P.P. ✡
1630 BULLE

M., Mme, Mlle

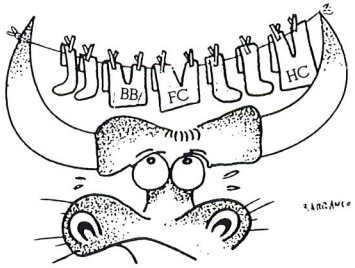
Adresses du club

Sporting Athlétisme Bulle, Case postale 73, 1630 Bulle

Président:	Bernard Gremion, rue du Moléson 15, Bulle ☏ 029/2 75 79	
Secrétaire:	Christine Seydoux, Mon Repos 1, La Tour-de-Trême	2 86 05
Caissier:	Irénée Braillard, rue de la Sionge 35, Bulle	2 52 03
Responsable du groupe 1 + 2:	Peter Engelmann, sur la Rêche 36, Bulle	2 63 60
Responsable du groupe 3:	Jacques Pillet, rue Ancien Comté, La Tour-de-Trême	2 39 16
Responsable du groupe 4 (populaires):	Frédy Rigolet, ch. des Chenevières 2, Bulle	2 57 60
Groupe 5 (dames):	Christine Seydoux, Mon Repos 1, La Tour-de-Trême	2 86 05
Responsable et adresse du bulletin du SAB:	François Charrière, rue de Gruyères 7, Bulle	2 73 27

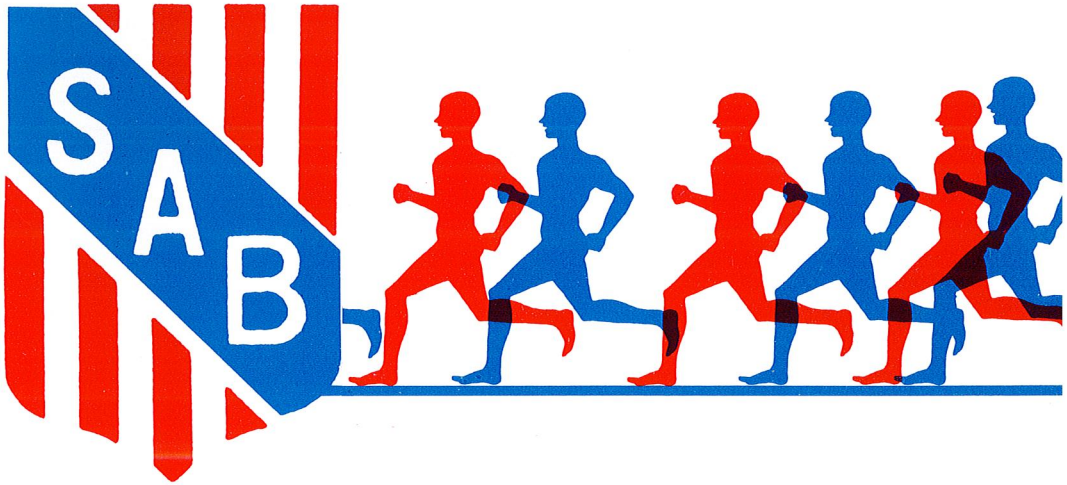
✡ ✡ ✡

Impression en sérigraphie...
... une seule adresse au
de la Gruyère
Pour vos t-shirts, autocollants, cartes de crédit, panneau magnétique, etc.



SÉRIGRAPHIE GRAFISA SA 1636 BROC 029/6 16 20

BULLETIN SAB



N° 2 Septembre 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

GRAVOJYP DIFFUSION SA

Tél. 029 / 2 98 87
18, rue de Vevey
CH - 1630 BULLE

murith + multiwatt sa.

INSTALLATIONS ÉLECTRIQUES
INSTALLATIONS TÉLÉPHONIQUES
- *Appareils électro-ménagers*
- *Grand choix de lustrerie*
- *Liste de mariage*

BULLE, Grand-Rue 45, ☎ (029) 2 82 20

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

EDITORIAL

Aujourd'hui, c'est samedi et j'ai le temps, je n'ai rien à faire. Notre président bien aimé m'a enfin laissé, à mon 3ème numéro, l'honneur d'écrire un éditorial pour la 1ère page de votre journal préféré. Alors je suis tout fou, je vais pouvoir prendre mon temps, et oui...
A tel point que je me demande quel sujet je pourrais bien aborder. Tiens, et si je vous parlais de mes vacances, du sable, de la couleur de l'eau... Non, vous y étiez aussi... Ah! Et les meetings de l'été. Non plus, vous les avez tous suivis à la télé et vous en savez plus que moi. Les brillants résultats de nos jeunes aux Championnats Suisses, ça ne va pas non plus, d'autres s'en chargent dans ce numéro.
Bon, je pourrais éventuellement revenir sur la blessure d'un certain coureur bullois au Tour des Dents du Midi, mais là, je risquerais de perdre ma place de responsable du bulletin. Ca y est, je vais vous parler de la participation budgétaire chez nos voisins russes. Pardon? Ca n'a pas sa place dans le journal d'un club athlétique. Bon alors quoi? Vous voulez un sujet plus...
Cette fois, j'ai trouvé, mais vous l'aurez voulu... Juste un petit moment, que j'aille jusqu'au frigo pour me servir un grand verre d'Isostar et je suis à vous tout de suite...
Voilà, j'ai été pris dans un guet-apens. En sortant du frigo, le canapé du salon m'a obligé (sous peine de représailles) à m'allonger un instant et... je me suis endormi. Et maintenant il est tard, je n'ai plus le temps d'écrire. Tant pis pour vous, il faudra maintenant attendre un prochain numéro, que Bernard me donne à nouveau une chance. Je vous promets qu'alors je vous ferai quelque chose de grand sur ... non, je vous en laisse la surprise.

François

Propos de Président

UN QUATUOR DE CHOC ...

Incroyable... Et pourtant, en l'espace de 3'27''00, le temps d'un relais olympique lors des derniers championnats suisses de relais à Sion, le rêve inavoué de quatre jeunes sabistes devenait réalité au terme d'une course d'une folle intensité qui les consacrait champions suisses.

Détermination, ambition et talent ont permis à Bruno (800m), Patrick (400m), Pascal (200m) et Michaël (100m) de construire une victoire décrochée ce jour-là avec une classe exceptionnelle et dans une débauche d'énergie collective. Un titre de champion suisse confine aujourd'hui à l'exploit tant la concurrence est toujours plus forte. Cette consécration au plus haut niveau - après le titre du 3 x 1000m de 1987 - s'offrait au club dans une nouvelle dimension, peut-être la plus belle au niveau de la camaraderie et de l'entente sportive: l'association des demi-fonniers avec les sprinters...

Bien entendu, on se plaît à espérer que ces brillants résultats, demain et après-demain, lorsque les cadets d'aujourd'hui seront devenus juniors et plus tard actifs, trouveront confirmation. En attendant, merci à vous les jeunes de nous avoir procuré autant de plaisir et d'être des locomotives pour les plus jeunes... Et merci aussi de pouvoir vous dire, en pensant à Jacques: j'ai même vu un entraîneur heureux... Sans oublier Patrick Pochon. Tous deux, ils le méritaient bien aussi, ce titre qui est d'abord le vôtre mais qui fait également la fierté de tout un club.

Bernard

Accidents musculaires, sans lésion anatomique, liés à une cause intrinsèque : crampe, contracture, courbature.

Ces affections musculaires, extrêmement fréquentes en pratique courante, sont plus à redouter pour la gêne qu'elles occasionnent au cours de la pratique sportive que pour leur gravité (pas d'atteinte anatomique).

La CRAMPE est une contraction brutale, paroxystique, involontaire, douloureuse et transitoire d'un muscle.
La crampe peut survenir au repos, la nuit, réveillant le sujet par l'intensité de la douleur, mais aussi au cours d'un effort musculaire statique de longue durée.
Les crampes apparaissent généralement lors de périodes d'activité physique excessive (entraînement surdosé, sujet fatigué), et peuvent être dues à un échauffement insuffisant, une récupération active postexercice trop courte, un geste technique défectueux effectué en force, un effort anaérobie important ou à un manque de potassium, magnésium, calcium. Le traitement immédiat consiste à étirer progressivement le muscle et à effectuer dans cette position un massage local associé à de la thermothérapie, tout ceci étant suivi de mouvement rapides et de grande amplitude.

Les COURBATURES sont des douleurs musculaires diffuses et disséminées à plusieurs groupes musculaires, survenant 12 à 24 heures après l'effort, avec un maximum à la 48e heure et qui cèdent en 5 à 7 jours. Les muscles sont indurés et tendus; la palpation, même appuyée, réveille une douleur; la mobilité est plus douloureuse à froid qu'après un échauffement.

Les courbatures s'observent essentiellement à la reprise de l'entraînement, au début de la saison sportive et de façon plus générale lors d'efforts inhabituels. La prophylaxie consiste à avoir un entraînement régulier tout au long de l'année, non haché par des périodes intempestives d'arrêt, et à ne pas interrompre brutalement un effort intense (temps de récupération active suffisant).
La lutte contre les courbatures doit faire appel aux différentes techniques capables de favoriser le drainage du muscle et l'élimination des déchets métaboliques : bains chauds et aspirine, massages à visée circulatoire et pétrissages, emploi de baumes et de pommades chauffants, activité physique minimale (balnéothérapie, footing léger).

La CONTRACTURE est une contraction involontaire et inconsciente, permanente et douloureuse localisée à un muscle ou à l'un de ses faisceaux, ne cédant pas spontanément au repos.
La palpation réveille une douleur localisée avec impression de dureté sous les doigts par rapport aux tissus adjacents, et révèle l'existence de véritables cordes ou nodules indurés au sein du muscle.
Le traitement consiste essentiellement en massages associant des étirements, des décordages et des ponçages, en l'utilisation de techniques de contracté-relâché et en l'application locale de glace et de pommades myorelaxantes mais non chauffantes. (A suivre)

Source : J.-C. Chanussot et R. Danowski. Ann. Kinésithér., 1989, t. 16, no 4, pp. 133-139. Masson, Paris, 1989.

NOUVEAU EN EXCLUSIVITE
POUR RÉSOUDRE VOS PROBLÈMES,
ANALYSE GRATUIT DU PIED.

Sports Bulle
Tél. (029) 2 76 47

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

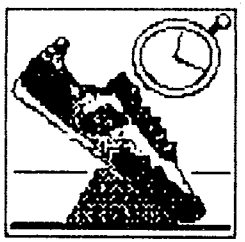
Des livres
sur tous les sujets...

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



RESULTATS DES ATHLETES (GROUPE 3) DU SAB AU 7.08.1989

DATES:
‹1› = SA 22.04 SION
‹2› = SA 22.04 VEVEY
‹3› = SA 29.04 BERNE
‹4› = LU 15.05 ZOFINGEN
‹5› = ME 24.05 BULLE / Champ. gruérien demi-fond
‹6› = SA 3.06 FRIBOURG
‹7› = MA 6.06 VEVEY
‹8› = SA 10.06 CHATEL / CSI Actifs
‹9› = VE 16/SA 17.6 GUIN (Champ. frib. indiv.)
‹10›= VE 23.06 BULLE
‹11›= SA 1/DI 2.07 LAUSANNE (Champ. rég. jeunesse)
‹12›= ME 5.07 SAINT-IMIER
‹13›= DI 9.07 MEILEN
‹14›= SA 22.07 BULLE
‹15›= ME 26.07 LA CHAUX-DE-FONDS
‹16›= ME 2.08 LANGENTHAL
‹HH›= SA 8.04 FRIBOURG (POYA)(coupe de saut)
JE 8.06 GUIN (en hauteur)

100 METRES

ACTIFS	CHATAGNY	Eric	69	11"59 ‹8›
	POCHON	Patrick	61	11"74 ‹15›
	RIME	Gérard	65	12"34 ‹1›
CADETS A	FROSSARD	Pascal	73	11"97 ‹15›
	CLEMENT	Patrick	72	12"68 ‹10›
	RIME	Laurent	73	13"40 ‹1›
	DEL SOTO	Stéphane	73	12"80 ‹10› +2,5
CADETS B	FROSSARD	Michaël	74	12"25 ‹15›
	EGGERTSWYLER	Xavier	74	12"70 ‹11›
	GACHOUD	David	75	12"85 ‹23.06. Fribourg›
DAMES-JUN.	KISENGA	Laurence	70	13"58 ‹1›
CADETTES A	PASQUIER	Ghyslaine	72	14"35 ‹1›

200 METRES

ACTIFS	POCHON	Patrick	61	23"52 ‹15›
CADETS A	FROSSARD	Pascal	73	24"10 ‹9›
CADETS B	FROSSARD	Michaël	74	24"76 ‹9›
	GACHOUD	David	75	26"44 ‹9›
	EGGERTSWYLER	Xavier	74	26"88 ‹1›
DAMES-JUN.	KISENGA	Laurence	70	28"88 ‹1›
CADETTES A	PASQUIER	Ghyslaine	72	28"29 ‹1›

400 METRES

ACTIFS	POCHON	Patrick	61	52"54 ‹6›
CADETS A	CLEMENT	Patrick	72	54"93 ‹10›
DAMES-JUN.	HEIMO	Catherine	71	63"17 ‹10›
CADETTES A	PASQUIER	Ghyslaine	72	63"72 ‹9›

600 METRES

CADETS A	CLEMENT	Patrick	72	1'31"82 ‹2›
DAMES-JUN.	HEIMO	Catherine	71	1'44"72 ‹2›

800 METRES

CADETS A	GREMION	Bruno	72	1'58"02 ‹9›
	HEIMO	Alain	73	2'20"44 ‹9›
CADETS B	EQUEY	Olivier	75	2'16"18 ‹9›
DAMES-JUN.	HEIMO	Catherine	71	2'23"76 ‹9›
CADETTES A	GEISER	Françoise	72	2'57"75 ‹12›
CADETTES B	RUSCA	Maroussia	74	2'30"24 ‹14›

1000 METRES

ACTIFS	PILLET	Jacques	50	3'15"29 ‹3›
CADETS A	GREMION	Bruno	72	2'35"88 ‹2›
	CLEMENT	Patrick	72	2'45"71 ‹2›
	HEIMO	Alain	73	2'58"38 ‹5›
CADETS B	EQUEY	Olivier	75	2'56"41 ‹5›
	DEL SOTO	Vincent	75	3'07"81 ‹5›
DAMES-JUN.	HEIMO	Catherine	71	3'17"20 ‹3›
CADETTES A	GEISER	Françoise	72	3'34"69 ‹2›
CADETTES B	RUSCA	Maroussia	74	3'10"35 ‹11›

1500 METRES

ACTIFS	SOARES	Pedro	60	4'10"77 ‹14›
	PILLET	Jacques	50	4'57"81 ‹7›
CADETS A	GREMION	Bruno	72	4'03"12 ‹13›
	CLEMENT	Patrick	72	4'11"10 ‹13›
	HEIMO	Alain	73	4'53"60 ‹9›
CADETS B	DEL SOTO	Vincent	75	4'36"77 ‹10›
	EQUEY	Olivier	75	4'37"63 ‹11›
DAMES-JUN.	HEIMO	Catherine	71	5'11"30 ‹7›
CADETTES B	RUSCA	Maroussia	74	5'00"00 ‹10›

3000 METRES

ACTIFS	SOARES	Pedro	60	8'37"40 ‹16›
CADETS A	GREMION	Bruno	72	9'05"10 ‹11›
	CLEMENT	Patrick	72	9'16"26 ‹4›
CADETS B	DEL SOTO	Vincent	75	10'07"09 ‹11›
	EQUEY	Olivier	75	10'24"52 ‹9›
DAMES	CLEMENT	Barbara	69	12'42"88 ‹9›
DAMES-JUN.	HEIMO	Catherine	71	11'36"66 ‹9›
CADETTES B	RUSCA	Maroussia	74	10'46"03 ‹11›

5000 METRES

JUNIORS	CLERC	Jean-Pierre	70	17'11"12 ‹31.05. BULLE›
DAMES	CLEMENT	Barbara	69	20'29"83 ‹31.05. BULLE›

10000 METRES

ACTIFS	CHARRIERE	François	60	35'11"89 ‹31.05. BULLE›
	PILLET	Philippe	55	38'17"53 ‹31.05. BULLE›
	MUSY	François	53	43'30"93 ‹31.05. BULLE›
	RIME	Auguste	38	43'32"05 ‹31.05. BULLE›
	PASQUIER	Romuald	38	45'11"07 ‹31.05. BULLE›

**STEEPLE

CADETS A	GREMION	Bruno	72	4'25"69 ‹11›
(1500 M)	CLEMENT	Patrick	72	4'43"12 ‹9›

**110 METRES HAIES

CADETS A (100)	RIME	Laurent	73	20"14 ‹1›

**TRIPLE

CADETS A	RIME	Laurent	73	11,66 m ‹11›

```
  =======
**HAUTEUR*************************************************************
  =======
ACTIFS        BOURQUI       Claude       63   1,75 m ‹HH›
              ENGELMANN     Marcel       62   1,70 m ‹8›
JUNIORS       CLERC         Steve        71   1,70 m ‹HH›
CADETS A      RIME          Laurent      73   1,60 m ‹9›
CADETS B      DELEZE        Olivier      74   1,60 m ‹9›
  ========
**LONGUEUR************************************************************
  ========
ACTIFS        ENGELMANN     Marcel       62    6,36 m ‹9›
CADETS  A     FROSSARD      Pascal       73    5,58 m ‹8›
              RIME          Laurent      73    5,26 m ‹10›
CADETS  B     FROSSARD      Michaël      74    5,51 m ‹9›
              DELEZE        Olivier      74    5,30 m ‹10›
CADETTES B    RUSCA         Maroussia    74    3,73 m ‹10›
  =======
**JAVELOT*************************************************************
  =======
ACTIFS        EHRBAR        Rolf         46   46,84 m ‹8›
              PILLET        Jacques      50   37,14 m ‹10›
              ENGELMANN     Marcel       62   35,86 m ‹8›
JUNIORS       FLEURY        Silvio       71   28,06 m ‹10›
CADETS A      RIME          Laurent      73   27,86 m ‹10›
  =====
**POIDS***************************************************************
  =====
ACTIFS  (7,25)EHRBAR        Rolf         46   11,59 m ‹8›
              BRAMBRINK     Gerhard      57   10,36 m ‹10›
JUNIORS (7,25)FLEURY        Silvio       71    9,81 m ‹9›
CADETS A(7,25)DEL SOTO      Stéphane     73    8,40 m ‹10›
  ======
**DISQUE**************************************************************
  ======
ACTIFS  (2)   EHRBAR        Rolf         46   31,76 m ‹8›
              ENGELMANN     Marcel       62   28,92 m ‹8›
JUNIORS (2)   FLEURY        Silvio       71   30,16 m ‹14›

›››››››››››››››››F››I››N››››F››I››N‹‹I‹‹F‹‹‹‹N‹‹I‹‹F‹‹‹‹‹‹‹‹‹‹‹‹‹‹‹
```

- RECORDS ET MEILLEURES PERFORMANCES : 24 meilleures performances personnelles ont été réalisées aux Championnats fribourgeois et régionaux jeunesse, ce qui montre que nos athlètes étaient prêts au bon moment!
Les records et meilleures performances du SAB établis cette année:
Actifs: Relais olympique / 1500m (Bruno) / 3000m (Pedro Soares)
Dames: 3x800m / 3000m (Maroussia) / 5000m (Barbara)
Juniors: triple (Laurent) / disque et javelot (Silvio) /
800-1000-3000m (Bruno)
Dames-juniores: 1000m (Maroussia)
Cadets A: javelot (Laurent)/ 1500m steeple (Bruno)

CHAMPIONNAT SUISSE INTERCLUB ACTIFS - SA 10 JUIN 89 - CHATEL

HOMMES E	100 m	Chatagny	Eric	69	11"59	668 p
	800 m	Gremion	Bruno	72	1'58"79	769 p
	3000 m	Clément	Patrick	72	9'24"96	671 p
	Longueur	Frossard	Pascal	73	5,58 m	510 p
5603 p	Hauteur	Engelmann	Marcel	62	1,70 m	588 p
======	Boulet	Ehrbar	Rolf	46	11,59 m	572 p
	Javelot	Ehrbar	Rolf		46,84 m	590 p
	Disque	Ehrbar	Rolf		31,76 m	513 p
	4x100 m	Pythoud	Pierre	59		
		Chatagny	Eric	69		
		Frossard	Michael	74		
		Frossard	Pascal	73	45"85	722 p

CHAMPIONNAT SUISSE INTERCLUB ECOLIERS - SA 24 JUIN 89 - BULLE

ECOLIERS A	80 m	Barras	Samuel	76	11"4	68 p
	1000 m	Perrinjaquet	Eric	77	3'44"	52 p
	Longueur	Bapst	Sylvain	76	4,07 m	62 p
351 p	Hauteur	Bapst	Sylvain		1,30 m	66 p
=====	Boulet (4)	Barras	Samuel		6,25 m	56 p
	4x100 m	Bapst	Sylvain			
		Gremaud	Laurent	77		
		Perrinjaquet	Eric			
		Barras	Samuel		60"8	47 p
ECOLIERS B	80 m	Rime	Sylvain	78	13"7	38 p
	1000 m	Albertano	David	78	3'43"	52 p
	Longueur	Romanens	Eric	78	3,80 m	56 p
287 p	Hauteur	Gremaud	Jérôme	78	1,20 m	57 p
=====	Boulet (3)	Romanens	Eric		6,64 m	55 p
	4x100 m	Sauteur	Stéphane	80		
		Rime	Sylvain			
		Romanens	Eric			
		Rigolet	Marc	78	65"8	29 p
ECOLIERES A	80 m	Moret	Francine	76	12"7	50 p
	1000 m	Grangier	Sarah	76	3'37"	56 p
	Longueur	Frossard	Jessica	77	3,68 m	53 p
292 p	Hauteur	Grangier	Sarah		1,15 m	53 p
=====	Boulet (3)	Vauthey	Murielle	77	4,78 m	36 p
	4x100 m	Vauthey	Murielle			
		Frossard	Jessica			
		Grangier	Sarah			
		Moret	Francine		61"7	44 p
ECOLIERES B	80 m	Sterchi	Marilyn	79	12"5	52 p
	1000 m	Lenge	Catérina	78	3'56"	44 p
	Longueur	Repond	Vania	79	3,48 m	48 p
281 p	Hauteur	Lenge	Catérina		1,10 m	48 p
=====	Boulet (3)	Gremaud	Emilie	78	5,80 m	46 p
	4x100 m	Huwiler	Line	79		
		Sterchi	Marilyn			
		Lenge	Catérina			
		Gremaud	Emilie		61"9	43 p

- NOTES: Quelque 350 points de mieux que l'année passée, une bonne journée avec une équipe très complète, les cadets B & A et les juniors étant associés aux actifs. Chez les écoliers, il faut relever la participation de 4 équipes: Ecolières A & B, Ecoliers A & B. Une fois de plus, nos jeunes ont montré qu'ils étaient prêts à assurer la relève.
Participation : groupe 3 : 14 athlètes / gr. 2 : 12 / gr.1 : 13.

CONCOURS DE JEUNESSE - COOP CUP 1989 - SA 3 JUIN 89

PARTICIPATION : 55 FILLES / 75 GARCONS / TOTAL : 130 / 36 du SAB

FILLES C 76/77 PTS 80 m /longueur/ balle 80g

* 1.	BEAUD	Frédérique	76	149	(12"14/ 4,18 m / 18,80 m)	FSG CHARMEY
2.	MORET	Francine	76	135	(12"66/ 3,80 m / 19,80 m)	SAB
3.	GRANGIER	Sarah	76	129	(13"24/ 3,44 m / 25,90 m)	SAB
5.	FROSSARD	Jessica	77	121	(12"93/ 3,49 m / 18,20 m)	SAB
7.	VAUTHEY	Murielle	77	118	(13"01/ 3,28 m / 20,00 m)	SAB

FILLES D 78/79 PTS 80 m /longueur/ balle 80g

* 1.	LENGE	Catérina	78	145	(11"83/ 3,62 m / 22,40 m)	SAB
* 2.	GREMAUD	Emilie	78	136	(13"66/ 3,34 m / 34,80 m)	SAB
5.	REPOND	Vania	79	106	(13"78/ 3,28 m / 18,20 m)	SAB
8.	STERCHI	Marilyn	79	100	(12"99/ 3,10 m / 13,60 m)	SAB
9.	HUWILER	Line	79	99	(13"14/ 3,14 m / 13,90 m)	SAB
11.	TINGUELY	Catherine	79	96	(13"91/ 2,95 m / 18,40 m)	SAB

FILLES E 80/81 PTS 60 m /longueur / balle 80g

* 1.	BERSET	Annic	80	98	(10"44/ 3,10 m / 15,80 m)	SAB
2.	VALLELIAN	Marie-L.	81	76	(10"90/ 2,75 m / 13,30 m)	SAB
3.	AMARO	Alexandra	80	64	(10"91/ 2,45 m / 11,80 m)	SAB
7.	MURITH	Sarah	81	51	(11"23/ 2,30 m / 10,60 m)	SAB
8.	BRULHART	Emilie	80	48	(12"20/ 2,50 m / 10.80 m)	SAB

GARCONS A 72/73 PTS 100 m /long. ou haut.(+)/blet 5 kg

* 1.	RIME	Laurent	73	151	(12"90/+1,55 m / 7,79 m)	SAB

GARCONS B 74/75 PTS 100 m /long.ou haut.(+)/blet 5 kg

* 1.	FROSSARD	Michaël	74	156	(12"02/ 5,00 m / 7,30 m)	SAB
* 3.	DELEZE	Olivier	74	153	(13"08/+1,60 m / 7,97 m)	SAB

GARCONS C 76/77 PTS 80 m /long.ou haut.(+)/blet 4 kg

* 1.	BAYS	Pierre	76	187	(11"85/ 4,25 m / 6,57 m)	BULLE
2.	BARRAS	Samuel	76	185	(11"77/ 4,14 m / 6,57 m)	SAB
4.	BAPST	Sylvain	76	175	(12"20/ 4,29 m / 5,83 m)	SAB
5.	CRESPO	Jephté	76	170	(12"20/+1,33 m / 5,27 m)	SAB
9.	MUSY	Pascal	77	155	(12"58/ 3,85 m / 5,39 m)	SAB
11.	GREMAUD	Laurent	77	148	(12"70/ 3,55 m / 5,57 m)	SAB
17.	PERRINJAQUET	Eric	77	133	(13"09/ 3,85 m / 4,07 m)	SAB
19.	CRESPO	Nathan	77	127	(13"33/ 3,47 m / 4,50 m)	SAB

GARCONS D 78/79 PTS 80 m /longueur / balle 80 g

* 1.	ALBERTANO	David	78	158	(12"30/ 3,60 m / 33,90 m)	SAB
5.	ROMANENS	Eric	78	135	(13"60/ 3,50 m / 31,10 m)	SAB
7.	RIME	Sylvain	78	132	(14"00/ 3,24 m / 36,30 m)	SAB
10.	THURLER	Michel	79	123	(13"49/ 3,23 m / 27,60 m)	SAB
14.	BAPST	Joël	79	105	(13"93/ 3,15 m / 20,70 m)	SAB
22.	BLEICKER	Olivier	79	70	(16"46/ 2,22 m / 27,10 m)	SAB

GARCONS E 80/81 PTS 60 m /longueur / balle 80g

* 1.	SAUTEUR	Stéphane	80	145	(10"01/ 3,43 m / 34,10 m)	SAB
3.	VAUTHEY	J.-Michel	80	105	(11"51/ 2,79 m / 33,40 m)	SAB
6.	AESCHLIMANN	Christophe	80	92	(10"58/ 3,12 m / 14,20 m)	SAB
10.	BRULHART	Mathieu	81	84	(11"05/ 2,90 m / 15,90 m)	SAB
12.	MESSERLI	Yves	80	80	(11"51/ 2,78 m / 18,40 m)	SAB

* QUALIFIES POUR LA FINALE CANTONALE DU 23 SEPTEMBRE 89 A TAVEL

CHAMPIONNAT GRUERIEN DE DEMI-FOND (1000 M) - 24 MAI 1989

Participants : 109 / 25 du SAB

FILLES	* RUSCA	Maroussia	74	3'19"76
	LENGE	Catérina	78	3'54"74
	* AMARO	Alexandra	80	3'56"30
	RUSCA	Tamara	80	3'58"14
	MORET	Francine	76	4'00"45
	STERCHI	Marilyn	79	4'03"25
	BRAILLARD	Sophie	78	4'04"33
	REPOND	Vania	79	4'07"17
	VALLELIAN	Marie-Laure	81	4'27"31
	BUCHS	Céline	80	4'30"26
GARCONS	EQUEY	Olivier	75	2'56"41
	HEIMO	Alain	73	2'58"38
	DEL SOTO	Vincent	75	3'07"81
	* ALBERTANO	David	78	3'25"95
	CRESPO	Jephté	76	3'27"53
	BAPST	Sylvain	76	3'36"66
	BARRAS	Samuel	76	3'41"79
	SCHEURER	Lionel	77	3'44"28
	CRESPO	Nathan	77	3'45"60
	GREMAUD	Laurent	77	3'47"88
	PERRINJAQUET	Eric	77	3'48"13
	BAPST	Joël	79	4'08"65
	GREMAUD	Jérôme	78	4'09"64
	ROMANENS	Eric	78	4'15"60
	VAUTHEY	Jean-Michel	80	4'21"57

CHAMPIONNAT GRUERIEN DE SPRINT ECOLIERS - 15 JUIN 1989

Participants : 141 / 28 du SAB

GARCONS	GACHOUD	David	75	12"5 (100m)
	DEL SOTO	Stéphane	73	12"7
FILLES	LENGE	Catérina	78	11"6 (80m)
	ULDRY	Patricia	78	11"6
	MORET	Francine	76	12"2
	FROSSARD	Jessica	77	12"4
	VAUTHEY	Murielle	77	12"5
	HUWILER	Line	79	12"5
	STERCHI	Marilyn	79	12"6
	GRANGIER	Sarah	76	12"9
	GREMAUD	Emilie	78	13"1
	ANDREY	Véronique	78	13"4
	AMARO	Alexandra	80	13"5
	BERSET	Annick	80	13"5
	MURITH	Sarah	81	13"5
	REPOND	Vania	79	13"7
	TINGUELY	Catherine	79	13"8
	VALLELIAN	Marie-Laure	81	13"9
GARCONS	* BARRAS	Samuel	76	11"2 (80m)
	* ALBERTANO	David	78	11"8
	BAPST	Sylvain	76	12"2
	RIGOLET	Marc	78	12"1
	GREMAUD	Laurent	77	12"2
	ROMANENS	Eric	78	12"8
	SAUTEUR	Stéphane	80	13"1
	THURLER	Michel	79	13"2
	DUPASQUIER	Christophe	82	14"2
	VAUTHEY	Jean-Michel	80	14"5

* CHAMPIONS ET CHAMPIONNES GRUERIENS 1989

RESULTATS DES EQUIPES DE RELAIS

DATES : ‹1› = ME 10.05.89 FRIBOURG
‹2› = VE 19.05.89 BULLE / CHAMP. FRIBOURGEOIS
‹3› = SA/DI 27/28.05 SION / CHAMP. SUISSE
‹4› = SA 10.06 CHATEL/ CSI

4x100 METRES

ACTIFS	RIME Gérard, 65 /CHATAGNY Eric, 69 POCHON Patrick, 61 /PERRITAZ Francis, 60	44"86 ‹2›
	PYTHOUD Pierre, 59 /CHATAGNY Eric, 69 FROSSARD Michaël, 74/ FROSSARD Pascal, 73	45"85 ‹4›
	ENGELMANN Marcel,62/DEL SOTO Stéphane, 73 DELEZE Olivier, 74 /RIME Laurent, 73	49"42 ‹4›
CADETS A	FROSSARD Michaël, 74/GACHOUD David, 75 RIME Laurent, 73 /FROSSARD Pascal, 73 * **CHAMPIONS FRIBOURGEOIS 1989** *	48"10 ‹2›
ECOLIERS A	BAPST Sylvain, 76 /SCHEURER Lionel, 77 LAUPER Sébastien, 76/BARRAS Samuel, 76	60"00 ‹2›
ECOLIERES A	SANSONNENS Aurélie, 76/BENKER Julie, 77 GRANGIER Sarah, 76 / MORET Francine, 76	62"72 ‹2›
ECOLIERES B	BRAILLARD Sophie, 78/STERCHI Marilyn, 79 LENGE Caterina, 78 /ULDRY Patricia, 78	60"50 ‹2›

3x1000 METRES

CADETS A	HEIMO Alain, 73 / CLEMENT Patrick, 72 GREMION Bruno, 72 * **CHAMPIONS FRIBOURGEOIS 1989** *	9'03"78 ‹2›
CADETS A	EQUEY Olivier, 75 / DEL SOTO Vincent, 75 HEIMO Alain, 73	9'08"44 ‹1›
CADETS B	DEL SOTO Vincent, 75/SCHEURER Laurent, 75 EQUEY Olivier, 75	9'36"54 ‹2›
ECOLIERS	CRESPO Nathan ,77 /ALBERTANO David, 78 CRESPO Jephté, 76	11'08"76 ‹2›
	BARRAS Samuel, 76 /BAPST Sylvain, 76 SCHEURER Lionel, 77	11'13"18 ‹2›
	PERRINJAQUET Eric,77 / MUSY Pascal, 77 GREMAUD Jérôme, 78	11'56"05 ‹2›
	SAUTEUR Stéphane, 80 / BRULHART Mathieu, 81 BAPST Joël, 79	12'32"70 ‹2›
ECOLIERES	GRANGIER Sarah,76 / MORET Francine, 76 BENKER Julie, 77	12'26"11 ‹2›
	ETIQUE Myriam, 81 / AMARO Alexandra, 80 RUSCA Tamara, 80	12'28"31 ‹2›
	REPOND Vania, 79 / VALLELIAN Marie-Laure, 81 STERCHI Marilyn, 79	13'11"42 ‹2›

3x800 METRES

DAMES-JUN.	RUSCA Maroussia, 74/ GEISER Françoise, 72 HEIMO Catherine, 71 * **CHAMPIONNES FRIBOURGEOISES 1989** *	7'37"20 ‹2› 7'30"56 ‹3›

OLYMPIQUE:800/400/200/100

CADETS A	GREMION Bruno, 72 /CLEMENT Patrick, 72 FROSSARD Pascal, 73/FROSSARD Michaël, 74 * **CHAMPIONS FRIBOURGEOIS 1989** * ** **CHAMPIONS SUISSES 1989** **	3'30"45 ‹2› 3'27"00 ‹3›
DAMES-JUN.	RUSCA Maroussia, 74/PASQUIER Ghyslaine, 72 KISENGA Laurence,70/HEIMO Catherine, 71	4'15"16 ‹2›

NOTES ET COMMENTAIRES

- RELAIS : Le groupe de demi-fond s'est mis en évidence dès les premières épreuves sur piste, ceci particulièrement dans les relais. Catherine, Françoise et Maroussia ne manquèrent que de 1 seconde la meilleure performance fribourgeoise dames sur 3x800 mètres, détenue par 3 brocoises depuis 1976! Associés à leurs camarades sprinters Pascal et Michaël, Bruno et Patrick ont réalisé une course magnifique qui fera date dans les annales du club. Notons également les résultats des écolières sur 4x100, où Catérina, Marilyn, Sophie et Patricia ont réalisé une excellente performance, alors qu'elles sont encore écolières B! Des écolières encore plus jeunes se sont aussi distinguées: Myriam, Alexandra et Tamara ont réussi un bon relais 3x1000m, ce qui promet pour l'avenir.

- CONCOURS POUR ECOLIERS : Les Championnats gruériens de sprint et demi-fond et le Concours de Jeunesse "Coop Cup" ont connu un succès sans précédent. 247 jeunes gruériens de 3(!) à 17 ans ont participé à l'un ou l'autre de ces concours. Deux jeunes sabistes se sont particulièrement mis en évidence: Catérina Lenge (1x1ère, 2x2ème) et David Albertano (3x vainqueur!).
Nos qualifiés pour la finale cantonale "Kuoni Sprint" se sont tous retrouvés en finale à Fribourg. Catérina gagna le 80 m des filles 1978 en 11"68 devant Patricia Uldry (11"85): un doublé du SAB! David Gachoud termine 4ème sur 100m (12"85), alors que David Albertano (12"20) et Samuel Barras (11"60) terminent 6ème dans leur course de 80m.
D'autres qualifiés se retrouveront en finale cantonale pour le concours de jeunesse, le 23 septembre à Tavel. Auparavant, nos jeunes participeront à la JOURNEE CANTONALE POUR ECOLIERS, le 9 SEPTEMBRE à FRIBOURG, où près de 40 jeunes sabistes défendront nos couleurs!

IMPORTANT - AVIS IMPORTANT - AVIS IMPORTANT - AVIS IMPORTANT - AVIS

CAMP D'ENTRAINEMENT A LEYSIN : du 28 au 30 octobre 1989

POUR TOUS NOS ATHLETES - dès l'année de naissance 1975

DEPART DE BULLE : VENDREDI SOIR, 27 OCTOBRE

RETOUR A BULLE : LUNDI APRES-MIDI, 30 OCTOBRE

DELAI D'INSCRIPTION : ››› SAMEDI 10 OCTOBRE ‹‹‹

!!! Réservez ces dates et inscrivez-vous nombreux !!!

CHAMPIONNATS SUISSES 1989 BERNE / REGENSDORF

Samedi 2 septembre, 15h25, Regensdorf. Le temps est froid et ma puls est à 170. Là, devant moi, sur la ligne de départ de l'éliminatoire du 800 m, Catherine est concentrée. Le coup de pistolet du starter libère les athlètes, mais pas les supporters. C'est parti vite. Que va-t-elle faire? Oh! Elle prend la tête! Super! Maintenant il faut crocher. Le passage aux 400 m : elle est toujours devant et elle tire tout ce beau monde... Quel culot! ... Enfin! 600 m en 1'42''. Oh! là, là! Cà va vite. J'entends les voix de Françoise et de Maroussia qui l'encouragent. Aie! Aie! Croche... il faut serrer les dents. Les autres sont passées devant, mais juste devant. Les dernières foulées!!! Voilà, c'est fini! Non... Ce n'est pas fini, elle est qualifiée, qualifiée pour la Finale des Championnats Suisses! Ouais! Bien joué Callaghan!!!

Et pendant ce temps, à Berne, Bruno se qualifie aussi pour une finale, celle du 1500 m, alors que Patrick termine 9ème du 3000 m, en battant son record personnel.

Mais mon coeur n'a pas fini de souffrir. C'est maintenant au tour de Maroussia : 3000 m, c'est long et c'est court. Long à courir, court si l'on pense que tous les espoirs d'une saison sont dans cette course. Nerveuse, Maroussia l'est comme jamais nous ne l'avons vue. C'est parti... vite, vite, trop vite. Oh! mon Dieu, que le 2ème km va être dur! Personne n'a suivi le train imposé par la phénomène qui, déjà seule devant, avale 100 m après 100 m à un rythme affolant. Derrière, ça casse, et aussi pour Maroussia. Se rendant compte que ses chances d'être dans les 8 filles qui se rendront à la cérémonie protocolaire sont perdues, elle va se contenter de finir sans trop souffrir. Sage,

A l'enseigne du Cheval-Blanc

Joseph Remy
BULLE
☏ 029/2.76.26
DÉPÔT EMOSAN

sous-vêtements chauds et douillets

Michel Berthoud
☏ (029) 2 62 89

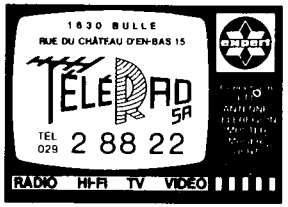
1627 Vaulruz

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

MEILLEURES PERFORMANCES CADETS/CADETTES A au 31 juillet 89 (16/17 ans)

100 METRES	CHATAGNY	Eric	69	11"02	86
FILLES	KISENGA	Laurence	70	13"17	84
200 METRES	CHATAGNY	Eric	69	22"80	86
FILLES	MESOT	Monique	68	28"22	83
300 METRES	PERRITAZ	Francis	60	37"7	77
FILLES	CHARRIERE	Isabelle	62	44"8	77
400 METRES	GREMION	Bruno	72	54"01	88
FILLES	CHARRIERE	Isabelle	62	63"14	77
600 METRES	ENGELMANN	Olivier	64	1'27"60	80
FILLES	CHARRIERE	Isabelle	62	1'40"5	76
800 METRES	GREMION	Bruno	72	1'58"02	89
FILLES	CHARRIERE	Isabelle	62	2'21"70	78
1000 METRES	GREMION	Bruno	72	2'35"88	89
FILLES	RUSCA	Maroussia	74	3'10"35	89
1500 METRES	GREMION	Bruno	72	4'03"12	89
FILLES	CHARRIERE	Isabelle	62	4'47"42	78
3000 METRES	GREMION	Bruno	72	9'05"10	89
FILLES	RUSCA	Maroussia	74	10'46"03	89
5000 METRES	GREMION	François	64	16'51"1	81
FILLES	CLEMENT	Barbara	69	21'56"04	85
1500m steeple	GREMION	Bruno	72	4'25"69	89
OCTATHLON	vacant				
PENTATHLON	CHATAGNY	Eric	69	2613 pts	85
FILLES	YERLY	Alexandra	72	2100 pts	87

MEILLEURES PERFORMANCES CADETS/CADETTES A au 31 juillet 1989 (suite)

110M HAIES	PYTHOUD	Pierre	59	16"28	76
100M HAIES	CHARRIERE	Claudine	71	18"91	87
300M HAIES	ENGELMANN	Marcel	62	43"0	79
FILLES	vacant				
LONGUEUR	CHATAGNY	Eric	69	6,33 m	85
FILLES	MURITH	Suzanne	59	5,44 m	75
HAUTEUR	ANDREY	Jean-Daniel	59	1,85 m	75
FILLES	MURITH	Suzanne	59	1,54 m	75
PERCHE	vacant				
TRIPLE	RIME	Laurent	73	11,66 m	89
POIDS 6,25kg	CHATAGNY	Eric	69	10,93 m	85
FILLES 4kg	RESSNIG	Elsbeth	52	8,45 m	72
JAVELOT (new)	RIME	Laurent	73	27,86 m	89
FILLES 600g	ZEHNDER	Sabine	62	29,30 m	78
DISQUE 1,5kg	ENGELMANN	Olivier	64	33,46 m	80
FILLES 1kg	ZEHNDER	Sabine	62	22,42 m	78
4x100m	ULDRY C. / VALLELIAN A. BRIDET L. / CHATAGNY E.			46"33	85
FILLES	BERSIER A. / CHARRIERE I. ZEHNDER S. / PASSALLI P.			54"57	78
OLYMPIQUE	GREMION B. /CLEMENT P. FROSSARD P./FROSSARD M.			3'27"00	89
FILLES	HEIMO C. /PASQUIER G. YERLY A. /CHARRIERE C.			4'26"00	87
3x1000m	REMY B./CLEMENT P./GREMION B.			8'05"96	88
3x800 m	GEISER F./RUSCA M./HEIMO C.			7'40"83	87

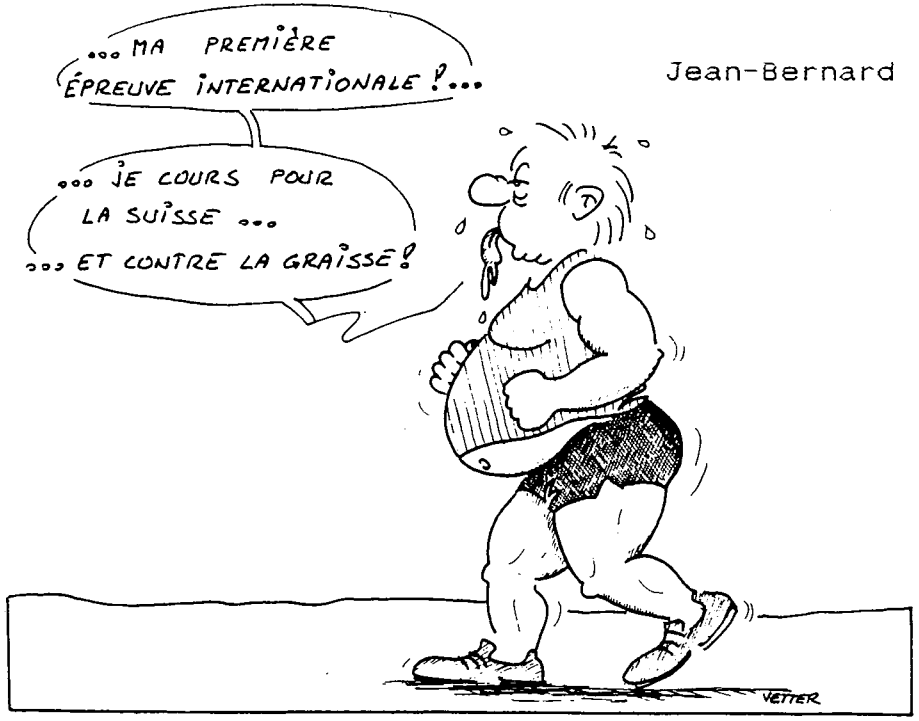
SORTIE DES POPULAIRES A MULLHEIM

HONNEUR A LA SUISSE!

On y était, j'en détiens la preuve: aujourd'hui même, le facteur a joué au Père Noël. Dans sa besace: mon pull du SAB, son short accompagnateur et son vénérable donnard no 457 frappé d'une publicité au langage universel, "PUMA". Et en supplément: des odeurs de renfermé vieilles de trois semaines à décourager le plus valeureux des facteurs aux colis. Pour le reste, c'était parfait, Dieu merci. Les seize participants et accompagnants à la course de côte de Müllheim (Forêt-Noire), des 26 et 27 août dernier, sont rentrés ravis.

Organisé à la satisfaction générale par François Charrière, cette sympathique sortie aux portes de Bâle a permis une fois de plus d'entretenir et de consolider les liens d'amitié comme savent si bien le faire les Sabistes.
La sobriété légendaire de ces populaires de l'ancienne et de la nouvelle génération s'est confirmée. Bien que soumise à rude épreuve lors de la soirée passée à Fribourg-en-Brisgau (dépaysement oblige!), elle sortit victorieuse d'un dur combat. On n'aura pas l'indélicatesse d'écrire que les performances du lendemain ont été proportionnelles aux libertés prises la veille. Cè serait faire injure aux plus méritants, à commencer par René Fracheboud qui, pour sa première participation à une course de côte, s'en est plus que bien tiré.
Comptant pour le Championnat d'Allemagne des courses de montagne, cette épreuve de Müllheim a réuni une belle brochette de spécialistes... dont nous. Parmi ces "vedettes", citons Benoît Fragnière (170e... et Premier Suisse!), François Charrière (263e), Jean-Bernard Repond (288e), Philippe Pillet (320e), Jean-Michel Mézier (394e), Bernard Tinguely (417e), Hervé Messerli (444e), Irénée Braillard (451e) et René Fracheboud (540e). Sans oublier le régional du jour, Charly Doll, honnête vainqueur...
Aux dires de notre accompagnateur de choix, notre ami Freddy, nous avons tous été très bons. Merci Freddy, nous te croyons sur parole. Le mérite de cette délégation sabiste est d'autant plus grand que les trombes d'eau ont sévi durant toute la course.
Comme on est gentil, on associe à ce cocorico Jean-Michel, non pas pour sa performance en demi-teinte, mais pour son finish anecdotique, un redémarrage déterminé dans le sens de la plaine, à 100m de l'arrivée. C'est vrai qu'il était le seul à se savoir filmé par sa femme Sylvie. L'amour vaut bien un détour, non? Grosses bises à nos femmes, imperturbables sous le crachin, et à la prochaine escapade!

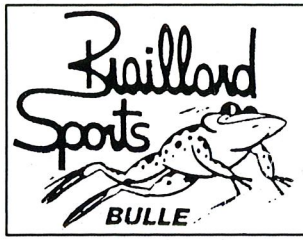
Jean-Bernard



SORTIE DES GROUPES 1 ET 2 à MOLESON

Le 1er juillet, un beau matin, nous sommes allés avec le club à Moléson-Village.
Nous avions rendez-vous à la gare de Bulle. Les moniteurs Peter, Christophe, ~~Olivier~~ et Marcel étaient là. Annette + Olivier/Marlies
Dans le bus, il y avait beaucoup de chahut. Heureusement, nous sommes vite arrivés. Une fois en haut, nous nous sommes dirigés vers le minigolf. Le parcours était périlleux. Beaucoup d'entre nous réussissaient à merveille!
Plus tard, nous courûmes, très enthousiastes, vers la station de trottinerbes. Les plus "caïds" dévalaient le talus comme des boulets! Après plusieurs descentes, nous remontâmes au minigolf pour le casse-croûte. Nous étions affamés! Jusqu'à maintenant, tout était payé par le SAB! Sympa, non?
Ensuite, chacun a fait ce qu'il voulait. Certains sont allés à la place de jeux, d'autres en trottinerbes. Puis ce fut l'heure de la rentrée. Nous étions enchantés et ravis de cette super journée!

Sarah Grangier



La course à pied, c'est notre domaine...
Rue de Vevey 7
029 / 2 11 33

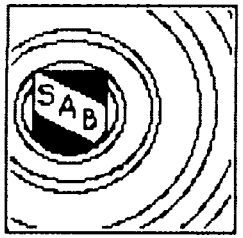
Les groupes 1 et 2 à Moléson, accompagnés par Christophe Allaman et par Quatre Engelmann

LES CARNETS ZOOLOGIQUES DU PROFESSEUR VANDERMEULEN

Le pop du SAB

Lorsqu'on parcourt la forêt de Bouleyres, forêt mystérieuse où règnent en maîtres le moustique vorace et le taon piqueur, on peut rencontrer au détour d'une crotte de cheval des personnages extraordinaires, les populaires du SAB.
Etre de légende, le pop du SAB est certainement le plus rigolo des hôtes de la forêt. Pour l'observer, il faut être au stade aux allentours de 18h30, le lundi ou le jeudi. Ah! qu'il est alors exaltant de le voir s'élancer, fier et farouche. Son port est altier, il a le regard droit de celui qui sait où il va mais ne sait pas s'il en reviendra. Ensemble, ils ne forment qu'un (... pendant 200m environ parce qu'il ne faut pas exagérer, hein!) et vont ainsi gambader gaiement au plus profond des taillis où ils divertissent les promeneurs de leurs foulées primesautières et de leurs rires joyeux.
Etudions-en aujourd'hui plus particulièrement deux spécimens. Ce sont les anciens, les chefs du troupeau, ils ont gagné cette place de prestige à la force du jarret et imposent ainsi le respect à leurs congénères.
Commençons par le Misou à poil dur. C'est le mâle dans toute sa splendeur. Une carrière de catcheur ratée, 3 ans de légion et de multiples chutes sur le parcours jaune lui ont façonné ce beau corps d'athlète. La course à pied lui a permis d'accéder aux plus hauts sommets sportifs et administratifs.
Passons au Rigoletus Simplus. Voilà un être taillé pour la course, élancé, profilé, avec des jambes qui n'en finissent pas. Si vous voyez en Bouleyres des arbres penchés du même côté, soyez attentifs, vous êtes sur son parcours d'entraînement.
Lorsque, par hasard, vous rencontrez quelques uns de ces gaillards, membres de la famille des cucurbitacés de compétition, n'ayez pas peur. Caressez-les, ils sont gentils et ne mordent pas. Joignez-vous à eux, ils sont sociables et sympathiques. Mais surtout, surtout, ne leur jetez pas de cacahuettes, ils ne se nourrissent que d'Isostar et de Birchermüesli...

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

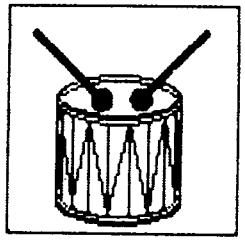


ECHOS SABISTES

Sont venus renforcer nos rangs durant la saison:

Andrey Véronique	78	Bulle
Bosch Jutta		Bulle
Bourgeois Béatrice	66	Marsens
Dénervaud Nathalie	77	Riaz
Dias Carlos	65	Gruyères
Frossard Jessica	77	Bulle
Gremaud Laurent	77	Bulle
Moret Francine	76	Vuadens
Pasquier Rita		Vaulruz
Romanens Eric	78	Bulle
Soares Pedro	60	Gruyères
Stocker Bertrand	81	Bulle
Vauthey Murielle	77	Bulle
Vauthey Jean-Michel	80	Bulle

Nous leur souhaitons la plus cordiale bienvenue.



COMMUNICATIONS OFFICIELLES

Un grand merci à tous les fidèles supporters qui nous ont marqué leur attachement par leur présence à nos manifestations sportives et par leur précieux soutien pécunier.

Loto

Date importante à réserver : Vendredi 1er décembre pour notre LOTO où votre présence avec famille et amis est indispensable.

Groupe des dames

La reprise des entraînements aura lieu à la Rietta le lundi 25 septembre 1989 à 20 h. A bientôt.

Prochain bulletin du SAB :

Il paraîtra à la fin décembre 1989.
Vous pouvez remettre vos textes dès qu'ils sont prêts, mais au plus tard le 10 décembre.
Nous vous remercions d'ores et déjà de votre collaboration.

Ont collaboré à ce numéro :

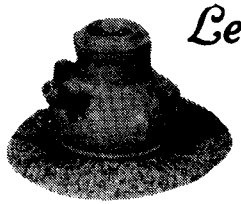
Bernard Gremion
Jacques Pillet
Jean-Bernard Repond
Jean-Michel Mézier
Peter Engelmann
Sarah Grangier
Marcel Engelmann
Irénée Braillard
Guido Bielmann
(photo relais)

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

Fleurs Graines
PA. PERRIN/AQUET & Fils
Tél. (029) 2 82 55 Grand-rue 37 1630 **BULLE**

CHARLY SPORTS

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