois Ponts	Cross/route-10 km.
SA 13.05	<u>BERNE</u>	<u>Grand Prix de Berne</u>	Route/16 km.
SA 17.06	<u>HEREMENCE</u>	<u>Tour d'Héremence</u>	3 x 7 km. = 21 km./300 m.dén.
SA 01.07	*MARSENS	Tour du Gibloux	19 km./650m. dén.
DI 20.08	*NEIRIVUE	Neirivue Le Moléson	20 km./1265m. dén.
SA 26.08			
DI 27.08	<u>ALLEMAGNE</u>	<u>Multheim-Berglauf</u>	10,5 km./905m. dén.
DI 27.08	*LA VILLETTE	<u>La Villette-Chalet du Régiment</u>	9 km./825m. dén.
DI 17.09	*ROMONT	Montagne de Lussy	Route-forêt/14,7 km.
DI 01.10	MORAT	Morat-Fribourg	Route/17,150 km.
SA 14.10	*CHARMEY	Tour de Charmey	Contre la montre/8,8 km.
DI 05.11	*BOULOZ	Trophée Vallée du Flon	Route/11 km.
SA 18.11	*BULLE	Corrida Bulloise	
SA 02.12	<u>GENEVE</u>	<u>Course de l'Escalade</u>	

Le 10'000 m de la coupe gruérienne aura lieu vraisemblablement le :
mercredi 31 mai ou le vendredi 2 juin.

Remarques :

* courses comptant pour la coupe "La Gruyère", inscriptions individuelles.
autres courses : compétitions patronnées par le responsable du groupe POP...

Des entraînements spécifiques et "ballades" en montagne seront mis sur pieds en
cours de saison et selon entente : renseignements lors des entraînements habituels

Entraînements : lundi et jeudi (par tous les temps)

DEPART STADE : 18.30 h. précises...

Le responsable du groupe 4

Freddy Rigolet Tél. 2 57 60

CROSS :

D'excellents résultats ont été réalisés par les Sabistes aux Championnats fribourgeois de Cross à Guin. 19 jeunes des groupes 1 et 2 ainsi que 9 membres des groupes 3 et 4 y ont pris part. Les sujets de satisfaction furent nombreux : 1 challenge pour nos cadets A, 3 titres, 5 places sur le podium ... et des courses passionnantes pour les spectateurs!

Notons une fois de plus les remarquables résultats de Patrick Clément en cette première période de l'année : non content de rester derrière Bruno à Belfaux et à Guin, Patrick est allé remporter un cross à Fribourg avant de briller aux Championnats suisses à Zofingen (8ème !), se classant pour la première fois devant Bruno... De plus, il s'est adjugé une excellente 5ème place lors de la finale Suisse-Ouest du Cross-Ovo à Lausanne.

COUPE GRUERIEENNE DE SAUT EN HAUTEUR

Mise sur pied par Gérald Rumo (FSG Marsens), Gilles L'Homme (SFG Neirivue) et Peter Engelmann, cette première édition a connu un succès réjouissant. 47 jeunes de 8 à 16 ans ont participé à l'une ou l'autre manche de la Coupe. Chaque participant a reçu un prix-souvenir, les 3 premiers de chaque catégorie recevant même une jolie petite coupe.

La participation du SAB fut là aussi importante : 17 jeunes des groupes 1 et 2 (1/3 de l'effectif total) et 3 athlètes du groupe 3. Aucune cadette A ou B n'a participé à cette épreuve. Encourageons

donc vivement les écolières d'aujourd'hui a persévérer : ce sont les cadettes de demain!
 Il convient de saluer les résultats prometteurs de Patricia Uldry, Annick Berset et Stéphane Sauter, et de relever les vainqueurs Jephté Crespo et Laurent Rime, les plus réguliers dans leur catégorie respectives.

LE PHOTOGRAPHE ETAIT A GUIN

MEETING EN SALLE A MACOLIN (21/22.02.89)

6 Sabistes entraînés par Patrick Pochon ont fait le déplacement pour participer au 10ème Meeting national en salle organisé par la GGB.

Selon les statistiques de la FFA et les Bulletins du SAB, des athlètes du club ont déjà participé à des meetings à Macolin en 1983 (6 athlètes), en 85 (5), en 87 (17) et en 88 (17).

Relevons le résultat de Ghyslaine Pasquier sur 400m, ses 64"52 figurant comme record fribourgeois!

Pascal Frossard a nettement amélioré sa meilleure performance personnelle sur 200m (25"87 en 1988), alors que Laurence Kisenga établissait un nouveau record du club sur 200m indoors en 28"19.

Résultats :		60m	200m	400m
ACTIFS :	POCHON Patrick			54"57
CADETS A :	FROSSARD Pascal	7"67	24"90	
CADETS B :	FROSSARD Michaël	8"04	26"86	
	EGGERTSWYLER Xavier	8"22		
DAMES-JUN.:	KISENGA Laurence	8"54	28"19	
CADETTES A:	PASQUIER Ghyslaine			64"52



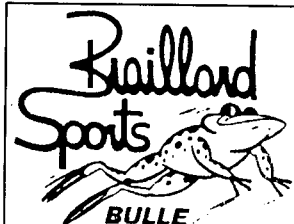
Maroussia Rusca,
championne
fribourgeoise en
cadettes A



Chez les cadet A, Bruno (1er à l'arrivée) et Patrick (2ème) ne vont pas tarder à distancer leurs deux derniers contradicteurs.



Isabelle Seydoux s'envole vers la victoire chez les dames-populaires, alors que Sylvain Bapst sait qu'il peut compter sur un supporter de choix en la personne de son président cantonal de papa.
(photos Jacques Pillet)



**La course à pied,
c'est notre
domaine...**

Rue de Vevey 7
029 / 2 11 33

SA 18.02.89 : CHAMPIONNAT FRIB. DE CROSS A GUIN / 28 sabistes

POPULAIRES 6000 M. 38 PART.				
19.	CHARRIERE	François	60 22'19	
CADETS A 4800 M. 16 PART.				
1.	GREMION	Bruno	72 16'33	CHAMPION FRIB.
2.	CLEMENT	Patrick	72 16'39	
13.	HEIMO	Alain	73 18'29	
CADETS B 3600 M. 37 PART.				
8.	DEL SOTO	Vincent	75 13'10	
10.	EOUEY	Olivier	75 13'13	
ECOLIERS A 2400 M. 48 PART.				
5.	CRESPO	Jephté	76 9'23	
15.	CRESPO	Nathan	77 9'57	
17.	BARRAS	Samuel	76 10'04	
32.	GREMAUD	Laurent	77 10'54	
33.	BAPST	Sylvain	76 10'55	
34.	SCHEURER	Lionel	77 10'57	
ECOLIERS B 1200 M. 67 PART.				
2.	ALBERTANO	David	78 4'24	
15.	RIGOLET	Marc	78 4'54	
17.	RIME	Sylvain	78 4'58	
23.	GREMAUD	Jérôme	78 5'05	
ECOLIERS C 1200 M. 49 PART.				
10.	SAUTEUR	Stéphane	80 5'15	
DAMES-POP. 3600 M. 5 PART.				
1.	SEYDOUX	Isabelle	62 16'16	CHAMPIONNE FRIB.
DAMES-JUN. 4800 M. 3 PART.				
2.	HEIMO	Catherine	71 19'30	
CADETTES B 3600 M. 24 PART.				
1.	RUSCA	Maroussia	74 13'58	CHAMPIONNE FRIB.
ECOLIERS A 2400 M. 26 PART.				
11.	GRANGIER	Sarah	76 10'39	
ECOLIERS B 1200 M. 45 PART.				
23.	LENGE	Caterina	78 5'35	
24.	ULDRY	Patricia	78 5'36	
26.	REPOND	Vania	79 5'39	
27.	BRAILLARD	Sophie	78 5'40	
ECOLIERS C 1200 M. 43 PART.				
2.	ETIQUE	Myriam	81 5'14"1	
3.	AMARO	Alexandra	80 5'14"8	
4.	RUSCA	Tamara	80 5'17"2	

COUPE GRUERIENNE DE SAUT EN HAUTEUR 1989 1ère manche 2ème manche TOTAL
25.2 Neirivue 11.3 Marsens

ECOLIERES A (1976-1977)

1. PICCARD	Céline	76	MARSENS	115cm	115cm	230cm
3. GRANGIER	Sarah	76	SA BULLE	110cm	115cm	225cm

ECOLIERES B (1978-1979)

1. ULDRY	Patricia	78	SA BULLE	115cm	115cm	230cm
3. LENGE	Caterina	78	"	105cm	105cm	210cm
4. TINGUELY	Catherine	79	"	95cm	100cm	195cm
5. HUWILER	Line	79	"	95cm	100cm	195cm

ECOLIERES C (1980-1981)

1. BERSET	Annick	80	SA BULLE	105cm	100cm	205cm
2. ETIQUE	Myriam	81	"	---	95cm	95cm

ECOLIERES A (1976-1977)

1. CRESPO	Jephté	76	SA BULLE	130cm	130cm	260cm
4. LAUPER	Sébastien	76	"	125cm	115cm	240cm
5. BAPST	Sylvain	76	"	115cm	120cm	235cm
7. GREMAUD	Laurent	77	"	110cm	110cm	220cm
8. SCHEURER	Lionel	77	"	---	120cm	120cm

ECOLIERES B (1978-1979)

1. FRAGNIERE	Bruno	78	NEIRIVUE	115cm	110cm	225cm
2. RIGOLET	Marc	78	SA BULLE	100cm	110cm	210cm
4. GREMAUD	Jérôme	78	"	---	110cm	110cm
5. RIME	Sylvain	78	"	---	105cm	105cm

ECOLIERES C (1980-1981)

1. SAUTEUR	Stéphane	80	SA BULLE	105cm	110cm	215cm
------------	----------	----	----------	-------	-------	-------

CADETTES A (1972-1973)

1. PITTET	Karine	73	MARSENS	130cm	120cm	250cm
-----------	--------	----	---------	-------	-------	-------

CADETTES B (1974-1975)

1. COSANDEY	Valérie	74	NEIRIVUE	130cm	135cm	265cm
-------------	---------	----	----------	-------	-------	-------

CADETS A (1972-1973)

1. RIME	Laurent	73	SA BULLE	150cm	154cm	304cm
---------	---------	----	----------	-------	-------	-------

CADETS B (1974-1975)

1. FRAGNIERE	Nicolas	75	NEIRIVUE	145cm	151cm	296cm
5. DELEZE	Olivier	74	SA BULLE	150cm	---	150cm
6. SCHEURER	Laurent	75	"	---	130cm	130cm

JUNIORS (1970-1971)

CLERC	Steve	71	SA BULLE	165cm	170cm	335cm
-------	-------	----	----------	-------	-------	-------

NOMBRE DE PARTICIPANTS	FILLES	21	22	22
<Neirivue : 14>	GARCONS	22	25	26
<Marsens : 14>	TOTAL	43	47	48



NOUVEAU EN EXCLUSIVITE
POUR RESOUDRE VOS PROBLEMES,
ANALYSE GRATUIT DU PIED.



Sports
Bulle
Tél. (029) 2 76 47



Hi-Tech



VOTRE POINT DE RENCONTRE A BULLE

CAFÉ DE LA CLEF

Petite restauration - Salle pour réunions
Fam.G. Gothuey-Morard • ☎ (029) 2 72 80 • rue de Gruyères

Des livres
sur tous les sujets...



RUE DE VEVEY 11 — TÉL. (029) 2.82.09 — 1630 BULLE



Outils
Tondeuses
Engrais

BULLE

LE SPÉCIALISTE DES ARTICLES DE JARDIN

PENSEZ À TOUS LES COMMERÇANTS
QUI COLLABORENT
PAR LEUR APPUI FINANCIER
À LA DIFFUSION DE CE BULLETIN

LES CARNETS MEDICAUX DU PROFESSEUR VANDERMEULEN

La diététique du sportif

Quelles bêtises n'ont pas été dites sur l'alimentation du sportif. Bêtises, mais aussi mensonges et charlataneries. Ce domaine, important s'il en est, reste le royaume des gourous et des pseudos scientifiques. Heureusement, grâce à ma longue expérience de la haute compétition et à un travail acharné, mon cerveau fécond a mis au point LE REGIME adapté au sportif. Ce régime, garanti 100 %, permet d'améliorer ses résultats de manière stupéfiante. Voici de quoi il se compose :

En hors-d'oeuvre : la fondue sportive pour laquelle on remplace le pain par des meringues fourrées à la crème (double naturellement), et ... frites.

Plat principal : Une bon morceau de gras de viande, sauce au beurre de cacahouette, compote d'oignons, confiture de fraises, purrée de marron, et ... frites.

Dessert : l'omelette Kristiansen (Norvégienne) à la mayonnaise avec béarnaise en option, et ... frites.

Boisson : bonne bière belge à volonté.

J'entends déjà les hauts cris poussés par les empêcheurs de courir en rond, les ascètes du sport, les ennuyeux adeptes de l'Isostar, du Rivella et du Birchermüesli. Moi, j'affirme que si tous les athlètes du pays suivaient ce régime immanquablement, je gagnerais 400 à 500 places à Morat-Fribourg... Facile...

C'est pas de l'efficacité ça... non mais !

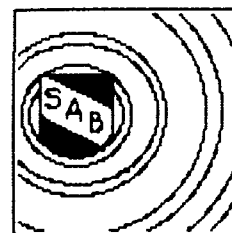
Prof Vandermeulen
désagrégé en
sciences éthyliques
de l'Université
d'Houtsiplou-sur-Meuse (Belgique)

RECORDS DU SAB JUNIORS au 31 décembre 1988 H 18/19 ans
***** F 17/18 ans

100 METRES	CHATAGNY	Eric	69	11"02	86
DAMES	REMY	Géraldine	68	13"02	85
200 METRES	CHATAGNY	Eric	69	22"80	86
DAMES	KISENGA	Laurence	70	26"65	87
300 METRES	PYTHOUD	Pierre	59	36"82	77
DAMES	REMY	Géraldine	68	44"18	85
400 METRES	PERRITAZ	Francis	60	50"76	79
DAMES	CHARRIERE	Isabelle	62	63"14	77
600 METRES	PYTHOUD	Pierre	59	1'26"64	78
DAMES	CHARRIERE	Isabelle	62	1'40"5	76
800 METRES	GREMION	Bruno	72	1'58"73	88
DAMES	CHARRIERE	Isabelle	62	2'21"70	78
1000 METRES	GREMION	Bruno	72	2'36"53	88
DAMES	RUSCA	Maroussia	74	3'10"68	88
1500 METRES	GREMION	Bruno	72	4'06"07	88
DAMES	CHARRIERE	Isabelle	62	4'47"42	78
DAMES	HEIMO	Catherine	71	5'04"75	88
3000 METRES	GREMION	Bruno	72	9'09"12	88
DAMES	RUSCA	Maroussia	74	10'58"70	88
5000 METRES	GOBET	P.-André	55	15'53"8	74
DAMES	CLEMENT	Barbara	69	21'56"04	85
10000 METRES	GOBET	P.-André	55	34'39"7	74
HEURE	vacant				
MARATHON	CHARRIERE	François	60	3:12'31	79
DAMES	CHARRIERE	Isabelle	62	3:44'02	79
2000m steeple	GOBET	P.-André	55	6'31"1	74
DECATHLON	vacant				
HEPTATHLON	vacant				
PENTATHLON	VALLELIAN	Alain	68	2661 pts	87
DAMES oldH	MURITH	Suzanne	59	2781 pts	77
new	REMY	Géraldine	68	2324 pts	86

RECORDS DU SAB JUNIORS au 31 décembre 1988 (suite)

110M	HAIES	ENGELMANN	Marcel	62	17"31	81
100M	HAIES	DUCREST	Véronique	68	19"00	85
400M	HAIES	vacant				
LONGUEUR	ANDREY	Jean-Daniel	59	6,52 m	78	
DAMES	MURITH	Suzanne	59	5,47 m	77	
HAUTEUR	ANDREY	Jean-Daniel	59	1,86 m	77	
	BOURQUI	Claude	63	1,86 m	82	
DAMES	MURITH	Suzanne	59	1,65 m	77	
PERCHE	vacant					
TRIPLE	vacant					
POIDS 7,25kg	CHATAGNY	Eric	69	10,44 m	87	
DAMES 4kg	KISENGA	Laurence	70	8,48 m	87	
JAVELOT (old)	PROGIN	Marc	63	48,92 m	80	
	(new)	vacant				
DAMES	ZEHNDER	Sabine	62	29,30 m	78	
DISQUE 2kg	VALLELIAN	Alain	68	27,94 m	86	
DAMES 1kg	ZEHNDER	Sabine	62	22,42 m	78	
MARTEAU	vacant					
4x100m	PERRITAZ F./PYTHOUD P.			44"6m	77	
	RESSNIG D./REPOUD J.-B.					
DAMES	PASQUIER G./YERLY A.			53"55	87	
	CHARRIERE C./KISENGA L.					
4x200m	BERSIER A./CHARRIERE I.			1'56"31	77	
DAMES	ZEHNDER S./MURITH S.					
4x400m	vacant					
SUEDOIS	ANDREY J.-D./PERRITAZ F.			2'04"04	77	
	PYTHOUD P./RESSNIG D.					
OLYMPIQUE	RESSNIG D./PYTHOUD P.			3'30"14	78	
	PERRITAZ P./ANDREY J.-D.					
DAMES	HEIMO C./PASQUIER G.			4'08"44	88	
	KISENGA L./CHARRIERE C.					
3x1000m	REMY B./CLEMENT P./GREMION B.			8'05"96	88	
3x800 m	GEISER F./RUSCA M./HEIMO C.			7'36"86	88	



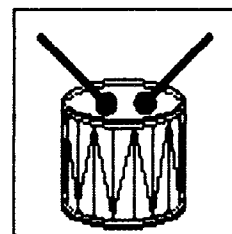
ECHO SABISTES

Bienvenue aux nouveaux membres à qui nous souhaitons beaucoup de plaisir au sein du club :

Burgisser Thierry	1981	Bulle
Delsoto Vincent	1975	Bulle
Fracheboud René	1950	Bulle
Fragnière Benoît	1959	Bulle
Monnairon Gilbert	1956	Bulle
Poffet Vincent	1980	Bulle
Sterchi Marilyn	1979	Le Pâquier

Carnet rose :

Le 12.4.89, la cigogne des PTT a déposé la petite Laura dans la case postale de Nicole et Philippe Pillet, et ceci pour leur plus grande joie. Nos vives félicitations aux parents et nos meilleurs voeux de santé et prospérité à Laura.



COMMUNICATIONS OFFICIELLES

le caissier vous a envoyé, il y a quelques jours, le message traditionnel pour le paiement de la cotisation 1989. Vous faciliterez tant soit peu ses nombreuses tâches en la réglant dans les délais. Il vous en remercie d'ores et déjà vivement.

Nos Manifestations pour la jeunesse en 1989

samedi 6 mai : GRAND PRIX BPS, courses de 1,5 à 4 km en forêt, pour filles et garçons nés de 1971 à 1982.

mercredi 24 mai : CHAMPIONNATS GRUERIEN DE DEMI-FOND, course du km sur piste, pour filles et garçons nés de 1972 à 1981.

samedi 3 juin : CONCOURS JEUNESSE, concours multiples, 80 ou 100m, lancer de la balle ou du boulet, saut en longueur ou en hauteur, pour garçons et filles nés de 1972 à 1981.

jeudi 15 juin : CHAMPIONNATS GRUERIENS DE SPRINT, 80 et 100m, pour filles et garçons nés de 1973 à 1978.

Calendrier piste de la FFA :

Il a été envoyé par la poste à tous les licenciés.

Prochain Bulletin du SAB :

Il paraîtra à la fin août 1989.

Vous pouvez remettre vos textes dès qu'ils sont prêts, mais au plus tard pour le 10 août.

Nous vous remercions d'ores et déjà de votre collaboration.

Ont collaboré à ce numéro :

Bernard Gremion
Freddy Rigolet
Jacques Pillet
Jean-Michel Mézier

Irénée Braillard
Peter Engelmann
Marcel Engelmann

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

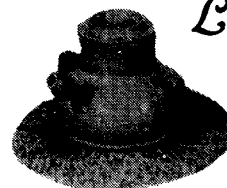


J. & A. GLASSON S.A.

outillage-arts ménagers

☎ (029) 3 12 22

Grand'Rue 13 - Rue de la Sionge **BULLE**



Les terres cuites de Provence

Articles de cuisson, de décoration

Articles cadeaux - Artisanat

Christiane Nigg-Seydoux

rte de Riaz 15 - (029) 2.22.75 - Bulle
ENTRÉE PRÈS DE GRUYÈRE-CENTRE

Flours

Graines



Tél. (029) 2 82 55 Grand-rue 37

1630 **BULLE**



**CHARLY
SPORTS**



1635 LA TOUR-DE-TRÈME — Tél.(029)2 38 88