

P.P.A.
1260 Nyon

retour à CP 232
1066 Epalinges

InfoClub

Ski-Club

Epalinges

Ski - Snowboard - Télémart



info@ski-club-epalinges.com

Édition n° 65 - Novembre 2007

www.ski-club-epalinges.com

Éditorial

Nous voici au mois de novembre, si la température a déjà fortement baissé, les premières neiges ne sont pas encore là. Cela ne semble pas inquiéter nos membres qui se sont inscrits en grand nombre à notre traditionnel camp de ski qui affiche déjà complet.

Je me permets de revenir sur l'assemblée générale qui s'est déroulée à fin octobre, pour remercier encore Alexandre Capt pour tout le travail qu'il a effectué durant ces 6 années passées au comité et autant comme responsable de la cuisine de notre camp. Et je profite de souhaiter la bienvenue à Jean Delacretaz, figure enjouée et connue de notre club, qui rejoint le comité comme responsable logistique.

Dans les pages qui suivent vous trouverez le programme intégral de la saison 2007-2008 avec les bulletins d'inscriptions aux sorties. Merci de respecter les délais d'inscription pour la bonne santé de Pecos.

Vous constaterez une nouveauté cette année, le concours est organisé conjointement avec la sortie à Leysin, permettant ainsi à tous les participants de prendre part au concours. Si des parents, skieurs ou non, désirent venir encourager ou participer, ils sont les bienvenus. Il est possible d'accéder à pied au stade de slalom situé en haut de la télécabine de la Berneuse.

En page 5, vous trouverez quelques réflexions sur la sécurité, qui je l'espère, vous interpellent. Je vous rappelle que notre club participe également au mouvement Cool and Clean de J&S.

Quant à moi il me tarde déjà de vous retrouver le 26 décembre au matin pour un nouveau camp inoubliable et en attendant, je vous adresse mes meilleures salutations.

Guy Fritsché



Ski-Club Epalinges

Ski - Snowboard - Télémarch

PROGRAMME ALPIN 2007 - 2008

Chers amis de la glisse,

Voici venu le temps de vous annoncer le programme de cette saison, comme chaque année, cinq sorties sont prévues dans différentes stations des Alpes Vaudoises ou Valaisannes. Nouveauté cette année, avec l'organisation du concours qui se fera conjointement avec la sortie du 23 février à Leysin. A cette occasion, les parents désirant encourager leurs enfants sont les bienvenus.

Comme la saison passée, **les inscriptions peuvent se faire en ligne sur notre site internet www.ski-club-epalinges.com** ou de manière traditionnelle par poste, par fax au 021/624.31.36 (préciser la date de la sortie), ou par E-mail à l'adresse suivante « sorties@ski-club-epalinges.com »

Quel que soit le mode d'inscription, **le délai est à respecter scrupuleusement** .

PROGRAMME

<u>Jour</u>	<u>Date</u>	<u>Lieu</u>	<u>RDV</u>	<u>Départ</u>	<u>Retour</u>	<u>Délai</u>
Samedi	12 janvier	Anzère	07.15	07.30	18.00	9 janvier
Samedi	19 janvier	Villars	07.15	07.30	18.00	16 janvier
Samedi	2 février	Vercorin	07.15	07.30	18.00	30 janvier
Samedi	23 février	Leysin (concours)	07.15	07.30	18.00	20 février
Samedi	8 mars	Ovronnaz	07.15	07.30	18.00	5 mars

Le départ aura lieu au collège de Bois Murat aux heures indiquées. Il est préférable de se présenter 15 min en avance afin de respecter l'heure de départ. Les voyages en car se feront en pantoufles de gymnastique ou en bottes, et non en chaussures de ski.

Les pique-niques seront tirés du sac, mais il y aura toujours la possibilité de boire et de manger au restaurant aux frais des participants.

Une fois inscrit, **le prix de la sortie est dû, même en cas de non-participation** (sauf motif valable). Le montant, qui sera encaissé dans le car, comprend le transport, l'abonnement et l'encadrement par des moniteurs expérimentés. Les adultes sont également les bienvenus.

Membre :	Adultes:	50.-	Enfants:	40.-
Non-membre :	Adultes:	65.-	Enfants:	55.-

Le numéro 1600-3 vous renseignera en cas d'incertitude (météo, enneigement, etc..) le vendredi soir dès 19 heures, **uniquement si la sortie est annulée.**

Au plaisir de vous retrouver nombreux sur les pistes!

Yves Fritsché (pecos)

Anzère le 12 janvier à retourner pour le 9 janvier

NOM: PRÉNOM: DATE NAISS.: o Ski o Surf o télémark

NOM: PRÉNOM: DATE NAISS.: o Ski o Surf o télémark

TEL: / SIGNATURE des parents:

Talon à retourner à Yves Fritsché, Route du Vieux-Collège 7, 1077 Servion ou à faxer au 021/ 624 31 36 ou mailer à sorties@ski-club-epalinges.com

Villars le 19 janvier à retourner pour le 16 janvier

NOM: PRÉNOM: DATE NAISS.: o Ski o Surf o télémark

NOM: PRÉNOM: DATE NAISS.: o Ski o Surf o télémark

TEL: / SIGNATURE des parents:

Talon à retourner à Yves Fritsché, Route du Vieux-Collège 7, 1077 Servion ou à faxer au 021/ 624 31 36 ou mailer à sorties@ski-club-epalinges.com

Vercorin le 2 février à retourner pour le 30 janvier

NOM: PRÉNOM: DATE NAISS.: o Ski o Surf o télémark

NOM: PRÉNOM: DATE NAISS.: o Ski o Surf o télémark

TEL: / SIGNATURE des parents:

Talon à retourner à Yves Fritsché, Route du Vieux-Collège 7, 1077 Servion ou à faxer au 021/ 624 31 36 ou mailer à sorties@ski-club-epalinges.com

Leysin (concours) le 23 février à retourner pour le 20 février

NOM: PRÉNOM: DATE NAISS.: o Ski o Surf o télémark

NOM: PRÉNOM: DATE NAISS.: o Ski o Surf o télémark

TEL: / SIGNATURE des parents:

Talon à retourner à Yves Fritsché, Route du Vieux-Collège 7, 1077 Servion ou à faxer au 021/ 624 31 36 ou mailer à sorties@ski-club-epalinges.com

Ovronnaz le 8 mars à retourner pour le 05 mars

NOM: PRÉNOM: DATE NAISS.: o Ski o Surf o télémark

NOM: PRÉNOM: DATE NAISS.: o Ski o Surf o télémark

TEL: / SIGNATURE des parents:

Talon à retourner à Yves Fritsché, Route du Vieux-Collège 7, 1077 Servion ou à faxer au 021/ 624 31 36 ou mailer à sorties@ski-club-epalinges.com



PROGRAMME PEAU DE PHOQUE

Saison 2007 - 2008



Initiation à la randonnée

Au vu du succès de l'année dernière, Henri a accepté de reconduire les initiations à la randonnée avec au programme 3 sorties prévues le dimanche. Les destinations n'étant pas encore connues, elles vous seront communiquées ultérieurement. Alors à vos agenda,

<u>Date</u>	<u>Heure de RDV</u>	<u>Lieu</u>
Di 20 janvier	07.30	Bois Murat
Di 3 février	07.30	Bois Murat
Di 2 mars	07.30	Bois Murat

Ces sorties s'adressent à tous, skieurs de randonnée ou surfeurs en raquettes. Pour des raisons d'assurance, les enfants mineurs désirant prendre part à ces sorties doivent être accompagnés et sont placés sous la responsabilité de leur parents.

Matériel (peaux, DVA, adaptateur pour fixation) à disposition.

Renseignements et inscriptions: Henri Zbinden au 079/213.33.50 ou par mail henri.zbinden@bluewin.ch

Peau de Phoque (groupe dit des Anciens)

Aucun programme n'est publié pour cette saison. Les personnes intéressées à prendre part à ces sorties, qui ont lieu soit en semaine ou durant le week-end selon l'envie et la disponibilité des participants, peuvent contacter directement MM Jean-Paul Schwitzguébel ou Lucien Giger.

Jean-Paul Schwitzguébel
Lucien Giger

021 / 653 00 15
021 / 635 53 45

swiss olympic

COOL & CLEAN

... for the SPIRIT of SPORT





Ski-Club **Epalinges** *Ski - Snowboard - Télémarek*

PREVENTION

Je profite de la place disponible dans cette édition pour vous faire part et essayer de vous rendre attentifs aux travaux entrepris par votre club depuis plusieurs années déjà pour la prévention des accidents. Notre travail porte sur deux catégories qui sont, l'équipement et l'information au travers de soirée prévention des avalanches avec projection de DVD et initiation à la recherche avec présentation de matériel.

Le port du casque, pour ou contre?



Les têtes intelligentes se protègent, c'est bien connu. Même si quelques détracteurs ont pour arguments que le casque diminue le champ visuel et les capacités auditives en enfermant le rider dans un cocon, on trouve quand même plus de gens pour que contre. Son efficacité est prouvée, un modèle récent et bien adapté permet une très bonne perception, tant visuelle qu'auditive. Il est fortement recommandé par la SUVA en tout cas jusqu' à l'âge de 13 ans. En ce qui concerne le ski-club vous constaterez qu'une grande majorité l'ont adopté, surtout chez les moniteurs. Le casque n'est plus ringard et en plus, ça tient chaud aux oreilles.

Protection des poignets en snowboard, Pour ou contre?



Si malheureusement dans quelques cas, ils sont la cause de fracture plus importante que sans. Dans une grande majorité des cas ils s'avèrent très utiles, notamment chez les débutants. La fracture du poignet étant une des principales blessures, notamment sur la neige dure des pistes bien damées. En ce qui concerne le ski-club, nous en possédons une vingtaine de paires que nous mettons à disposition des débutants. Leur port est d'ailleurs obligatoire dans les groupes de niveaux 4 et 5.

Baladeur MP3, écouteur, Pour ou contre?



Un bien trop grand nombre de riders pensent que ces baladeurs font partie intégrante de leur équipement. Ces instruments sont à bannir sur les pistes, car même à faible volume, ils diminuent très fortement les capacités auditives de l'utilisateur, le rendant hermétique aux autres et sont la cause de grands nombres d'accidents. De plus, si on ride en groupe ce n'est pas pour s'isoler!

Info-Camp



Cette année encore vous pourrez suivre les aventures de vos chères têtes blondes, jour après jour, en direct sur notre site internet

www.ski-club-epalinges.com

Retrouvez chaque matin toutes les photos et les films réalisés le jour d'avant.

Pour la boum du dernier soir, le thème de cette année est

« Les supers héros »

Alors à vos aiguilles et n'oubliez pas votre déguisement !!!

Le camp étant complet je rappelle aux parents des plus jeunes de bien marquer les effets de vos enfants.

En cas d'urgence:

et urgence seulement vous pouvez nous atteindre durant le camp aux n° suivants:

Yves Fritsché, chef de camp: 079/303 45 61

Guy Fritsché, président: 079/611 01 00

L'Agenda

26 au 31 décembre Camp de ski à Saanen

12 janvier Sortie à ski à Anzère

19 janvier Sortie à Villars

20 janvier Initiation randonnée

02 février Sortie à Vercorin