



## Club d'aviron

Fondé en 1885

Membre fondateur (1896) de la Fédération Suisse des Sociétés d'Aviron (Swiss Rowing)

Membre de l'ARA (Association Romande d'Aviron)

*«Un des plus anciens clubs sportifs neuchâtelois encore en activité»*

# RAPPORT D'ACTIVITÉ 2025 DE LA SOCIÉTÉ NAUTIQUE DE NEUCHÂTEL (SNN)

(Janvier – Décembre 2025)

**Version 2.0 soumis à l'AGO le 2 février 2026**

Auteur.e.s: le comité et les responsables d'activité de la SNN

Contact: [comite@aviron.ch](mailto:comite@aviron.ch)



## Table des matières

<b>140 ans de pratique de l'aviron dans la diversité</b> .....	<b>3</b>
<b>1<sup>ère</sup> partie: gouvernance de la SNN</b> .....	<b>4</b>
1.1 Comité, commissions et responsables d'activités (texte de Gaetano) .....	4
1.2 Séances et activités du comité .....	4
1.3 Composition du comité, des commissions et des groupes de travail .....	5
Comité 2025 de la SNN .....	5
1.4 Assemblée Générale, fête du 140 <sup>ème</sup> et Assemblée des Délégués .....	7
1.5 Autres activités pour le 140 <sup>ème</sup> anniversaire et concept de formation .....	7
1.6 Adhésions/démissions .....	9
1.7 Agenda 2025 de la SNN .....	10
1.8 Rapport du trésorier (texte de Michel).....	13
Boucllement des comptes.....	13
Liquidation de la Coopérative de la Maison Nautique.....	14
Budget 2026.....	15
1.9 Séances d'accueil des nouveaux membres (texte de Anne-Martine) .....	15
<b>2<sup>ème</sup> partie: infrastructures, sécurité et communication</b> .....	<b>16</b>
2.1 Infrastructures (texte de Stéphane, Denis et Alexandre A.).....	16
Résumé des activités de la commission infrastructures.....	16
Les activités en images .....	17
Location du Clubhouse en 2025 (texte de Jean-Pierre).....	27
2.2 Activités pour l'éthique et la sécurité (texte de Dominique W.) .....	28
Plage de Monruz.....	28
Gilets de sauvetages .....	28
Matinée sécurité de printemps .....	28
Protection des données.....	28
Groupe de confiance (éthique).....	28
Modification des statuts .....	29
Soirée sécurité d'automne.....	29
2.3 Communication (texte de Gabrielle).....	30
Petite revue de presse 2025 .....	30



<b>3<sup>ème</sup> partie : apprentissage et pratique de l'aviron.....</b>	<b>36</b>
Introduction et résumé des activités (texte de Gaetano).....	36
Participation des membres de la SNN aux régates en 2025 .....	36
3.1 Aviron de compétition adultes (texte de Francis) .....	37
Activités de la Commission compétition adultes .....	37
3.2 Aviron «loisirs».....	42
Permanence du lundi matin (texte de Marie-Claire).....	42
Permanence du mercredi matin (texte de Nathalie).....	43
Autres permanences .....	44
Ramer en rose (texte de Elisabeth H.) .....	45
Découvertes (publiques, privées et entreprises) (texte de Françoise).....	46
Sorties et randonnées loisirs (texte de Bernard) .....	47
Autres régates populaires .....	53
Bilac 2025: Neuchâtel – Bienne, 29 km à la rame (texte de Hans Peter).....	54
Rowing The World Japan Tour 2025: Une odysée sportive et Culturelle.....	56
Rameuses et rameurs de l'aube .....	58
3.3 Juniors (texte de Delphine R. S. et Thees) .....	59
3.4 Activités de formation pour adultes .....	63
Cours d'initiation et brevet bronze (texte de Sylvie B.).....	63
Perfectionnement bronze (texte de Elisabeth H.) .....	64
Cours SUN (Sports Universitaires).....	65
Perfectionnement en double fin .....	66
Cours Skiff et brevet argent (texte et photos de Sonia et Frédérique).....	67
Sorties confiances en Skiff (texte et photo de Sonia) .....	68
Cours ARA (texte de Stéphane).....	69
Perfectionnement argent+ avec Andrew (texte de Sonia en Andrew) .....	69
Perfectionnement hivernal pour brevet argent et encadrant .....	69
Camp de perfectionnement avec row&row (texte de Elisabeth H.) .....	70
Cours de moniteurs J+S (texte de Elisabeth H.) .....	71
ANNEXE: statistiques sur les sorties (bateaux et membres).....	72



(photo: Stöh Grünig)

## 140 ans de pratique de l'aviron dans la diversité

En 2025, notre club, la Société Nautique de Neuchâtel, ou plus simplement la «Nautique», a célébré son 140<sup>ème</sup> anniversaire de fondation. C'est une des plus anciennes associations sportives encore en activité de la région. C'est aussi un des plus «vieux» clubs d'aviron suisses. On pourrait donc croire qu'il s'agit d'une institution aux bases et à l'organisation solidement ancrées sur des principes antiques, voire immuables. En réalité, cela n'est vrai qu'en partie. Certes, la passion pour ce sport et ses valeurs fondamentales (telles qu'amitié, respect et excellence) n'ont pas changé. Mais leur interprétation, leur «mise en pratique», est en perpétuelle mutation. Après six ans de présidence à la SNN, j'ai parfois l'impression d'une sorte de chantier permanent, d'un perpétuel recommencement. En rassemblant les diverses sections de ce rapport, ce sentiment mitigé s'atténue pourtant: oui la route reste longue et les défis à relever sont nombreux, mais les progrès sont mesurables et documentés. A chacun de juger, avec objectivité, esprit critique et bienveillance.

Je tiens à remercier encore une fois ce nombre incroyable de bénévoles (nous sommes une bonne cinquantaine) qui se sont partagés les tâches et les responsabilités afin de faire vivre et de développer la SNN et l'aviron. Nous avons mis en commun nos talents, nous nous sommes remis en question et nous avons acquis de nouvelles compétences dans de nombreux domaines, au-delà de la maîtrise du geste sportif et de la condition physique. Nous nous sommes confrontés, au sein du comité, des commissions, des groupes de travail ou simplement devant les hangars voire sur le ponton. Le résultat est là, illustré dans ces quelques 70 pages qui témoignent de la vie d'un club permettant la pratique d'un sport exigeant, tant pour les personnes que pour les infrastructures ultraspecialisées.

### Gaetano

*Comme les années précédentes, le rapport annuel<sup>1</sup> 2025 est constitué de 3 parties: (1) gouvernance de la SNN; (2) infrastructures, sécurité et communication; (3) apprentissage et pratique de l'aviron.*

<sup>1</sup> Le rapport a été rédigé par tous les responsables, en vue de l'Assemblée Générale Ordinaire 2026, prévue le vendredi 13 février 2026.



# 1<sup>ère</sup> partie: gouvernance de la SNN

## 1.1 Comité, commissions et responsables d'activités (texte de Gaetano)

Conformément aux statuts du club, le mandat du comité élu pour la période 2023-2024 s'est conclu en 2025. L'Assemblée Générale Ordinaire (AGO) 2025 avait donc la tâche d'élire un nouveau comité pour la période 2025-2026. Les changements suivants ont eu lieu:

- démission de **Alison Black** de sa fonction de secrétaire;
- démission de **Christian Trchsel** de sa fonction de délégué au comité de la Commission Loisirs;
- arrivée de **Sonia Klaye**, en tant que coordinatrice de la Commission Formation;
- arrivée de **Stéphane Burgos**, en tant que délégué de Bricobateau et des Infrastructures;

**Sonia et Stéphane** ont d'abord participé aux séances du Comité en tant qu'invité.e.s, puis, suite à l'élection complémentaire lors de l'AGO-2025, en tant que membre du Comité à part entière. **Valentin Bälli** a aussi participé aux premières séances du Comité en tant qu'invité, pour les infrastructures, alors que **Nicolas Lopez de Meneses** a assuré la fonction de secrétaire ad intérim à partir du mois d'août. Enfin, **Delphine Roulet Schwab** a remplacé **Thees Frank** dans le rôle de coordinatrice et déléguée de la Commission Juniors, et a donc aussi participé aux séances du comité en tant qu'invitée à partir du mois de septembre.

L'autre Commission ayant changé de responsable en cours d'année est la Commission Communication, puisque **Françoise Bonnet Borel** en a repris la coordination, suite à la démission de **Thees Frank**. Par ailleurs, le groupe «Bricobateau» a assuré la coordination de toutes les activités en lien avec les infrastructures, avec le soutien des membres de cette commission (en particulier Patrick Blank et Christian Bord) qui ne s'est pas réunie en 2025.

La liste des responsables d'activités a aussi enregistré quelques changements, avec, en particulier, l'arrivée de **Nadia Brustolin** pour la gestion du fichier membres et celle de **Sylvie Bischof** pour l'organisation des cours d'initiation (fonctions précédemment assurées par **Arielle Loup**). **Alexandre Aebi** a rejoint le groupe «Bricobateau», après avoir suivi le cours de réparation et entretien des bateaux organisé par Swiss Rowing. En fin d'année, **Piotr Chyczewski** a repris le poste de responsable de la salle de musculation, laissé vacant par **Valentin Bälli**, alors que **Simone Hintze** a remplacé **Gilles Léchet** dans la fonction de planification des permanences. Afin de répondre aux exigences de Swiss Olympic et de Swiss Rowing, une responsable pour la protection des données a été nommée (**Sylvie Giroud Walther**) et un «Groupe de Confiance», a été constitué. Les personnes suivantes en font partie: **Morgane Wühtrich**, **Fabrice Haag**, **Marianne Burger**, et **Delphine Roulet Schwab**. L'autre nouveau groupe de travail est celui constitué par **Sébastien Wüst**, **Derck Engelberts** et **Denis Klaye**: «Agrandissement de la maison nautique» (**Delphine Roulet Schwab** a aussi rejoint ce groupe en janvier 2026). Enfin, le groupe de travail «Assurances» a été dissout, puisqu'il avait terminé l'analyse et le renouvellement du portefeuille d'assurance de la SNN.

## 1.2 Séances et activités du comité

En 2025, le Comité de la SNN s'est réuni 12 fois en séance plénière et une fois en séance extraordinaire (pour finaliser le budget 2026). Comme de coutume, tous les responsables d'activités ont été invités à la dernière séance de l'année (10 décembre). Par ailleurs, des membres du Comité ont représenté le club lors d'Assemblées Générales et autres séances d'organismes tels que Swiss Rowing (Assemblée des Délégués et Conférence des Présidents), l'ARA (Association Romande d'Aviron), la Bilac, la Fenespo (Fédération Neuchâteloise des Sports), Swiss Olympic, Forum des Sports organisé par le Service des Sports du Canton, etc.



## 1.3 Composition du comité, des commissions et des groupes de travail

### Comité 2025 de la SNN

#### Membres élus par l'AG-2025:

**Gaetano Miletì** (président)  
**Francis Ballet** (vice-président, compétition adultes)  
**Thees Frank** (vice-président loisirs, communication)  
**Michel Poirier** (trésorier)  
**Dominique Wittwer** (sécurité & éthique et loisirs)  
**Sonia Klaye** (formation)  
**Stéphane Burgos** (bricobateau et infrastructures)

#### Membres invité.e.s à certaines séances du comité:

**Valentin Bälli** (infrastructures)  
**Nicolas LDM Biamonte** (secrétariat)  
**Delphine Roulet Schwab** (juniors)



*Nicolas avec sa licence d'arbitre.*

### Autres responsables 2025 de la SNN

**Sylvie Bischof** (organisation des cours d'initiation)  
**Nadia Brustolin** (gestion du fichier membres et panneaux d'affichage au clubhouse)  
**Françoise Bonnet Borel, Dominique Ducry et Claudine Donzallaz** (découvertes)  
**Hans Peter Herzig** (formation des responsables de permanences et Bilac)  
**Frédérique Clerc, Sonia Klaye et Dominique Delefortrie** (cours skiff)  
**Bernard Jenzer** (organisation des activités sportives de loisir, randonnées et Bilac)  
**Smadar Schroer, Elisabeth Flammer, Roby Garcia et Gaetano Miletì** (cours SUN)  
**Francesca Poglià Miletì et Daniela Haag** (découvertes juniors)  
**Jean-Pierre Donzé** (ordinateur de bord et location du clubhouse)  
**Jaqueline Bariffi et Roland Morel** (support à la location du clubhouse)  
**Patrick Métthez et, depuis 2026 Nicolas LDM Biamonte et Vincent De Claparède** (sup. informatique)  
**Patrick Blank** (gestion des clefs)  
**Gilles Léchet et, depuis novembre 2025 Simone Hintze** (planification des permanences)  
**Denis Klaye Stéphane Burgos et Alexandre Aebi** (bricobateau: matériel bateaux et hangars)  
**Marie-Claire Jan** (permanence du lundi matin)  
**Dominique Ducry et Barbara Reutemann** (boutique)  
**Elisabeth Herzig** (découvertes entreprises, coach J&S, perfectionnement bronze et Team Buildings)  
**Elisabeth Herzig, Elisabeth Flammer et Sonia Klaye** (Ramer en Rose)  
**Nathalie Tollardo** (permanence du mercredi matin)  
**Andrew Chidlow** (coaching adultes)  
**Fabien Currit** (ponton)  
**Valentin Bälli et, depuis novembre 2025, Piotr Chyczewski** (salle de musculation)  
**Dominique Wittwer, Anne-Martine Thorens et Allison Black** (accueil des nouveaux membres)  
**Morgane Wühtrich, Fabrice Haag, Marianne Burger, et Delphine Roulet Schwab** (Groupe de Confiance)  
**Sylvie Giroud Walther** (protection des données)

Arbitres de la SNN: **Kathleen Berezin, Barbara Reutemann, Nicolas LDM Biamonte**



## Commissions et groupes de travail

### Commissions de la SNN

<b>Bricobateaux:</b>	Denis Klaye, Stéphane Burgos et Alexandre Aebi
<b>Loisirs:</b>	Dominique Wittwer, Christian Trachsel, Jacqueline Bariffi, Bernard Jenzer, Claudine Donzallaz, Dominique Ducry, Elisabeth Herig, Flavie Aramandy
<b>Sécurité:</b>	Dominique Wittwer, Patrick Metthez, Aline Nardin
<b>Compétition:</b>	Francis Ballet, Alexandre Aebi, Andrew Chidlow, Claudine Donzallaz
<b>Communication:</b>	Thees Frank (jusqu'en novembre 2025), Françoise Bonnet-Borel, Gaetano Mileti, Gabrielle d'Aloia, Nadia Brustolin, et, depuis fin 2025, Nicolas LDM Biamonte
<b>Juniors:</b>	Thees Frank, Francesca Poglia Mileti, Daniela Haag, Sonia Klaye, Delphine Roulet Schwab
<b>Formation:</b>	Sonia Klaye, Elisabeth Herzig, Sylvie Bischof, Andrew Chidlow, Dominique Delefortrie

### Groupes de travail de la SNN

<b>Plan d'achat bateaux:</b>	Francis Ballet, Sonia Klaye, Bernard Jenzer
<b>Agrandissement maison nautique:</b>	Sébastien Wust, Derck Engelberts, Denis Klaye, Delphine Roulet S.
<b>Stratégie et sponsoring:</b>	Michel, Gaetano
<b>Haie:</b>	Philippe, Christelle
<b>Sport inclusif:</b>	Frédérique, Elisabeth H., Smadar, Sonia, Philippe
<b>Critères membres d'honneur:</b>	Philippe, Pierre W., Sally

Comme mentionné ci-dessus, un «**Groupe de Confiance**» a été constitué (Morgane Wühtrich, Fabrice Haag, Marianne Burger, et Delphine Roulet Schwab). Par ailleurs, Vincent De Claparède et Nicolas Lopes De Meneses vont désormais épauler Patrick Metthez pour toutes les **tâches informatiques**.



*«Baptêmes» des deux nouveaux bateaux: Cristal et Ondine.*



## 1.4 Assemblée Générale, fête du 140<sup>ème</sup> et Assemblée des Délégués

L'Assemblée Générale Ordinaire de la SNN s'est déroulée le vendredi 7 février à la salle paroissiale de Peseux, en présence de deux invités: Sébasien Rytz (Service Cantonal des Sports) et Martin Singenberger (Comité de Swiss Rowing).

Le 21 septembre, a eu lieu une grande manifestation pour célébrer le 140<sup>ème</sup> anniversaire de la SNN.



En fin d'année, la SNN a accueilli l'Assemblée des Délégués de Swiss Rowing, le 6 décembre. Jean-Michel Oswald a été nommé membre d'honneur de la Fédération.



## 1.5 Autres activités pour le 140<sup>ème</sup> anniversaire et concept de formation

Comme on peut le constater dans l'agenda 2025 (voir section 1.7), une série de manifestations ont eu lieu afin de célébrer le 140<sup>ème</sup> anniversaire de la SNN. En particulier, le 5 avril une sortie a été organisée afin de prendre des images (y-compris par drone) afin de réaliser un clip promotionnel. Nous remercions Charlotte et Léon pour leur patience et leur travail lors de cette sortie et durant les autres manifestations pour le 140<sup>ème</sup>. Une vidéo souvenir a aussi été réalisée et sera montrée en avant-première durant l'Assemblée Générale Ordinaire 2026 du 13 février.





## 1.6 Adhésions/démissions

La SNN compte actuellement **193 membres** (191 en 2025, 205 en 2024, 197 en 2023, 194 en 2022, 174 en 2021) dont:

- **126 actifs** (119 en 2025, 132 en 2024, 125 en 2023, 128 en 2022, 110 en 2021)
- **16 juniors** (11 en 2025, 11 en 2024, 15 en 2023, 11 en 2022, 10 en 2021)
- **5 juniors étudiants** (5 en 2025, 7 en 2024, 3 en 2023 et en 2022)
- **39 amis/associés/sponsors** (47 en 2024, 46 en 2023, 43 en 2022, 50 en 2021)
- **7 membres d'honneur** (8 en 2024, 2023 et 2022, 4 en 2021).

6 personnes ont bénéficié durant quelques mois du nouveau statut de «visiteur», dont le rameur olympique néozélandais Philippe Wilson, quelques étudiant.e.s ayant fréquenté les cours SUN (Sports Universitaires) et des membres d'autres clubs suisses d'aviron.

En outre, **20 personnes** sont actuellement inscrites dans le programme **«Ramer en Rose»**.

Comme chaque année, ces chiffres résultent d'un nombre relativement important d'adhésions (32) et de démissions (26) auxquelles s'ajoutent aussi la conclusion de quelques contrats de sponsoring.

Globalement, on constate donc que, après la baisse non négligeable de l'année dernière, le nombre des membres est resté stable en 2025. Il faut cependant souligner le fait que le nombre des membres actifs et des membres juniors a sensiblement augmenté (+7 et +5 respectivement), malgré l'augmentation des cotisations pour les membres actifs, qui n'a provoqué que quelques démissions.

Durant les premiers mois de 2026, 4 personnes ont déjà adhéré à la SNN (1 adulte actif, 2 juniors étudiants et 1 membre ami).

Comme décrit dans les pages suivantes de ce rapport, **presque 300 autres personnes** (ont pu pratiquer l'aviron à la SNN en 2025: à travers des découvertes et team buildings (171), des cours pour les étudiants universitaires (une cinquantaine sur les deux semestres), des visiteurs d'autres clubs suisses ou étrangers (une bonne centaine), des sorties organisées dans le cadre de l'ARA (Association Romande d'Aviron), des découvertes juniors, etc.



*Sortie du président d'honneur de la SNN, Jean-Louis Pochon, le jour de ses 98 ans.*



## 1.7 Agenda 2025 de la SNN

# AGENDA général de la SNN 2025

Mise à jour constante sur [www.aviron.ch](http://www.aviron.ch), version du 11 mars 2025



#140<sup>ème</sup>

### Janvier

Du 6 janvier au 14 février	Cours de fitness aquatique et natation	
11 janvier	Deuxième Team Challenge Ergo à la SNN #140 <sup>ème</sup>	
17 janvier	Sortie raquettes / fondue à la Vue des Alpes	
18 janvier	Championnats Romands d'Ergomètre à La Tour-de-Peilz	
Du 20 janvier au printemps	Formation interne pour monitrices et moniteurs	
24-26 janvier	Week-end de ski à Loèche-les-Bains (VS)	

### Février

7 février	139 <sup>ème</sup> Assemblée Générale Ordinaire de la SNN #140 <sup>ème</sup>	
17 février	Début des cours SUN (lundi, mercredi, jeudi midi) Printemps: février-juin, Automne : septembre-décembre	

### Mars

1 <sup>er</sup> mars	Championnats Suisses d'Ergomètre à Zoug	
5, 8 et 9 mars	Formation ARA-Swiss Rowing pour encadrant.e.s loisirs	
15 mars	Première matinée matériel et nettoyage 2025 (printemps)	
22 mars	Journée d'ouverture officielle de la saison 2025 #140 <sup>ème</sup>	
29 mars	Première matinée «sécurité et respect du matériel» 2025	
31 mars	Démarrage des permanences les soirs de la semaine	

### Avril

5 avril	Tournage de la vidéo promotionnelle #140 <sup>ème</sup>	
12-13 avril	Régate Lake Lugano Rowing à Melano	
14-19 avril	Camp d'entraînement juniors à Gavirate	
15-19 avril	Journées découvertes - Juniors	
26-27 avril	Lauerzsee Regatta	
26-27 avril	Camp d'entraînement Masters	

### Mai

2-4 mai	ICE Race Lake Thun	
3 mai (réserve 10 mai)	Journée 2025 «découverte de l'aviron» #140 <sup>ème</sup>	
4 mai	Première matinée de perfectionnement skiff et double fin	
10-11 mai	Régate nationale de Schmerikon	
17 mai	Tour du Lac de Brienz (Seeclub Interlaken)	
24-25 mai (réserve 14-15.6)	Cours d'initiation intensif	
24-25 mai	Régate nationale de Cham	

### Juin

7-8 juin	Régate nationale de Sarnen	
14 juin	Tour du lac de Bienne, avec la SNEB, départ de Bienne	
15 juin	Régate régionale de Schiffenen	
19 juin	Euro Masters à Bled	
19-23 juin	Weekend prolongé au Golfe du Morbihan	
28 juin	Seconde matinée de perfectionnement skiff et double fin	



## Juillet

4 – 6 juillet	Championnats Suisses d'aviron au Rotsee	
7 – 8 juillet	Passeport vacances	
8 – 15 juillet	Camp d'entraînement juniors à Berlin	
11 juillet	Sortie au clair de lune (précédée de grillades)	
12 juillet (à confirmer)	3 <sup>ème</sup> matinée de perfectionnement skiff et double fin	
19 juillet	Sortie lever du jour	

## Août

9 - 10 août	Camp de perfectionnement à Schiffenen (Row&Row)	
16 août	Journée découverte loisirs de l'ARA à la SNN #140 <sup>ème</sup>	
17 août	4 <sup>ème</sup> matinée de perfectionnement skiff et double fin	

## Septembre

5 et/ou 6 septembre	2 <sup>ème</sup> entraînement «sécurité et respect du matériel»	
6 septembre (à confirmer)	5 <sup>ème</sup> matinée de perfectionnement skiff et double fin	
13 – 14 septembre	Régate nationale au Lac noir (Swiss Alpine Trophy)	
10 – 14 septembre	World Rowing Masters Regatta à Banyoles (ESP)	
20 septembre	BILAC ( <a href="https://bilac.ch/">https://bilac.ch/</a> )	
<b>21 septembre</b>	<b>Manifestation 140<sup>ème</sup> anniversaire de la SNN #140<sup>ème</sup></b>	
26 – 28 septembre	Tour du Léman à l'aviron	
27 septembre	Journée de l'aviron loisirs de Swiss Rowing à Sarnen	
27 – 28 septembre	Grand Prix du Lac de Sempach (8+) et régata de Sursee	
27 – 28 septembre	Championnats romands - Régata de Nyon (Divonne)	



## Octobre

4 octobre	Léman-sur-mer / Coastal Rowing (championnats CH)	
6 – 8 octobre	Camp FUTURO à Sarnen (Juniors U17)	
11 octobre	Régate nationale Rösticup (8+ et Yolettes) à Schiffenen	
17-19 octobre	Weekend prolongé à Nice	
18 octobre	Bern Boat Race	
25 octobre	Clôture officielle de la saison #140 <sup>ème</sup>	

## Novembre

1 <sup>er</sup> novembre	2 <sup>ème</sup> matinée matériel et nettoyage (Automne)	
8 – 9 novembre	Silver Skiff (Turin)	
8 – 9 et 12 novembre	PISTE test days à Sarnen et Lausanne	
15 novembre	MIRABAUD Basel Head Regatta	

## Décembre

6 décembre	Assemblée des Délégués de Swiss Rowing #140 <sup>ème</sup>	
13 décembre	Langstrecke.ch (8+) à Ellikon-Eglisau / Rhein	

<b>Code de couleurs:</b>	Régates officielles et régates populaires	
	Formation (interne et externe) et camps	
	Sorties loisirs (aviron ou autres sports)	
	Autres manifestations	



Exemple de semainier 2025:



# Semainier printemps 2025 V4 (valable dès le 02.06.2025)

Accès à la salle de musculation en tout temps (demander le code à un membre du comité).  
 Merci de respecter ces horaires en libérant le ponton et en laissant les bateaux nécessaires au club.  
 Sorties confiance en skiff: possibilités 3 jours par semaine. Contact: [formation@aviron.ch](mailto:formation@aviron.ch)  
 Un groupe WA dédié aux cours skiff sera formé. Contact: [formation@aviron.ch](mailto:formation@aviron.ch)

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	
Matin	Rameurs de l'aube Groupe WA dédié  Permanence Groupe WA dédié Contact: Marie-Claire	Rameurs de l'aube Groupe WA dédié	Permanence Groupe WA dédié Contact: Nathalie et Gaetano	Rameurs de l'aube Groupe WA dédié  Cours Skiff 8h00-10h00 Contact: Sonia  Ramer en Rose (horaire communiqué dans le groupe WA) Contact: Elisabeth F.	Rameurs de l'aube Groupe WA dédié	Juniors 08h30-10h30  Entrainement Equipages Contact: Andrew  Permanence 08h00 – 10h00 Groupe WA «Sorties aviron» <a href="http://www.aviron.ch/~permanences">www.aviron.ch/~permanences</a>	Juniors 09h00-11h00 Contacts: Thees et Gaetano (loisirs)  Entrainement Equipages Contact: Andrew	Rameurs de l'aube Groupe WA dédié  Juniors 09h00-11h00 Contacts: Thees et Gaetano (loisirs)  Entrainement Equipages Contact: Andrew  Perfect. double fin (niveau 1) Groupe WA dédié Contact: Gaetano
Midi	Cours SUN 12h15-13h45 Smadar et Elisabeth F.		Cours SUN 12h15 Gaetano et Thees  Cours Skiff 12h30 Contact: Frédérique  Juniors 15h00-17h00 Contacts: Thees et Francesca (loisirs)	Cours SUN 12h15-13h45 Smadar et Elisabeth F.		Cours d'initiation Formule C - 10h00 Contact: Françoise		
Après-midi		Ramer en Rose 15h00-17h00 Contact: Elisabeth H.						
Soir	Permanence 18h30 – 20h30 Groupe WA «Sorties aviron» <a href="http://www.aviron.ch/~permanences">www.aviron.ch/~permanences</a>  Juniors 18h00-20h00 Contact: Thees	Cours Skiff 18h00-20h00 Contact: Dominique Delefortrie	Cours d'initiation Formule C - 18h00 Contact: Françoise  Entrainement Equipages Contact: Andrew  Projet 8 / 140 <sup>ème</sup> Contact: Nicolas	Cours Skiff 18h00-20h00 Contact: Dominique Delefortrie  Perfect. double fin (niveau 2) Groupe WA dédié Contact: Gaetano	Permanence 18h30 – 20h30 Groupe WA «Sorties aviron» <a href="http://www.aviron.ch/~permanences">www.aviron.ch/~permanences</a>  Perfect. bronze Groupe WA dédié Contact: Elisabeth H.			



## 1.8 Rapport du trésorier (texte de Michel)

Du point de vue comptable, l'exceptionnelle année 2025, année du 140ème s'est bouclée positivement pour la SNN en tenant compte d'activités intenses conformes aux objectifs fixés dans le budget, à tous les niveaux du club, y compris les manifestations liées au 140ème et l'accueil de l'assemblée des délégués de Swiss Rowing.

Les classeurs de l'année 2025 contiennent 1238 pièces comptables et 406 factures ont été envoyées.

Le bouclage a été effectué dans les tous premiers jours de janvier.

### Bouclage des comptes

Les comptes sont équilibrés avec un résultat à zéro, en tenant compte:

- d'un montant de CHF 2'186 (résultat net) porté en diminution du prélèvement initialement prévu de CHF 9'000 à la provision pour achats de bateaux (prélèvement net CHF 6'814);
- de la mise en compte de demandes pour CHF 8'000 de Bricobateau pour changer le moteur de Idefix (CHF 3'000), équiper deux doubles d'un système de fixation rapide (CHF 2'500), une mise à niveau des chaussures du 8 (CHF 1'000) et de deux responsables pour organiser une soirée au club de remerciements pour les bénévoles et leur enthousiasme, sans quoi rien n'est possible pour le temps qu'ils ont mis à disposition l'année du 140ème et qu'ils mettront également à disposition durant l'année 2026 (CHF 1'500). Les bénévoles c'est la vie du club et l'avenir de celui-ci. Qu'ils soient remerciés se justifie totalement et crée encore plus les liens sociaux entre les membres.

L'engagement de toutes et tous a permis d'atteindre les objectifs fixés pour 2025, notamment:

- réussir l'anniversaire du 140ème et l'accueil des délégués de Swiss Rowing;
- avoir plus de 60 personnes motivées à venir faire une découverte de notre magnifique sport;
- compter plus de 30 nouveaux membres en 2025, faire en sorte qu'ils restent membres du club avec des propositions de sortie sur le lac les plus adaptées à leur besoin, sans compter le programme loisir proposé;
- continuer à développer la formation des responsables au travers de nombreuses possibilités offertes d'améliorer ses connaissances;
- avoir une bonne participation aux régates juniors et master avec des résultats probants;
- effectuer un travail conséquent, notamment Bricobateau et notre responsable du ponton pour améliorer, renouveler et développer notre infrastructure;
- avoir une équipe motivée en back office pour gérer la sécurité, l'éthique, la protection des données, les aspects juridiques, les finances et la gestion du club en général.

Tous ces résultats positifs ont bien entendu un coût financier dont on retrouve la traduction en chiffres dans les comptes 2025 qui seront présentés à l'occasion de l'Assemblée Générale Ordinaire.

Le comité a suivi l'évolution des comptes en cours d'année lors de chaque séance afin de se tenir au courant, de prendre les décisions avalisant les dépenses proposées et faire les arbitrages nécessaires à la présentation d'un résultat équilibré.



Les principaux éléments à retenir des comptes 2025 sont:

- Le total des cotisations 2025 avec les nouveaux tarifs et les déductions acceptées par l'assemblée a été quasi atteint
- Les autres recettes ont été globalement respectées, notamment grâce à une location soutenue de notre clubhouse, aux découvertes, sponsoring et autres subventions.
- Les charges liées à l'infrastructure ont permis la réalisation de nombreuses améliorations des hangars, extérieur du club et de la remise en état du ponton. Les dépenses liées au ponton ont été mises à charge de la provision y relative.
- Les charges liées à l'entretien des bateaux, canot moteur, remorque et salle de sport ont respecté le budget alloué en permettant notamment l'acquisition de plus de bateau que prévu grâce à l'offre d'occasion à saisir.
- Toutes les charges liées à la pratique de l'aviron ont été maîtrisées par les commissions responsables
- Il en va de même des frais généraux du club y compris les activités favorisant la cohésion sociale
- La charge nette de la manifestation du 140ème a coûté beaucoup moins que prévu grâce à CHF 3'000 de sponsoring obtenu pour cette manifestation
- A relever aussi que le montant prévu à charge de la SNN pour l'accueil des délégués de Swiss Rowing qui avait été prévu dans une provision prévue à cet effet (CHF 5'000) n'a pas été totalement dépensé grâce à la gratuité obtenue auprès des différents partenaires de cette manifestation. Le comité a décidé d'allouer le montant net non dépensé de CHF 3'296 au fonds de construction pour lequel il n'avait pas été prévu en 2025 d'allocation budgétaire.

## Liquidation de la Coopérative de la Maison Nautique

Le transfert de la propriété de l'immeuble a eu lieu à fin 2023.

Pour rappel, d'entente avec le Service des Contributions la valeur comptable de l'infrastructure a été fixée à CHF 50'000 à amortir sur 10 ans.

La valeur d'assurance de l'ECAP se monte à fin 2025 à CHF 1'101'843.

Bien malheureusement la liquidation finale de la Coopérative n'a pas été effectuée par ses liquidateurs en 2025. Le soussigné a été en contact très régulier avec l'étude de notaire chargée de ce dossier complexe pour se tenir au courant de l'évolution du dossier. De manière difficilement explicable, le trésorier de la coopérative n'a jamais respecté les délais fixés tant par le Service Cantonal des Contributions que par l'Office Fédéral des Contributions, mettant ainsi les liquidateurs face à de potentielles amendes et poursuites pénales.

Il faut espérer que la première partie de l'année 2026 verra enfin l'issue de ce dossier serpent de mer pour votre serviteur.

Vous serez informé de la suite lors de la prochaine assemblée générale.



## Budget 2026.

L'année 2026 est à nouveau une année considérée comme standard pour la SNN incluant les activités de ses diverses commissions et la suite de la réalisation du plan d'achat et de renouvellement du parc de bateau adopté lors de la précédente assemblée.

Les principaux objectifs du budget 2026 sont:

- une augmentation du nombre de membres cotisants estimée à 15 permettant une augmentation d'environ 7,5 % des cotisations;
- une stabilisation, voire légère diminution des recettes pour les cours d'initiation, les découvertes et teams buildings afin de mieux correspondre à la réalité potentielle d'une année standard;
- comme c'est le cas dans d'autres clubs votre comité compte également sur votre soutien volontaire en versant des dons spontanés au club en sus des cotisations facturées;
- un budget très modeste est prévu pour le sponsoring. Nous continuons à rechercher parmi les membres une ou un groupe de personne ayant les compétences de préparer un dossier de sponsoring. Un versement de la BCN de CHF 1000 est assuré pour le mouvement junior et celui de Ramer en Rose;
- pour l'année 2026, il n'est pas prévu de prélever à nouveau dans les provisions pour les acquisitions 2026. Celles-ci doivent être financées par le budget courant;
- les frais variables estimés pour le budget 2026 représentent environ 26 % comme c'était le cas en 2025 alors qu'ils représentaient seulement 12 % du budget 2024. Cette marge de manœuvre supplémentaire permet de mettre en pratique le plan d'achat des bateaux et les améliorations nécessaires des hangars et des extérieurs réalisés par l'équipe de Bricobateau et le responsable du ponton;
- l'équipe de l'infrastructure, de Bricobateau et le responsable du ponton ont exprimé leurs besoins pour le budget 2026 qui ont été intégrés à celui-ci, tout comme les besoins des commissions juniors, masters, loisirs, formation et sécurité. Ces demandes ont été traitées par le comité et validées avant d'être proposées dans le budget qui vous est soumis. L'implication importante de ces diverses commissions dans le processus budgétaire est à relever et à remercier.

## 1.9 Séances d'accueil des nouveaux membres (texte de Anne-Martine)

Cette séance a pour objectif de favoriser la fidélisation et l'intégration harmonieuse des nouveaux·elles membres au sein du club. Elle se déroule en deux temps distincts.

Dans un premier temps, le fonctionnement général ainsi que les différentes structures du club sont présentés. Puis, les questions d'éthique y sont abordées, de même qu'un rappel des règles de sécurité et du respect du matériel.

Dans un second temps, plus convivial, les participant·e·s sont invité·e·s à échanger librement, à aborder les sujets de leur choix et à demander des compléments d'information. Cette partie, organisée sous forme d'apéritif, permet également de mieux se connaître et de créer des liens.



## 2<sup>ème</sup> partie: infrastructures, sécurité et communication

### 2.1 Infrastructures (texte de Stéphane, Denis et Alexandre A.)

Une nouvelle fois de nombreuses activités ont été effectuées par Bricobateau. Le présent rapport fait état des plus significatives et trace une revue des activités en images mois par mois.

#### Résumé des activités de la commission infrastructures

L'hiver a été propice à la réparation de quelques bateaux. Pour ce faire et garantir une température suffisante pour que l'époxy et les peintures sèchent et durcissent, la miellerie d'Alex Aebi dans le val de travers a été utilisée. Cela a été possible car Alex a rejoint l'équipe en janvier, merci à lui. Grâce à cette possibilité plusieurs skiffs ont pu être soignés. Comme chaque année nous avons aussi soigné les petits bobos faits aux bateaux, merci surtout à Denis pour l'immense travail. Quatre gros problèmes sur des bateaux (chutes, accidents) ont dû être réparés chez Stämpfli. Au chapitre entretien des bateaux notons de nombreux réglages (merci à Andrew) et nettoyages en particulier ceux du 8 et des 3 yolettes en bois. Pour chacune, les supports des rails ont été consolidés et les fixations du fond pour la planchette ont été changés. Les retours de régates avec beaucoup de bateaux et leur remontage nécessitent une pleine concentration, surtout en fin de journée. Dans l'ensemble les dégâts n'ont pas été excessifs et correspondent à l'attention générale des membres du club. Merci et continuons.

Avant le début de la saison la rampe a été aménagée et consolidée. Cela fait partie du programme de rénovation et d'entretien du ponton et des aménagements extérieurs. Dans ce même programme les dalles situées devant le hangar 1 ont été remises à niveau pour éviter les chutes. Le ponton a aussi subi quelques interventions, dont une majeure en novembre-décembre qui a permis de fixer une nouvelle bride pour la fixation à la bite d'amarrage. Un grand merci à Fabien pour la planification et la réalisation de ces travaux ainsi que tous ceux qui y ont pris part. Merci aussi à ceux qui durant toute la saison regardent et signalent les problèmes, cela permet d'agir vite et d'éviter les grosses casses. Les bouées ont été remplacées et Idéfix a été entretenu et mené à l'expertise par Denis. L'état des lieux des clés a aussi été effectué par Patrick et les piles des serrures ont été changées par Patrick et Christian. Des panneaux de bois ont été installés fin décembre et devraient accueillir les portants, les chaussures et les gilets de sauvetages.

Au niveau de l'entretien général des bateaux 2 journées matériel ont eu lieu le 15 mars et le 1er novembre. Lors de ces journées de nombreux membres ont œuvré et ont permis le nettoyage non seulement des bateaux mais aussi du club house et de la salle de musculation. Dans ce cadre, Piotr a aussi rejoint l'équipe Bricobateau et une matinée supplémentaire nettoyage des ergomètres a été faite le 22 novembre. Piotr a aussi installé des supports pour les barres des haltères. Nous remercions vivement tous les participants à ces journées et en particulier Patricia, Dominique et Élisabeth qui ont assuré la subsistance dans l'une ou l'autre des journées.

Cette année a aussi été mise sous le signe de l'amélioration de la sécurité pour les bateaux et pour contre-carrer les plans diaboliques du Castor. Des mousses et des protections ont été installées sur les rails et les parties saillantes des hangars. Le dallage du hangar 1 a aussi été complété pour faciliter



le roulement des chariots sous les yolettes. Enfin une webcam a été installée et permet aux membres du club de voir l'état du lac avant de faire un long trajet. Merci à Patrick Metthez.

Au niveau des souliers la mise en place des clips et des chaussures interchangeables et en cours et devrait, à terme, assurer que chacun rame avec des chaussures adaptées. Ce travail devrait se poursuivre en hivers 2026.

Signalons enfin l'arrivée de celle que tous attendaient depuis longtemps: la table du 140ème, organisée par Denis et réalisée de main de maître par Eric Bindith.

Nous tenons aussi à remercier tous ceux qui œuvrent pour l'entretien du club en particulier Patrick et les Christians qui répondent souvent présents lorsqu'il y a besoin d'aide.

## Les activités en images

### Janvier 2025

- Alex nous rejoint chez Bricobateau, nous voilà 3 personnes.
- Déménagement à la miellerie d'Alex.
- Acquisition de notre layette d'atelier, et divers outils.
- Réparation de 3 Skiffs, O'douce, Rafale, Car'eau.



Février 2025

Poursuite des travaux de réparation dans la miellerie d'Alex.



Début des travaux sur la rampe.



Mars 2025

La nouvelle caisse de terrain arrive.

Journée matériel du 15 mars.





Mai 2025

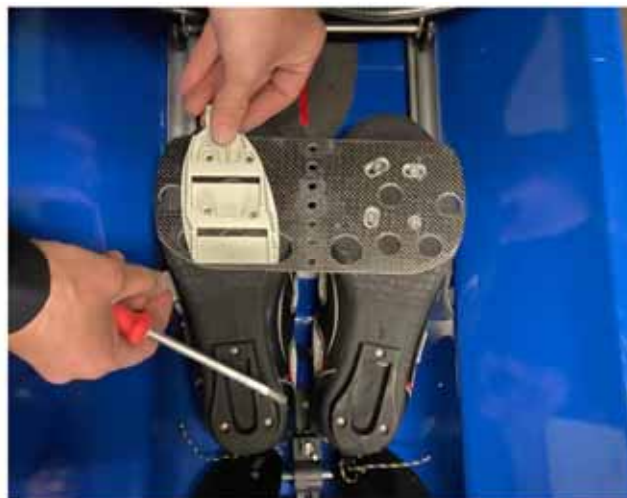
Fabrication de la table du 140<sup>ème</sup>.



Le castor est de retour...



Pose des clips sur les chaussures.



Une nouvelle bâche pour Idefix.

Merci Eric!



Préparation de l'emplacement de la Table, merci pour le coup de main les copains!!!



Jun 2025

Réparation des cale-pieds de Skiffle.



Et la voilà!





Arrivée de Seventies.



Juillet 2025

C'est les vacances! Et hop les vieux skiffs sont un peu retapés et vont à l'eau pour un entrainement chavirage!





Arrivée de deux skiffs d'apprentissage supplémentaires: Merl'eau et CoLiBri.



Et encore le castor.



Août 2025

Arrivée de Cristal.





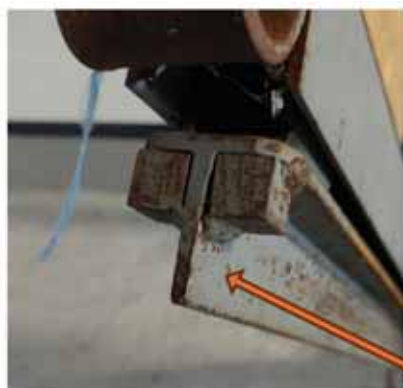
Un grand Lifting pour Golden Eight, réglages et pose des clips à chaussures.

Merci à Andrew pour les conseils de réglages.



### Septembre 2025

Après le réglage de 3 yolettes pour la Bilac, réparation d'un dégât causé encore une fois par le castor.



Le Castor il est là ?



### Octobre 2025

Pose des C-line sur planche à roulettes, dallage intérieur et extérieur.



Novembre 2025

Journée matériel d'automne (1<sup>er</sup> novembre).



Décembre 2025

Le ponton revient après avoir reçu sa nouvelle bride.



Installation des panneaux.



## Location du Clubhouse en 2025 (texte de Jean-Pierre)

Ci-dessous quelques chiffres concernant l'utilisation du clubhouse.

	<b>2025</b>	<b>2024</b>	<b>2023</b>
Demandes de location	56	58	47
Locations annulées	12	13	5
Locations confirmées	44	45	42
Locations par des membres de la SNN	6 (14%)	7 (16%)	11 (26%)
Locations en semaine	11	10	6
Locations le samedi	18	19	18
Locations le dimanche	15	16	18
<b>Total des recettes</b>	<b>13'425 CHF</b>	<b>11'095 CHF</b>	<b>9'615 CHF</b>

En outre, en 2025, le clubhouse a été loué 56 fois pour des activités de la SNN (43 en 2024).



## 2.2 Activités pour l'éthique et la sécurité (texte de Dominique W.)

### Plage de Monruz

Durant toute l'année des contacts ont été maintenus avec les autorités communales et cantonales concernant les dangers liés à la baignade devant la plage de Monruz. Malgré plusieurs tentatives de relance et des propositions concrètes adressées aux autorités, aucune solution n'a pour l'heure été proposée à la SNN.

### Gilets de sauvetages

Un panneau relatif à l'utilisation des gilets de sauvetage a été placé dans le premier hangar afin de sensibiliser les membres à leurs obligations y relatives et aux conséquences possibles en cas de non-respect. Plusieurs gilets ont été acquis par la SNN pour être mis à disposition des membres. Les plus anciens ont fait l'objet d'une révision.

### Matinée sécurité de printemps

Pour la (première) **matinée sécurité** du 29 mars 2025, la Société de Sauvetage et Vigilance nautique de Neuchâtel (SSVNN) nous a accueillis dans ses locaux et rappelé, démonstrations et exercices à l'appui, les règles de premiers secours.



### Protection des données

Conformément à la loi sur la protection des données, modifiée avec entrée en vigueur au 1<sup>er</sup> septembre 2023, une formation a été dispensée au comité et à plusieurs commissions et responsables d'activité. Un **règlement et une déclaration relatifs à la protection des données** ont été rédigés et une **responsable pour la protection des données** a été désignée.

### Groupe de confiance (éthique)

Vu les exigences de Swiss Olympic, un concept de prévention (création d'un groupe de confiance habilité à recevoir des demandes en cas de conflits et manquements à l'éthique) a été élaboré. Une rencontre avec quatre membres intéressés à sa mise sur pied a eu lieu fin octobre 2025 et un «**Groupe de Confiance**» a ensuite été formellement constitué.



## Modification des statuts

Une nouvelle version des statuts conforme aux exigences et recommandations de Swiss Olympic a été élaborée et transmise au comité qui l'a approuvée et soumise aux membres. Elle devra être approuvée par l'Assemblée Générale Ordinaire 2026 (13.2.2026).

## Soirée sécurité d'automne

Lors de la seconde **soirée sécurité** du 5 septembre, la SSVNN a montré comment ramener au rivage un rameur/nageur en souffrance. Divers exercices avec des membres du club ont permis d'acquérir des notions y relatives.



*Crédit photo à gauche: Thees Frank.*

## 2.3 Communication (texte de Gabrielle)

### Petite revue de presse 2025

Canal Alpha, 5 mai 2025



<https://www.canalalpha.ch/play/le-journal/topic/37729/on-se-mouille-pour-les-140-ans-de-la-snn>

RTN, 8 juillet 2025



<https://www.rtn.ch/rtn/Sports/Autres-sports/20250706-Des-rameurs-neuchatelois-vice-champions-de-Suisse.html>



Canal Alpha, 25 septembre 2025



<https://www.canalalpha.ch/play/le-canal-sportif/episode/39381/sarah-bernard-et-alexandre-voisin-rameurs-de-la-nautique>

RTS, Couleur locale, 11 décembre 2025



<https://www.rts.ch/play/tv/couleurs-locales/video/aviron-a-neuchatel-ils-et-elles-rament-toute-lannee-par-tous-les-temps?urn=urn:rts:video:4b0e8341-ca0f-39a9-84f6-ae97e963743>



## NEWSLETTER DU SERVICE CANTONAL DES SPORTS

### Retour en images

#### 140 ans de la Société Nautique Neuchâteloise (SNN)

La Société nautique de Neuchâtel a fêté ses 140 ans les 20 et 21 septembre avec un week-end marqué par la convivialité sportive.

Le samedi, 11 bateaux aux couleurs du club ont pris le départ de la Bilac depuis le port du Nid-du-Crô. Les 50 rameuses et rameurs neuchâtelois ont rejoint Bienne aux côtés d'une centaine d'équipages venus de Suisse et d'Europe, offrant un spectacle impressionnant sur le lac.

Le dimanche, le siège de la SNN a accueilli membres, invité-e-s et clubs amis, pour une journée de célébrations en présence du conseiller d'État Frédéric Mairy et de la conseillère communale Johanna Lott Fischer. Dans une ambiance chaleureuse, autorités, Swiss Rowing et passionné-e-s d'aviron ont partagé ce moment fort, témoignant de l'histoire et du dynamisme qui animent la société depuis 140 ans.

Apprenez-en plus sur l'histoire du club dans la section « un club se présente »





## Un club se présente

### La Société Nautique Neuchâteloise

Fondée en 1885 pour rassembler les amateur-rices de tous sports nautiques confondus, la Société Nautique Neuchâteloise (SNN) s'est depuis spécialisée dans l'aviron. C'est notamment dans cette discipline que la « Nautique » a marqué l'histoire sportive neuchâteloise, avec la **médaille olympique de Denis Oswald à Mexico en 1968**. Précurseur en termes d'égalité, le club a ouvert ses portes aux rameuses dès 1937, avant d'officialiser leur intégration en 1977. Depuis 2020, la SNN propose en outre l'activité « Ramer en rose » destinée aux femmes atteintes d'un cancer du sein, qui réunit actuellement 37 participantes.

Plus récemment, la SNN a modernisé ses infrastructures près de la plage de Monruz (rénovation du bâtiment, extension des hangars, nouveaux bateaux), et poursuivra sa transformation avec l'agrandissement la salle d'entraînement, la rénovation des vestiaires et le développement du clubhouse. D'un point de vue administratif, le club a actualisé ses statuts grâce au programme « Club Management » de Swiss Olympic, et prévoit d'accueillir l'Assemblée Générale de Swiss Rowing le 6 décembre prochain.

Fidèle à ses valeurs sportives historiques, le club cultive à la fois la performance, la formation et la pratique de loisir, en favorisant les échanges avec les clubs voisins. Avec 215 membres (dont 142 adultes actifs, 21 juniors ou étudiant-e-s, 3 arbitres nationaux et plus de 20 moniteur-rices), la SNN soutient le développement de la relève dès 11 ans et prépare les rameuses et rameurs à la compétition nationale. Cette structure engagée est régulièrement récompensée par des médailles lors des compétitions.

Pour en découvrir davantage sur la SNN, tester l'aviron et rejoindre le club : Site internet : [www.aviron.ch](http://www.aviron.ch)



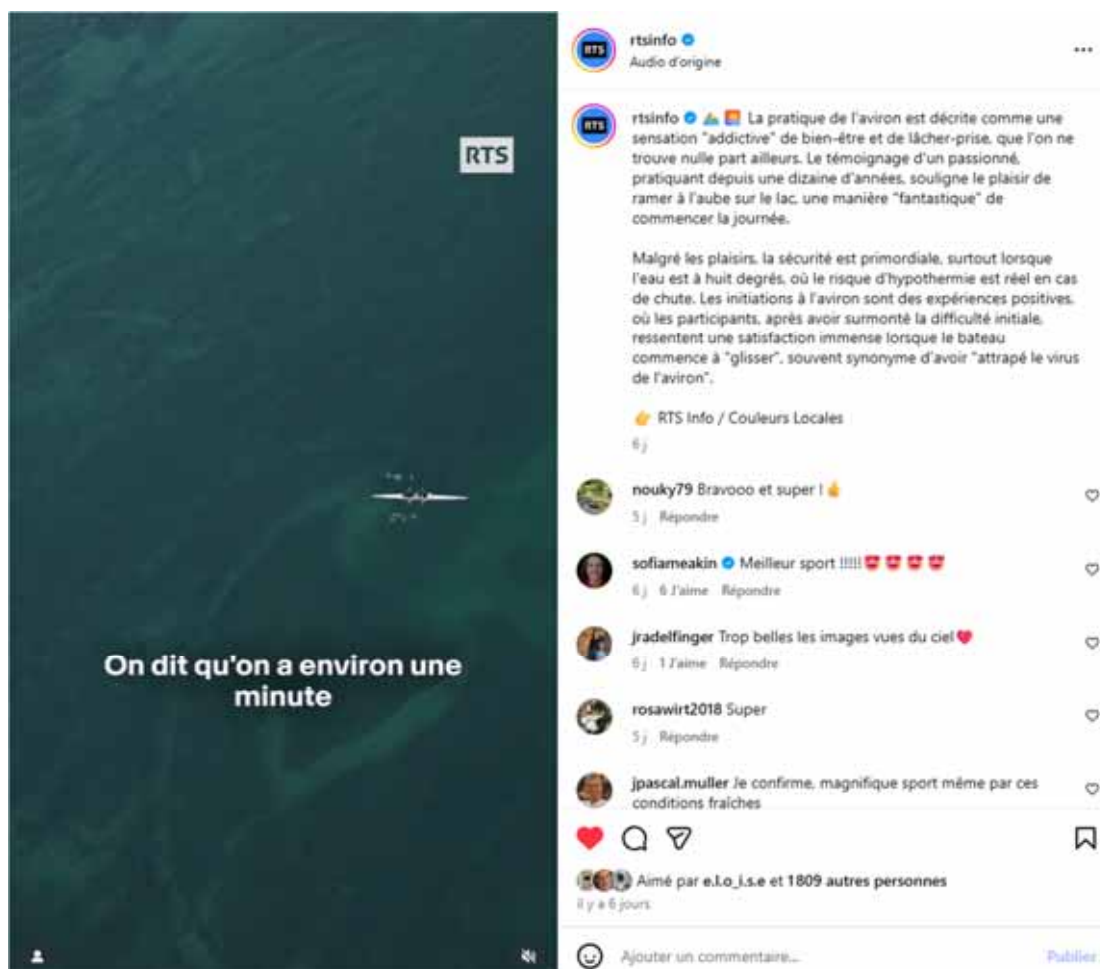
©Léon Dietrich



Instagram, Service des sports du Canton de Neuchâtel, mai 2025

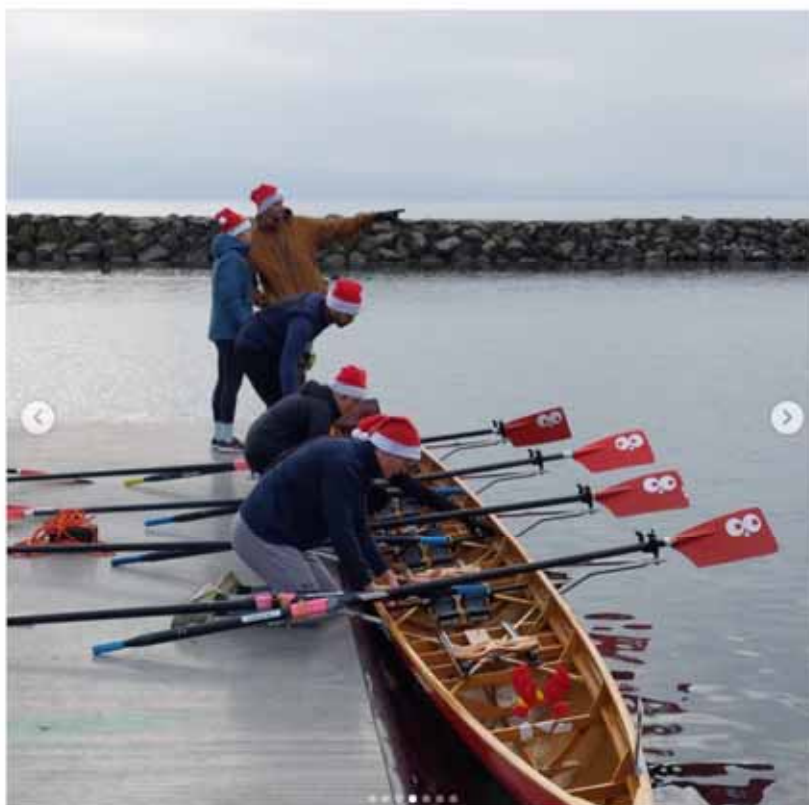


Instagram, RTS Info, 28 novembre 2025





Instagram, SUN, 16 décembre 2025



sun\_unine • Suivre



sun\_unine · 5 sem

Quelques souvenirs 📷

🏆 Régate interuniversitaire 14.12.25

Bravo aux rameurs-euses qui se sont rencontrés-es sur le Lac Léman !

#sun\_unine #busbleus  
@unineuchatel



**Aucun commentaire pour l'instant.**

Lancer la conversation.



58



16 décembre 2025

Connectez-vous pour aimer ou commenter.

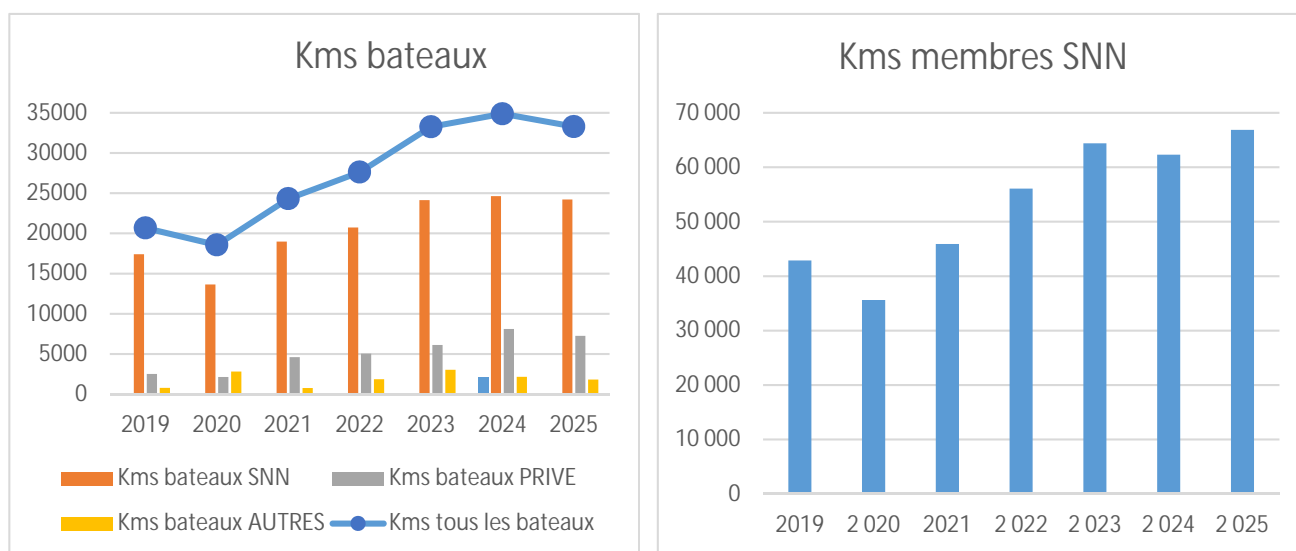


## 3<sup>ème</sup> partie : apprentissage et pratique de l'aviron

### Introduction et résumé des activités (texte de Gaetano)

Les activités présentées dans les deux premières parties de ce rapport sont indispensables pour le fonctionnement du club. Cependant, les buts principaux de la SNN sont naturellement **l'apprentissage et la pratique de l'aviron**. Objectifs encore une fois atteints, puisque **les bateaux utilisés par nos membres ont parcouru plus de 33'000 km en 2025 et nos rameuses et rameurs presque 67'000 km** (ce qui est un record absolu pour la SNN).

Ceci correspond à **plus de 3'100 sorties sur l'eau** durant l'année 2025, réparties sur 337 jours (sur 365). En moyenne, il y avait donc au moins un rameur ou une rameuse (et donc au moins un bateau) de la SNN, donc **environ 6,5 jours par semaine!** Les deux graphiques ci-dessous illustrent ces chiffres.



Dans les pages qui suivent et dans les annexes, les activités d'apprentissage et de pratique de l'aviron à la SNN sont décrites plus en détail, en suivant l'ordre suivant:

- 3.1 Aviron de compétition adultes;
- 3.2 Aviron de loisirs adultes;
- 3.3 Juniors;
- 3.4 Activités de formation adultes.

### Participation des membres de la SNN aux régates en 2025

En résumé, en 2025 nos rameuses et rameurs ont participé à **19 compétitions** (championnats d'ergomètres, régates et courses populaires telles que Swiss Riviera Indoor Rowing à La Tour-de-Peilz, Swiss Rowing Indoors à Zoug, Lake Lugano Rowing, Ice Lake Thun, Schmerikon, Cham, Sarnen, Schiffenen, Greifensee, Championnats Suisses au Rotsee, Euromaster à Bled, Lac Noir, World Rowing Masters Regatta à Banyoles, Grand Prix de Sempachersee, Kurzstrecke Sursee, Régate Rose du Woerthersee en Autriche, Silver Skiff à Turin, Bilac, Rösticup, Swiss Rowing Langstreckentest à Mulhouse), **10 randonnées ou autres sorties sportives** organisées par la SNN (voir agenda 2025 du club) et à une bonne dizaine de sorties organisées par d'autres clubs, en particulier romands, dans le cadre des «sorties baladeurs» ARA (Association Romande d'aviron).



### 3.1 Aviron de compétition adultes (texte de Francis)

#### Activités de la Commission compétition adultes

Les membres suivants font partie de la commission: Claudine Donzallaz, Andrew Chidlow, Alexandre Aebi et Francis Ballet.

La commission s'est réunie à cinq reprises afin de gérer l'octroi des licences, les inscriptions aux régates, l'attribution des bateaux.

Elle a tenu une séance en janvier avec les compétiteurs pour avoir le programme de régates des différents équipages.

Elle a aussi organisé une soirée compétition élargie le 8 novembre, un moment convivial pour célébrer l'aspect sportif de l'aviron. Cette soirée était ouverte à tous les membres ayant participé à des compétitions ou des régates populaires. Ce fut également l'occasion pour Andrew de présenter son programme d'entraînement hivernal. Elle a été suivie d'une sympathique fondue.



#### Résultats des rameuses / rameurs de la SNN lors de la saison 2025.

##### Résultats de la régata de Lugano 12 et 13 avril 2025

<i>Course</i>	<i>Equipage</i>	<i>Jour</i>	<i>Pos.</i>	<i>Temps</i>	<i>Jour</i>	<i>Pos.</i>	<i>Temps</i>
4xMM	Alex. A, Thees, Gilles, Francis	Samedi	3 <sup>ème</sup>	3:45:37	Dimanche	4 <sup>ème</sup>	3:46:79
2xMMixed	Francis, Hélène	Samedi	3 <sup>ème</sup>	4:00:02	Dimanche	3 <sup>ème</sup>	3:58:32
1x MM	Gilles	Samedi	1 <sup>er</sup>	4:04:51	Dimanche	4 <sup>ème</sup>	4:22:38
1x MM	Alex A.	Samedi	4 <sup>ème</sup>	4:31:47	Dimanche	6 <sup>ème</sup>	4:52:88



*Crédit photo: Thees Frank.*

#### Résultats de la régates de Schmerikon, 10 et 11 mai 2025

<i>Course</i>	<i>Equipage</i>	<i>Jour</i>	<i>Pos.</i>	<i>Temps</i>	<i>Jour</i>	<i>Pos.</i>	<i>Temps</i>
2x MM	Thees, Gilles	Samedi	4 <sup>ème</sup>	4:03:36	Dimanche	4 <sup>ème</sup>	3:57:57
2x MMixed	Francis, Hélène	Samedi	2 <sup>ème</sup>	4:02:04	Dimanche	6 <sup>ème</sup>	4:05:45
1x MM	Gilles	Samedi	4 <sup>ème</sup>	4:11:69	Dimanche	2 <sup>ème</sup>	4:00:70

#### Résultats de la régates de Cham, 19 mai 2025

<i>Course</i>	<i>Equipage</i>	<i>Jour</i>	<i>Pos.</i>	<i>Temps</i>	<i>Jour</i>	<i>Pos.</i>	<i>Temps</i>
1x MM	Gilles	Samedi	1 <sup>er</sup>	4:04:31			





### Résultats de la régates de Sarnen, 7 et 8 juin 2025

<i>Course</i>	<i>Equipage</i>	<i>Jour</i>	<i>Pos.</i>	<i>Temps</i>	<i>Jour</i>	<i>Pos.</i>	<i>Temps</i>
2x MMixed	Francis, Hélène	Samedi	2 <sup>ème</sup>	4:15:92	Dimanche	annulé	
1xMM	Gilles	Samedi	1 <sup>er</sup>	4:12:94	Dimanche	annulé	

### La régates de Schiffenen, 15 juin 2025

<i>Course</i>	<i>Equipage</i>	<i>Jour</i>	<i>Pos.</i>	<i>Temps</i>	<i>Jour</i>	<i>Pos.</i>	<i>Temps</i>
2- Elite	Nicolas LDM, Derck	Samedi	5 <sup>ème</sup>	7:59:99			
2x MMixed	Francis, Hélène	Samedi	1 <sup>er</sup>	4:54:71			
1x MM	Gilles	Samedi	3 <sup>ème</sup>	pas de temps			

### La régates de Greifensee, 22 juin 2025

<i>Course</i>	<i>Equipage</i>	<i>Jour</i>	<i>Pos.</i>	<i>Temps</i>	<i>Jour</i>	<i>Pos.</i>	<i>Temps</i>
1x MM	Gilles	Samedi	1 <sup>er</sup>	3:49:34	Di	4 <sup>ème</sup>	3:28:34

### Championnats suisses au Rotsee 4 au 6 juillet 2025

<i>Course</i>	<i>Equipage</i>	<i>Jour</i>	<i>Pos.</i>	<i>Temps</i>	<i>Jour</i>	<i>Pos.</i>	<i>Temps</i>
1x MM	Derck	Vendredi	4 <sup>ème</sup>	4:17:40			
1x MM	Gilles	Vendredi	4 <sup>ème</sup>	3:56:27			
4x MMixed	Alex V., Delphine, Brice, Sarah	Vendredi	2 <sup>ème</sup>	3:26:13			





### Euromaster Bled, 19 au 21 juin 2025

Course	Equipage	Jour	Pos.	Temps	Jour	Pos.	Temps
2x MMixed	Delphine, Brice	Jeudi	3 <sup>ème</sup>	3:47:40	Samedi	1 <sup>er</sup>	3:47:76
2xMM	Alex V., Brice	Vendredi	2 <sup>ème</sup>	3:32:16	Samedi	3 <sup>ème</sup>	3:34:99
1x MM	Brice	Jeudi	4 <sup>ème</sup>	4:03:63	Vendredi	4 <sup>ème</sup>	3:59:19
1x MM	Alex V.	Vendredi	5 <sup>ème</sup>	4:03:72			
1x MM	Gilles	Samedi	1 <sup>er</sup>	3:49:34	Dimanche	4 <sup>ème</sup>	3:28:34

### Lac Noir, 13 et 14 septembre

Course	Equipage	Jour	Pos.	Temps	Jour	Pos.	Temps
1x MM	Gilles	Samedi	5 <sup>ème</sup>	2:40:59			

### World Rowing Masters Regatta Banyoles 10 au 14 septembre 2025

Philippe	10.09 114 G4-	11.09 228 G4x	12.09 317 F4x	12.09 324 G2x
	13.09 414 F4+			
	S4, 4, 4:10:90	S4, 6, 3:43:86	S2, 4, 3:42:18	S6, 5, 4:04:77
	S4 2 3:45:05			

	508: 4x MMixed	523: C2x Delphine, Brice	520:B2x Sarah	513: Mixed E8+Philippe
14.09	SO, 5, 3:32:73	S3, 5,3:47:43	S3, 1ier 3:37:05	S3, 4, 3:38:72

### Sursee, 29 septembre 2025

Course	Equipage	Jour	Pos.	Temps	Jour	Pos.	Temps
2- H	Nico LDM Derck	Dimanche	3 <sup>ième</sup>	1:37:17			

### Régate Rose du Woerthersee en Autriche, 10 octobre 2025

Course	Equipage	Pos.	Temps
1X MM, Master E	Gilles	10/24	1:17:00

### XXXIV INTERNATIONAL SILVERSKIFF, Turin, river Po, November 10th, 11 km Course

Equipage	Pos. Course	Equipage	Pos.	Temps
1X MM Master D	Alex A.	35/47		54:05
1X MM Master E	Gilles	32/71		51:59



Au nom des compétiteurs Master, un grand merci au coach Andrew pour ses nombreux coaching sur l'eau, son aide pour les réglages des bateaux et ses plans d'entraînements. Merci également pour sa bienveillance et ses précieux conseils qui permettent à tous de progresser et de s'améliorer.





## 3.2 Aviron «loisirs»

### Permanence du lundi matin (texte de Marie-Claire)

Cette année 2025, la Permanence du lundi de 9h à 11h, a connu une affluence croissante.

Cet horaire convient bien à beaucoup de membres:

- mères de famille
- télétravailleuses
- membres qui travaillent à 80%

Et retraité.e.es

Dès fin février jusqu'à début novembre, 18 sorties sur l'eau ont été réalisées.

En moyenne: 10 personnes par sortie. Minimum: 4 participants.

Maximum: 18 rameurs (!) début novembre.

Grâce aux inscriptions par "sondage", ça me permet de composer des bateaux équilibrés, où les rameurs.euses confirmés encadrent les «jeunes bronzés».

Je publie les bateaux sur le groupe WA, ainsi chacun sait quel équipage il composera. Pas de perte de temps pour la mise à l'eau.

Quand le lac n'est pas ramable, les entraînements de fitness-ergomètre, bien structurés, proposés par Elisabeth, ont de plus en plus de succès: 15 entraînements ( dont 4 devant le club).

Minimum 4 motivés, maximum 13 fin octobre > dans le hangar! Car fitness trop petit.

Merci beaucoup à Élisabeth Herzig, qui nous fait travailler au fil des semaines: gainage, abdos, jambes; technique d'ergomètre (décomposer les mouvements: bassin/ bras/ jambes)

Ce qui améliore ensuite la puissance de rame sur les bateaux.



*La séance de fitness fin octobre: 13 participants.tes. Avec écran et projection de vidéos du coach d'aviron William Laine*



## Permanence du mercredi matin (texte de Nathalie)

Le mercredi matin, tôt, ont lieu les «permanences du mercredi» où, comme pour toutes les autres permanences, se rencontrent les rameurs loisir de niveaux mélangés. C'est un concept sympa et important, car les «débutants» profitent ainsi de l'expérience des rameurs plus expérimentés et les rameurs plus rôdés peuvent avoir des rôles de responsabilités et donner leur savoir plus loin. Nous essayons de former les bateaux à l'avance et de faire en sorte que chacun et chacune trouve son compte. C'est entre autres la raison, pourquoi on a créé un groupe WhatsApp, où on annonce la sortie le jour avant et où les intéressé(e)s peuvent s'inscrire. En cas de mauvais météo, nous pouvons annuler la sortie le matin même, ce qui évite aux rameurs de venir en vain.



Une sortie dure entre 1h30 et 2h et nous ramons à peu près 10 km à chaque fois.

Quand la météo est moins favorable, nous profitons de notre aviron de mer, 4-Vagues, qui nous permet même de «surfer» sur les vagues, et parfois, nous nous entraînons sur nos ergomètres.

Nous avons pris l'habitude de finir la permanence avec un café, que nous buvons, soit dans le clubhouse, soit sous l'arbre, assis à notre nouvelle table en bois du 140<sup>ème</sup>.

La permanence du mercredi a lieu environ 40 fois par année. En haute saison, il y a entre 10 et 16 rameurs qui y participent; en basse saison, nous sommes parfois que deux, mais le plaisir reste toujours le même!



## Autres permanences

Outre les permanences matinales du lundi et du mercredi, qui ont eu lieu toute l'année, des permanences ont été proposées le samedi matin (toute l'année) et les soirs du lundi et du vendredi (de mars à octobre).



## Ramer en rose (texte de Elisabeth H.)

Le Ramer en rose à la SNN fêtait cet été ses 5 ans. Il est devenu une entité fixe et reconnue au club avec deux planches horaires qui nous sont attribuées.

Le mardi de 15h00 – 17h00 entre 4 et 12 rameuses en rose s'activent sur le lac, en salle, devant le clubhouse ou encore en faisant de l'Urban Training au bord du lac.

Le jeudi matin les rameuses ont une deuxième possibilité de sortir si le lac le permet.

Depuis l'automne, plusieurs dames nous ont rejoint pour apprendre à ramer et faire des sorties et entraînements adaptés à leurs conditions et capacités. Quelques anciennes rameuses en rose profitent aussi de pouvoir ramer à leur rythme et convenance.

Mais les rameuses en rose se sont aussi fait leur nom pour préparer des petit-déjeuner et apéros lors de différentes manifestations comme les journées matériel etc. et sont des bénévoles très actives au club.

Plusieurs rameuses sortantes du Rer sont devenues des rameuses actives et deux ont réussi leur brevet argent cet été. Bravo à Nicole Gerber et Gabrielle d'Aloia.

Merci à toutes les encadrantes : Marie-Claire, Jacqueline, Sonia, Elisabeth F, Massouma pour votre engagement et soutien au programme Ramer en Rose !

Bravo à toutes les rameuses en rose pour votre persévérance et votre joie de vivre!



## Découvertes (publiques, privées et entreprises) (texte de Françoise)

Nb de personnes aux découvertes 171

Chiffre qui se décompose ainsi:

Découvertes privées (à CHF 25.-) 32

Découvertes privées (à CHF 50.-) 51

Journée Découverte 52

Team Building 16

Découverte entreprise 10

**Total 171**



### Changements d'organisation des découvertes en 2025:

1) Seul des groupes d'au moins trois personnes ont pu demander un sortie découverte au prix de CHF 50.- par personne.

2) Une seule journée découverte, aussi longue que nécessaire, a été organisée.

Ces deux changements seront reproduits en 2026, car cela a bien fonctionné.





## Sorties et randonnées loisirs (texte de Bernard)

Ci-dessous un bref compte-rendu de quelques-unes des sorties «loisirs» organisée par Bernard.

### 17 janvier: Sortie raquettes à la Vue des Alpes

Participants: 25

Belle participation pour cette première sortie 2025.

Une équipe de randonneurs motivés a affronté la nuit et le froid pour une sortie sportive en raquettes. Une chance que le trajet était encore bien enneigé à part quelques petits tronçons dans la forêt.

Après une bonne fondue, la lune (presque pleine) a encore éclairé le dernier bout de trajet jusqu'à la voiture.

Moments sympatiques pour une première sortie conviviale et aussi pour garder le contact hors saison d'aviron! Que de mieux pour bien commencer l'année!



### 24-26 janvier: weekend de ski à Loèche-les-Bains (VS)

Participants : 10

La seconde sortie a eu lieu en Valais à Loèche-les-Bains.

Nous avons été gâtés par une belle neige et un beau soleil. Il avait neigé avant que l'on monte ainsi que durant la nuit de samedi à dimanche. De plus une tempête de ciel bleu pendant les 3 jours, des conditions optimums qui ont suffi à combler la joyeuse équipe. Après l'effort de la journée, les bains pour détendre les muscles et de bons petits plats, y compris les milles feuilles maison, sont venus compléter le tableau.

La joyeuse équipe a pu rentrer à la maison avec plein de beaux souvenirs en tête.





### **17 mai: Tour du lac de Brienz**

Nombre de participants: 12

Les 30 km du tour du lac ont été effectués par une magnifique journée de printemps. Nous avons 3 bateaux du Seeclub Interlaken: 4x+, 4x et 3x.

A mi-parcours, à Brienz, une pause pique-nique nous a permis de reprendre des forces avant d'entamer le retour sur l'autre rive et admirer les montagnes sous un autre angle.

Pour quelques courageux, un bain rafraichissant dans les eaux turquoises du lac fit du bien avant d'entamer l'apéro. En fin d'après-midi un repas en commun au clubhouse, sous forme de Pasta Party préparée par les participants, mettait fin à cette belle journée conviviale.



### **14 juin: Tour du lac de Bienne**

Nombre de participants : 12

Cette année, la traditionnelle sortie avec nos amis et voisins de la Société Nautique Etoile Bienne a eu lieu sous forme d'un petit tour du lac de Bienne. La randonnée autour du lac a été légèrement raccourcie pour des raisons de chaleur et la trajectoire nous a menée à couper à la hauteur de Ligerz vers la pointe de l'île Saint-Pierre pour ensuite rejoindre l'autre rive à Hagneck. Pour terminer une petite boucle sur l'Aare et la Vieille Thielle a permis de tester la dextérité des barreurs sur un petit canal bucolique.

L'occasion de se revoir ou d'apprendre à se connaître, sur le lac comme lors de la grillade qui a suivi la sortie.



### 19-23 juin: Weekend prolongé au Golfe du Morbihan

Nombre de participants: 15 (+ 1 accompagnant), 28 bateaux de différents clubs européens.

Sympathique weekend prolongé en Bretagne. La plupart des participants ont profité de faire quelques jours de vacances dans cette belle région avant ou après la randonnée. Toute l'équipe était basée à Vannes pendant ce weekend.

Deux jours ont été consacrés à l'aviron. Lors de cette randonnée à la rame nous avons pu faire un parcours d'environ 60 kilomètres au cœur du Golfe du Morbihan, mer aux 42 îles ! Toutes différentes, ces îles nous ont permis de pratiquer l'aviron dans un décor unique mêlant terre et mer et d'admirer un patrimoine particulièrement riche.

Le premier jour nous avons fait le tour de l'île aux Moines (35km) et le deuxième jour le tour de l'Île d'Arz (21km).

Les spécialités culinaires n'ont pas été oubliées et la mer, la marée et les courants n'ont plus de secrets pour les matelots de la SNN.

Que du bonheur!





### 11 juillet: Sortie clair de lune

Nombre de participants : 19

Sympathique moment passé autour d'une grillade et de bons petits plats confectionnés maison.

Après le dessert, 4 bateaux ont été préparés et équipés avec l'éclairage réglementaire. Les 19 rameurs sont allés direction le Vully à la rencontre de la lune qui a pointé son nez vers 22h50. Le retour s'est fait dans le sillage de la lune sur un lac parfaitement plat.



### 19 juillet: Sortie lever du jour

Nombre de participants: 30

Un record de participation avec 6 bateaux (4x+, 4+ et 5x) pour un départ sur l'eau à 05h30.

Jolie balade direction Auvernier avec un magnifique lever de soleil et une météo idéale.

La sortie s'est terminée dans la bonne humeur par un copieux petit déjeuner au bord de l'eau.





### **16 août: Journée découverte loisirs ARA à Neuchâtel**

Nombre de participants ARA + SNN: 30 rameurs

Chouette sortie ARA sur l'eau, dans l'eau et autour d'un verre par une météo estivale.

7 bateaux et 7 clubs réunis dans une sympathique ambiance : Vallée de Joux, Estavayer, Morges, Lausanne, Le Bouveret, Morat et la SNN.

Le traditionnel apéro sur l'eau a comblé de bonheur nos hôtes du jour. La plupart des participants ont encore fait honneur à notre nouvelle table en bois du 140<sup>ème</sup> pour un repas convivial avec grillade.



### **28 septembre: Accueil du club de Montreux**

Une petite délégation du Club Nautique de Montreux (CNM) nous a rendu visite lors de ce weekend de fête des Vendanges.

La météo automnale le matin, puis ensoleillée l'après-midi, leur a permis de découvrir notre région parée de ses plus beaux atours. La matinée était consacrée à la rame avec une sortie direction Cudrefin, puis une partie de l'équipe s'est rendue à la Fête des Vendanges pour assister au Grand Corso Fleuri.

Tous les ingrédients y étaient pour leur laisser de beaux souvenirs de leur passage dans notre région.

A charge de revanche, rendez-vous est déjà pris pour l'année prochaine à Montreux.





## 17-19 octobre: Weekend prolongé à Nice

Nombre de participants:

11 (9 rameurs et 2 accompagnants)

Dernière activité de la saison et de l'année.

Ce weekend prolongé nous a permis de découvrir la ville de Nice sous son plus bel angle, la mer, tout en s'émerveillant des conditions atmosphériques dont jouit la Côte d'Azur à cette époque de l'année. Plusieurs d'entre nous ont profité de prolonger le séjour pour faire des vacances. Le programme officiel était réparti entre vendredi et dimanche.



Vendredi fut consacré à une petite marche avec grand dénivelé de Eze bord de mer à Eze village et retour (1200m de dénivelé positif et négatif !). A chaque contour du sentier, nous avons été gratifiés d'une vue époustouflante sur notre terrain de jeux du lendemain, le Cap Ferrat et ses baies.

La journée de samedi a été consacrée à l'aviron avec une sortie direction Monaco jusqu'à Saint-Jean Cap Ferrat. Sortie en mer d'une vingtaine de kms et l'occasion de tester Lourd'eau dans son milieu de prédilection ! Le dimanche, le classique des lieux nous attendait: ramer dans la Baie des Anges. De retour au ponton, Lourd'eau était à l'honneur avec son baptême qui marqua son adoption officielle. Il a gardé son nom, mais avec un petit clin d'œil à ses origines...

Après la marche et les différentes sorties en mer, chacun a pu goûter à la variété de la cuisine Niçoise lors des repas servis au restaurant du clubhouse ou le soir dans un restaurant de la vieille ville, ...sans oublier les bains en mer.

La joyeuse équipe a vécu une belle expérience et est revenue avec les yeux pleins d'étoiles.

Nous nous réjouissons déjà de nos prochains échanges avec nos amis niçois!



## Autres régates populaires

### Roesticup sur le lac de Schiffenen



### Régate interuniversitaire à Lausanne





## [Bilac 2025: Neuchâtel – Bienne, 29 km à la rame](#) (texte de Hans Peter)

### Records et conditions de rêve pour une Bilac 2025 devenue internationale

Le 20 septembre 2025 s'est tenue la 24<sup>e</sup> édition de la BILAC, plus grande rencontre populaire d'aviron de Suisse. Dans des conditions idéales, 112 embarcations et 517 participantes et participants ont parcouru les 29 km entre Neuchâtel et Bienne. Pour la première fois, une importante délégation internationale – Angleterre, Hollande, Allemagne, France et Italie – a rejoint les rameuses et rameurs suisses.



Le bateau le plus rapide a bouclé le trajet en 1h47. Les deux premières places sont revenues à des équipages du Seeclub Biel, devant un huit du Ruderclub Cham.

Née lors de l'Expo.02, la BILAC réunit désormais plus de quarante clubs et donne rendez-vous pour sa 25<sup>e</sup> édition le 19 septembre 2026. Son origine remonte à l'Expo.02, lorsque les quatre clubs d'aviron de Neuchâtel, Bienne et Soleure (SNN, SNEB, SCB, SRC), réunis dans le comité d'organisation actuel, avaient été invités à créer un événement reliant les Arteplages de l'exposition nationale. Les Arteplages ont disparu, mais la Bilac est restée — et donne déjà rendez-vous pour sa 25<sup>e</sup> édition, prévue le 19 septembre 2026.



## Résultats des rameurs/rameuses et bateaux de la SNN:

11 <sup>ème</sup>	Portmann T., Schanz M., Hasskarl J., Thees F., Schwab A., Nardin S., Spina A., Schärer L., KLayer E.	2:06:43.85
30 <sup>ème</sup>	Burgos S., Burgos N.	2:19:42.62
33 <sup>ème</sup>	Haag C., Engelberts D., Blandenier E., Klayer D., Flammer E., d'Aloia G., Charmet J., Schucany P., Bariffi J.	2:21:49.51
35 <sup>ème</sup>	Aebi A., Reffay-Heintzmann D.	2:22:49.93
38 <sup>ème</sup>	Blank P., Tollardo N., Schroer S., Fleischmann M., Trachsel C.	2:23:32.43
44 <sup>ème</sup>	Jenzer B., Poglià Mileti F., Ducry D., Morel R., Bischof S.	2:26:30.57
54 <sup>ème</sup>	Léchet G.	2:31:51.13
72 <sup>ème</sup>	Zimmermann S., Reutemann B., Hintze S., Armendy F., Clerc F.	2:44:44.46
105 <sup>ème</sup>	Gerber N., Brustolin N., De Reynier M., Milani S., Boy Lefèvre M. L.	3:09:18.87





## Rowing The World Japan Tour 2025: Une odysée sportive et Culturelle

(texte de Flavie, Kathy et Sally)

Du 23 mars au 1<sup>er</sup> avril 2025, trois membres de la SNN se sont jointes à une communauté de passionné(e)s d'aviron à embarquer pour une aventure exceptionnelle au coeur du Japon, mêlant sport, patrimoine et rencontres humaines.

Le « Rowing The World Japan Tour 2025 » a offert à ses participants une immersion unique dans la culture japonaise, ponctuée de sessions d'aviron inoubliables sur des plans d'eau emblématiques.



### **Un itinéraire riche en découvertes**

Le voyage a débuté à Tokyo, avant de rejoindre Suwa pour une première rencontre avec le Suwa Rowing Club sur les eaux paisibles du lac Suwa pour une belle sortie en pointe malgré des températures frôlant les 5°C.

La suite du périple nous a conduits à Matsumoto, où le majestueux château féodal a offert une plongée dans l'histoire Japonaise.

A Otsu, l'atmosphère se réchauffe et les rameurs ont eu le privilège de naviguer sur le lac Biwa, le plus grand du Japon, en compagnie du chaleureux Otsu Rowing Club

Kyoto, ancienne capitale impériale, a marqué une pause culturelle avec une visite guidée à pied dans le quartier de Gion, et explorer temples et ruelles traditionnelles. Puis direction Imabari, où le groupe a eu l'opportunité de ramer sur la mer intérieure de Seto avec le Imabari Rowing Club.



### **Des rencontres sportives et humaines**

Chaque étape a été l'occasion de partager des moments forts avec les clubs locaux, renforçant les liens entre passionnés d'aviron à travers les cultures. D'Imabari à Onomichi, le groupe a fait l'incroyable expérience de ramer d'île en île pendant cinq jours. La mer de Seto contient plus de 3000 îles et est l'un des trésors de l'ouest du Japon, célèbre notamment pour les « pirates » Murakami, une force navale du Japon médiéval, qui a tiré parti de sa maîtrise des courants de marée traitres pour dominer les routes maritimes de la région.

### **Un bilan enthousiasmant**

Ce voyage a permis à nos membres de vivre une expérience sportive hors du commun, tout en découvrant les richesses culturelles et la gastronomie japonaise. L'accueil chaleureux des clubs locaux, la beauté des paysages avec ces cerisiers en fleurs et la qualité de l'organisation ont fait de ce tour un moment fort de notre année.

Nous remercions les participants, les clubs partenaires et les organisateurs pour leur engagement et leur enthousiasme. Ce type de projet incarne parfaitement notre mission: allier passion de l'aviron, ouverture au monde et convivialité.



Rameuses et rameurs de l'aube





### 3.3 Juniors (texte de Delphine R. S. et Thees)

2025 a été une année forte en émotions pour les activités Juniors et la Commission Juniors. Comme 2024, elle a été marquée par un grand engagement dans les activités de régates, avec beaucoup de premières et de nombreux succès. Presque toutes et tous les Juniors ont participé à moins une régata au cours de l'année. Grâce à la collaboration mise en place au niveau des entraîneurs Juniors de la SNN (Thees) et du Ruderclub Wohlensee RCW (Antonietta) lors des années précédentes, trois Juniors du RCW ont choisi la double adhésion à la SNN, ce qui a permis de monter des équipes de double pérennes (doubles U17 et U15). Sur l'initiative de l'entraîneur Juniors de la SNN (Thees), un projet « huit Juniors féminin » a été lancé en janvier. Il s'agissait du premier « huit féminin » sous les couleurs de la SNN lors de régates. L'équipe a réuni des Juniors de la SNN, du Ruderclub Wohlensee (RCW) et du Seeclub Thun (SCT). Elle a participé à plusieurs régates au cours de l'année (Lac noir (SNN, RCW, SCT), BILAC (SNN, RCW) et GP Sempach (SNN, RCW)).

Ce grand investissement dans les activités de régates a généré une dynamique très active et motivante. Elle a aussi eu comme corolaire de mettre en évidence la nécessité de développer des activités loisirs pour les Juniors ne souhaitant pas s'engager dans la compétition, et de les gérer de manière séparée.

#### Composition et organisation de la Commission Juniors

En 2025, la Commission Juniors était composée de six membres : Thees Frank (entraîneur Juniors et membre de la SNN), Francesca Poglià Mileti (monitrice Juniors, membre de la SNN), Sonia (monitrice Juniors, membre de la SNN), Daniela Haag (maman de Junior, non membre de la SNN), jusqu'en mars Gaetano Mileti (moniteur Juniors, Président, membre de la SNN) et, dès mai, Delphine Roulet Schwab (membre de la SNN). Entre janvier et août, la responsabilité de la Commission a été assumée par Thees Frank, puis par Delphine dès septembre. Il a également été décidé que les activités loisirs (entraînements/sorties loisirs, randonnées, camps loisirs) seraient gérées de manière distincte par les monitrices responsables (Francesca et Sonia) et une maman de Junior, membre de la commission (Daniela). Ce nouveau fonctionnement continuera d'être testé en 2026 et sera adapté si besoin. La Commission Juniors s'est réunie à une dizaine de reprises durant l'année, au club ou par visioconférence. Lors de sa séance de décembre, il a été décidé de confier à Delphine la représentation au Comité de la Commission Juniors.

#### Composition du groupe Juniors et activités loisirs

En 2025, le groupe Juniors était composé de 14 jeunes (par ordre alphabétique) : Anaïs (U17), Antoni (U13), Cécile (U17), Elliott (U15), Leandro (U15, dès été), Louis (U19), Marlene (U17, dès mars), Mathilda (U19), Olivia (U17, dès décembre), Roko (U19), Roxann (U15), Sophie (U19), Tonia (U15, dès mars) et Zachary (U19). Deux jeunes (Yasmine et Clive) ont participé aux activités une partie de l'année, car ils étaient en séjour linguistique/formation à Neuchâtel.

Au cours de l'année, un encadrement particulier pour les Juniors ne souhaitant pas suivre le programme d'entraînement pour les régates a été mis en place. Ainsi, une monitrice loisirs (Sonia ou Francesca) était présente aux entraînements (lundi soir, mercredi après-midi et samedi matin) pour accompagner les Juniors concerné.es avec un programme adapté. Thees a assumé la responsabilité de l'entraînement pour les Juniors se préparant aux régates (lundi soir, mercredi après-midi, samedi matin et dimanche). Certain.es Juniors ont participé à un programme ou l'autre en fonction de leur



envie, de leur forme ou du projet du moment. En raison des horaires d'école de deux Juniors (Cécile et Zachary), un entraînement/sortie additionnel le jeudi après-midi a été mis en place dès la rentrée scolaire pour leur permettre de continuer à ramer régulièrement. Il a été pris en charge par Gaetano (moniteur).

Au premier semestre 2025, outre des découvertes individuelles, une semaine de découvertes Juniors publiques a été organisée durant les vacances de Paques par Francesca (monitrice), avec la contribution de Gaetano (moniteur) et Cécile (Junior). Une quinzaine de jeunes ont également participé en juillet au Passeport vacances organisé par Daniela et Francesca, avec la participation active de Cécile, Zachary et Sophie (Juniors). Ces activités ont donné lieu à une adhésion (Leandro). En 2025, Yasmine a obtenu son brevet bronze. Un jeune (Mohamed) est en cours de formation. Mi-décembre, une fête de fin d'année a été organisée pour les Juniors. Au programme comme d'habitude : cervelas grillés, pains trappeurs, bananes sur la braise et marshmallows.

## Activités régates

Sur les dix athlètes qui ont participé à une compétition (interne ou externe) en 2025, toutes et tous (!) ont décroché une place sur le podium. Les dix glorieux.euses sont (par ordre alphabétique) : Anais, Antoni, Cécile, Elliott, Leandro, Marlene, Roxann, Sophie, Tonia et Zachary.

Au total, les Juniors ont participé à douze compétitions ou régates :

- 11 janvier, deuxième Team challenge de la SNN, avec la participation du RC Wohlensee
- 18 janvier, Championnats romands – Swiss Riviera Indoor Rowing Championships
- 1er mars, Swiss Rowing Indoors à Zoug – Championnats suisses
- 11 et 12 avril, régata «Lake Lugano Rowing» à Melano, suivie d'un camp d'entraînement à Gavirate
- 10 et 11 mai, régata de Schmerikon
- 15 juin, régata de Schifflenen
- 21 et 22 juin, régata de Greifensee
- 4 au 6 juillet, Championnats suisses sur le Rotsee
- 13 et 14 septembre, régata du Lac Noir
- 20 septembre, BILAC
- 27 septembre, Grand Prix de Sempachersee
- 28 septembre, régata « Kurzstrecke Sursee »

Elles et ils ont remporté un total de 11 médailles/trophées. Il s'agit du meilleur résultat historique des Juniors de la SNN. 2025 est ainsi de loin l'année la plus fructueuse, en termes de nombre de médailles, pour les Juniors dans l'histoire de 140 ans de la SNN. Ces succès ne concernent pas seulement les doubles U17 (Anais et Marlene) et U15 (Roxann et Tonia), puisqu'une équipe de Juniors « loisirs » (Elliott (coxswain), Zachary, Leandro, Antoni, Sophie) a également remporté une médaille d'or lors de la course de yolettes au Lac Noir et qu'une Junior (Marlene) y a aussi remporté une médaille d'or en skiff, ce qui constituait une première lors d'une régata nationale.

2025 a également marqué la première participation de la SNN au programme « PISTE » de Swiss Olympic, organisé par Swiss Rowing. Cinq athlètes du club ont été invitées (par ordre alphabétique) : Anais, Marlene, Roxann, Sophie, et Tonia. Sur un total de 143 juniors féminines dans les catégories M15, M17 et M19, deux juniors de la SNN sont les meilleures au niveau de test « Peak Power » sur l'ergo : Anais est la meilleure M17 (518W) et Roxann est la meilleure M15 (418W). Les trois autres ont brillé lors du deuxième test physique, la course à pied de 3000 mètres.



La participation de nos Juniors au „Swiss Rowing Langstreckentest“ à Mulhouse le 23 novembre a couronné cette longue série de succès et de premières historiques. Cet événement est d'ailleurs tellement exceptionnel qu'András Gurovits, président de notre Fédération, l'a souligné dans son discours d'ouverture de l'assemblée des délégués le 6 décembre à Neuchâtel. Il est également à noter que Roxann est la première rameuse de l'histoire du canton de Neuchâtel à participer au programme « Sport – Arts Étude » (SAE).

Pour en savoir plus sur les activités Juniors 2025 et les succès remportés, voir la version longue du rapport d'activité et les vidéos : <https://www.aviron.ch/juniors/interne/UmJo486AxLTE/>.

**Retour en images sur quelques moments marquants de 2025** (Photos : Thees, Sonia et Roxann)



*De gauche à droite et de haut en bas:* Championnats suisses Indoors à Zoug (1<sup>er</sup> mars); les régatières et leurs médailles 2025; une belle équipe; l'équipe de yolette «loisirs» au Lac Noir et sa



médaille d'or (13-14 septembre); une équipe de 8 Juniors impressionnante ! (13-14 septembre au Lac Noir).



*De gauche à droite et de haut en bas : les doubles U17 et U15 ; le 8 lors de la BILAC (20 septembre) ; entraînement avec le système Albano lors du camp de Pâques à Gavirate (IT) ; un bel esprit d'équipe ; entraînement avec Philip Wilson, champion olympique néo-zélandais, médaille d'or en 8 en 2020 (mai).*



## 3.4 Activités de formation pour adultes

### Cours d'initiation et brevet bronze (texte de Sylvie B.)

J'ai repris cette année l'organisation des cours d'initiation, jusque-là menée par Arielle. La saison 2025 a été marquée par l'introduction de nouvelles formules pour les cours d'initiation. En effet, en plus de la formule habituelle appelée « formule A » (6 leçons proposées sur une période d'environ 10 jours par un moniteur), 2 formules ont été proposées : une formule intensive sur un week-end (formule B), et une formule plus « à la carte » avec des cours ayant lieu tous les mercredis soir et samedis matin auxquels les participants pouvaient annoncer leur participation via un groupe WhatsApp jusqu'au moment de passer leur brevet bronze (formule C). Toutes les formules permettent d'acquérir les bases de la pratique de l'aviron et se soldent par le brevet de bronze lorsque les bases techniques et de sécurité sont acquises.

Au total, 41 participant·es ont bénéficié de l'encadrement des moniteurs dans les différentes formules (20 dans la formule A, 4 dans la formule B, 17 dans la formule C), et 38 ont obtenu leur brevet (3 participant·es ayant rejoint la formule C tardivement poursuivront l'année prochaine), ce qui représente une augmentation d'une dizaine de participants comparativement à l'année 2024. 28 ont ensuite adhéré au club (17 en 2024).

Toute la Commission Formation a le plaisir de constater que cette année encore, les cours d'initiations sont un succès, tant par les chiffres décrits ci-dessus que par la satisfaction exprimée par les participant·es, qui soulignent par ailleurs leur plaisir lors du cours et leur reconnaissance envers les moniteurs.

Ce rapport annuel est l'occasion de remercier sincèrement la quinzaine de moniteurs impliqués dans les différentes formules des cours d'initiation ; leur investissement passionné et bienveillant permet le maintien de cette activité. Je tiens à rendre visible leur engagement en les nommant personnellement ici : pour la formule A, Gaetano M., Dominique Du., Elisabeth H., Nathalie T., Barbara R. ; pour la formule B, Philippe S. et Elisabeth H. ; pour la formule C, Françoise B.B et Gaetano M., épaulés par Francesca P., Patrick B., Dominique W. et Nathalie T. MERCI à vous!



### Perfectionnement bronze (texte de Elisabeth H.)

Tous les vendredis soir en saison d'aviron, les cours de perfectionnement bronze ont lieu en même temps que la permanence du vendredi.

Ce perfectionnement s'adresse aux personnes qui ont réussi leur brevet bronze durant la saison (et parfois encore à des apprenant·es de l'année d'avant). Il permet de travailler la technique d'aviron ainsi que de prendre confiance pour intégrer en même temps ou par la suite les permanences et d'autres sorties du club.

Merci beaucoup à l'équipe des encadrant·es pour ces cours très importants avec autant de nouvelles personnes qui apprennent à ramer dans les cours d'initiation de la SNN: Philippe, Sylvie, Gaetano, Nico, Elisabeth H.

### Aquafitness et natation (texte de Elisabeth H.)

Durant 6 mardis soir, les spécialistes d'activités aquatiques, Elisabeth et Hans Peter Herzig ont organisé des entraînements efficaces et ludiques à la piscine du Mail.

22 personnes ont fait un entraînement cardio-vasculaire, de renforcement et de coordination pendant 25 minutes en aquafitness, et 16 ont pu perfectionner leurs compétences en natation (apprentissage ou perfectionnement de crawl) par la suite.



## Cours SUN (Sports Universitaires)

Outre les cours du Lundi et du Jeudi, un troisième cours hebdomadaire a été ajouté le mercredi à midi. Au total, environ 25 étudiant.e.s. ont bénéficié de cette formation à chacun des deux semestres. En fin de saison, deux équipages ont même participé à la «régate interuniversitaire» à Lausanne.



## [Perfectionnement en double fin](#)

Suite au succès rencontré en 2024, les sorties de perfectionnement en double fin ont aussi été proposées cette année, le jeudi soir de mars à octobre et le dimanche en hiver. A la demande de la Commission Formation, ces sorties ont été ouvertes aussi aux membres souhaitant améliorer leur



technique en bateau large (skiff ou double). L'objectif principal de cette formation reste la préparation des membres ayant suivi le perfectionnement bronze à se préparer au cours skiff (voir concept de formation dans la section 1.5 du rapport). Une bonne trentaine de membres ont participé à ces sorties.

## Cours Skiff et brevet argent (texte et photos de Sonia et Frédérique)

Cette année, nous étions trois monitrices à proposer des cours en skiff pour s'adapter au mieux aux candidats.es pour le brevet argent. Cette flexibilité a permis à 5 membres de valider leur brevet argent en 2025.

Nous avons mis en place une nouvelle formule reposant sur deux prérequis essentiels:

1. Le perfectionnement en bateau fin: travailler l'équilibre et la technique en double, mais aussi la mise à l'eau et l'appontage constitue la base indispensable avant l'apprentissage du skiff.
2. Le cours de chavirage (1<sup>er</sup> cours obligatoire avant la suite du programme): une fois que l'on maîtrise le chavirage et la remontée dans son skiff, les candidats.e.s sont beaucoup plus détendus.es et peuvent alors se concentrer sur leur technique et l'apprentissage en skiff.

Bien sûr le Brevet d'argent est une étape dans l'apprentissage du skiff . Tous les candidats.es ont bien conscience qu'il faut désormais pratiquer. Les perfectionnements « Sortie Confiance en Skiff » et « Bateaux-Fins » proposent des sorties accompagnées et coaching technique ; nos 5 candidats sont déjà inscrits dans ces groupes. Et finalement l'équilibre et la technique se travaillent sur tout type de bateaux, donc toute sortie est bénéfique.

Enfin, le brevet argent ne se limite pas à la maîtrise du skiff ou des bateaux fins. Il implique également une compréhension de ses responsabilités sur l'eau et à terre : connaître les règles de sécurité, évaluer la météo, gérer les manipulations et réglages, choisir un bateau adapté dans la flotte du club. Contribuer à l'encadrement des débutants, tenir des permanences ou perfectionnements, et s'investir dans la vie du club, fait pleinement partie de cet engagement.

**Félicitations à Piotr, Morgane, Nicole, Nadia et Gabrielle pour l'obtention de votre brevet argent.**





## Sorties confiances en Skiff (texte et photo de Sonia)

Cette année, nous avons proposé le cours « Perfectionnement – Confiance en skiff » pour les membres brevet argent. Quinze rameuses et rameurs se sont inscrits, avec pour objectifs: retrouver de l'assurance en skiff, améliorer sa technique et/ou profiter de sorties encadrées en groupe.

Ce coaching est proposé de mai à octobre, mais cette année, la météo, nous a obligé à ranger les skiffs plus vite que prévu. Néanmoins nous avons organisé une dizaine de sorties Confiance, dans une ambiance bienveillante, qui a permis à chacun de se détendre, trouver ou reprendre confiance, améliorer sa technique et surtout prendre plaisir en skiff.

Certains.es ne souhaitaient pas de coaching technique, mais se sont sentis rassuré.es par les sorties en groupes et avoir de l'aide pour les manipulations à terre.

En fin de saison, les retours ont été très positifs. Les objectifs fixés au début du programme ont été atteints et plusieurs membres souhaitent que le cours soit reconduit pour 2026, ce qui confirme que ce programme répond à un réel besoin. La commission Formation fera son possible pour proposer ces sorties Confiance en skiff pour 2026.





## Cours ARA (texte de Stéphane)

Stéphane Burgos a suivi le cours ARA les 8 et 9 mars 2025. Le cours portait sur les bases à avoir pour coacher des rameurs loisir. Hormis les aspects techniques, une grande partie du cours portait sur la manière de faire les retours aux apprenants de manière positive, constructive et motivante. Les 2 encadrants Frédérique et Ben sont top. Les échanges avec les autres membres de clubs sont toujours sympatiques. À conseiller à tous les encadrants.

## Perfectionnement argent+ avec Andrew (texte de Sonia en Andrew)

En 2025, Andrew et Sonia ont proposé quatre séances de coaching thématiques destinées aux membres brevet argent autonomes en skiff. Ce perfectionnement a remporté un franc succès avec une dizaine d'inscriptions à chaque cours.

Les thèmes abordés portaient sur la décomposition du mouvement de rame: le dégagé et la bonne tenue des rames, la bascule du corps, le remplacement et le contrôle, ainsi que la prise d'eau et la connexion à l'eau.

La météo n'a pas été toujours favorable à la pratique du skiff, mais nous avons su adapter les équipages (en double ou yolette) ou bien travailler à terre, pour profiter des bons conseils de Andrew.

Chaque participant pouvait préparer le thème, grâce au contenu théorique et aux vidéos techniques partagés avec le groupe à l'avance.

La pratique se déroulait dans une ambiance agréable et bienveillante.

Après un briefing et quelques rappels théoriques, nous passions à la mise en pratique sur l'eau, accompagnée des conseils d'Andrew et de prises de vue vidéo. En fin de séance, le débriefing à terre permettait à chacun·e de bénéficier d'un retour clair et constructif, basé sur ses observations et l'analyse des vidéos.

Les participant·es ont souligné son professionnalisme et son véritable «œil de lynx», attentif aux moindres détails techniques. Bienveillant, il sait valoriser et féliciter les progrès, tout en repérant chaque erreur et propose l'exercice précis qui permet de progresser efficacement. Ces cours de perfectionnement ont été très appréciés et sont déjà redemandés pour la prochaine saison.

## Perfectionnement hivernal pour brevet argent et encadrant

De janvier à mars, la commission formation a proposé différents cours théoriques et pratiques (sur ergo) pour les brevets argent et les encadrants de la SNN. Un programme diversifié a permis aux participant·es de réfléchir et d'échanger avec les autres et parfaire leurs connaissances sur ces différents thèmes.

Merci beaucoup aux spécialistes pour votre engagement et professionnalisme.



## SNN – hiver 2025

Formation interne pour moniteurs et monitrices, encadrant·es, responsables de permanences, brevetés argentés :

*échanges – discussions – apport de spécialiste – conclusion – adaptations de mon enseignement*

		Encadrant·es	Date et horaire
01	<b>Technique et méthodologie</b> : Réglage correct du cale-pied. Enseigner et corriger le mouvements des mains et doigts pour tourner les pelles au carré et à plat	Andrew (Org Sonia)	Lundi 20.1 20h00-21h30
02	<b>Matériel et technique</b> : Mise à l'eau des bateaux (portage) et utilisation des chariots ainsi que les soins de tous les jours des bateaux	Barbara & Denis	Jeudi 23.1 19h00-20h30
03	<b>Technique et méthodologie</b> : Enseigner et corriger l'enchaînement des mouvements : jambes – hanches – bras / bras – hanches – jambes	Sonia	Lundi 27.1 20h00-21h30
04	<b>Méthodologie</b> : Enseigner la technique sur ergo pour débutant·es et planifier et enseigner un entrainement structuré sur ergo	Elisabeth H & Philippe	Lundi 3.2 20h00-21h30
05	<b>Technique et méthodologie</b> : Enseigner et corriger la bonne position des mains et des bras sans qu'ils plient trop tôt	Francis (Org Sonia)	Jeudi 6.2 19h00-20h30
06	<b>Technique et méthodologie</b> : La terminologie qui influence l'enseignement et la technique de l'aviron	Thees (Org he)	Jeudi 13.2 19h00-20h30
07	<b>Méthodologie</b> : Structure d'une leçon d'aviron	Elisabeth H	Jeudi 20.2 19h00-20h30
08	<b>Méthodologie et andragogie</b> : Différents types d'apprenant·es – différentes méthodes d'enseignement	Elisabeth H	Jeudi 27.2 19h00-20h30
09	<b>Sécurité</b> : Comment prévenir des blessures et surcharges des rameurs et rameuses (échauffement, étirements, portages, etc.)	Elisabeth H	Lundi 3.3 20h00-21h30
10	<b>Technique et méthodologie</b> : Enseigner et corriger le bon timing à l'attaque et la synchronisation des 4 rameurs·euses	Philippe (Org he)	Mardi 4.3 18h30-20h00
11	<b>Technique et méthodologie</b> : L'aviron en pointe et comment l'enseigner	Derck (Org he)	Jeudi 6.3 19h00-20h30
12	<b>Technique et méthodologie</b> : Enseigner et corriger le bon moment pour la préparation des rames avant l'attaque, la dynamique du coup de rame et la fin du coup de rame	Andrew (Org he)	Lundi 10.3 20h00-21h30
13	<b>Anatomie et physiologie</b> du rameur / de la rameuse (pex quels muscles sont sollicités)	Elisabeth H & Anne-Line	Jeudi 13.3 19h00-20h30
14	<b>Sécurité</b> : Utilisation du bateau à moteur (cours planifié après le début de saison)	Philippe (Org Philippe)	Printemps

### Camp de perfectionnement avec row&row (texte de Elisabeth H.)

Le camp de perfectionnement de Schiffenen a eu lieu du vendredi au dimanche 8 au 10 août sur 4 demi-journées.

25 personnes ont participé et profité.

Chaque personne a pu ramer lors d'une demi-journée avec une première sortie - une analyse vidéo - puis une deuxième sortie.

Toutes les personnes participantes ont été ravies et disent toutes, qu'elles ont énormément profité.

#### *Témoignage de deux participants, Frédérique et Philippe*

Suspendu à notre bateau, le laissant glisser en équilibre, augmenter gentiment sa vitesse, s'adapter à lui tout en maîtrisant nos mouvements... c'est dans une concentration extrême que nous avons suivi très attentivement les excellents conseils de Sarah.



C'est en toute simplicité mais avec une bienveillance adaptée à chacun que nos deux coachs du week-end nous ont permis de progresser.

Un seul mot: GÉNIAL.

Et oui merci la SNN d'avoir financé en très grande partie ce coaching pour nous autres rameurs et rameuses désireux de s'améliorer!



### Cours de moniteurs J+S (texte de Elisabeth H.)

Fin août, Francesca Poglià Miletì a suivi le cours de formation J+S à Morges sur 2 x 3 jours. Elle a obtenu sa reconnaissance de monitrice J+S aviron jeunes.

Nous sommes très contents et heureux de pouvoir compter sur ces compétences théoriques, pratiques et méthodologiques.





## ANNEXE: statistiques sur les sorties (bateaux et membres)

### Statistiques sur les bateaux

Pos.	Nom	Km	Sorties				
1.	Coqueliqu'eau (PRIVE)	2316	206	42.	Cristal	207	17
2.	L'Ours (PRIVE)	2183	146	43.	Golden Eight	197	15
3.	Double-Croche	2133	201	44.	CIAO (PRIVE)	197	18
4.	Expo.02	2088	179	45.	Scolopendre	162	12
5.	Rapid'eau	1590	193	46.	Quatr'In	137	9
6.	Goéland	1491	104	47.	DOPAMINE	132	22
7.	Agent double	1358	131	48.	Japon	125	1
8.	SOL'EAU	1204	119	49.	Orangerie	123	6
9.	JASMINE	1068	110	50.	Ondine	117	12
10.	Carré d'As	812	59	51.	Gemini	109	9
11.	Octorame	780	101	52.	Le Taignon (PRIVE)	107	9
12.	Fée Verte	716	66	53.	SM Claro	100	8
13.	H2'EAU	623	80	54.	LiteBoat	100	1
14.	Waterküken (PRIVE)	593	60	55.	Ramseul	99	17
15.	Quatuor	591	78	56.	Skully	94	20
16.	Car'Eau	564	43	57.	chipiron	92	7
17.	Enjoy (PRIVE)	562	56	58.	Mistral	89	5
18.	Blue Boat	533	56	58.	Vannes	89	2
19.	Ergo	533	72	60.	Du'eau	83	8
20.	Seventies	512	52	61.	Varese	80	4
21.	TANG'EAU	476	45	62.	Bailleron II	57	2
22.	Rigol'eau	469	66	62.	Diplos (PRIVE)	57	7
23.	4 VAGUES	463	39	64.	Bienne	55	2
24.	Präegel (bois)	437	31	65.	Chipiron	49	3
25.	Skiffile	433	52	66.	Cannelle (bois)	45	5
26.	Eighties	421	37	67.	Aare Guru	43	3
27.	Cad'O	416	40	67.	Maryole	43	8
28.	EAU'MEGA	413	36	67.	RHODE'SEE	43	4
29.	Kohinoor (PRIVE)	413	30	70.	Frytig	42	2
30.	Twingo	376	40	71.	Filippi F70	36	2
31.	O'Douce	367	40	72.	Filippi Bled	33	6
32.	Adrenaline	330	34	73.	Doppio Filippi	33	3
33.	Marcel (PRIVE)	319	23	74.	Vogalonga	32	1
34.	Rafale	298	28	75.	Brienz	30	1
35.	Pointe-a-Pitre	258	30	75.	J'en sais rien	30	2
36.	Passe-Vite	258	16	75.	NICE	30	1
37.	Le Héron (PRIVE)	250	29	75.	Nice	30	1
38.	Idéfix (Canoe moteur)	247	34	75.	SNEB	30	1
39.	Golomyanka (PRIVE)	240	24	75.	Schifferin	30	1
40.	Sixties	234	35	81.	RCW	29	2
41.	Merl'eau	221	34	82.	Avanti	25	2
				82.	Bateau SNEB	25	1



82. Merlin	25	1	Doppio Cannottieri		
85. Colibri	22	5	103. Palermo	12	1
85. Ile Stibiden	22	1	104. ergo	10	1
87. Alice	18	1	105. Matmaker	10	1
87. Empacher test	18	1	108. Salani	9	1
87. Pop Pop (PRIVE)	18	3	109. Argema	9	1
87. privé	18	1	Doppio Coastal		
87. rouge	18	1	109. Palermo	9	1
92. damassine	17	1	109. Gambo	9	2
93. Nemo (RCW)	16	1	110. Bateau compétition	8	1
93. Ruscher (RCW)	16	1	Filippi Casale		
95. ara	15	1	110. Monferrato	8	1
95. fribourg	15	1	111. Coastal Rowing Skiff	7	1
95. location	15	1	112. New skiff	6	1
95. sortie ARA Estavayer	15	1	113. xsurfskiff	4	1
99. Alouette	14	1	114. Ponton	2	1
99. Frédéric	14	1	114. surfskif	2	1
99. Sortie Montreux	14	1	<b>total (119)</b>	<b>33301</b>	<b>3154</b>
99. cronos	14	1			

#### Récapitulatif des sorties 2025 tiré de la "liste des sorties" du livre de bord

	Kilomètre	Sorties	Km/sortie
Km - Sorties bateaux "Skiff" (SNN + PRIVE)	13530	1332	10,2
Km - Sorties bateaux "Double" (SNN + PRIVE)	9912	1013	9,8
Km - Sorties bateaux "Quatre" (SNN)	4461	424	10,5
Km - Sorties bateaux "Cinq" (SNN)	2560	211	12,1
Km - Sorties bateaux "Huit" (SNN)	198	15	13,2
Km - Sorties bateaux bateaux (PRIVE)	7257	611	11,9
Km - Sorties bateaux "canoe moteur"	247	34	7,3
Km - Sorties Ergomètres	646	83	7,8

La page suivante fournit la liste des kilomètres parcourus par tous les membres de la SNN (et les non-membres ayant ramé à la SNN). On remarquera que 20 membres ont parcouru plus de 1000 km en 2025, alors qu'en 2024 il y en avait 14.



## Statistiques sur les rameuses / rameurs

	Km	Sorties	44.	555	49	88.	190	21	132.	34	4
1.	4030	370	45.	514	42	89.	186	24	133.	34	4
2.	2759	207	46.	507	48	90.	169	20	134.	32	4
3.	2452	166	47.	503	54	91.	158	18	135.	30	3
4.	2005	148	48.	492	37	92.	147	19	136.	29	4
5.	1949	132	49.	483	38	93.	145	19	136.	29	3
6.	1878	164	50.	482	52	94.	141	22	138.	28	6
7.	1378	132	51.	482	46	95.	137	13	139.	27	2
8.	1354	125	52.	437	41	96.	136	10	140.	26	4
9.	1308	99	53.	428	38	97.	129	18	140.	26	4
10.	1263	124	54.	413	41	98.	127	11	142.	23	3
11.	1193	95	55.	410	34	99.	120	9	143.	21	1
12.	1178	125	56.	405	32	100.	107	14	144.	21	3
13.	1160	102	57.	398	28	101.	95	13	145.	20	2
14.	1137	79	58.	397	30	102.	95	15	145.	20	2
15.	1130	105	59.	365	36	103.	86	13	145.	20	2
16.	1102	100	60.	354	31	104.	81	11	148.	19	2
17.	1098	92	61.	348	29	105.	79	10	149.	18	4
18.	1058	104	62.	345	25	106.	72	9	150.	17	3
19.	1042	95	63.	343	38	107.	67	7	151.	16	2
20.	1031	116	64.	333	34	108.	67	10	152.	14	2
21.	1008	76	65.	322	26	109.	63	4	152.	14	2
22.	987	77	66.	315	25	110.	60	8	154.	13	1
23.	861	81	67.	309	30	111.	58	8	155.	12	1
24.	827	94	68.	308	35	112.	56	9	155.	12	2
25.	816	63	69.	286	19	112.	56	9	155.	12	1
26.	783	71	70.	283	32	114.	54	6	158.	11	2
27.	783	60	71.	274	32	114.	54	7	159.	10	1
28.	746	59	72.	259	21	116.	51	4	159.	10	1
29.	733	59	73.	254	20	117.	50	7	159.	10	1
30.	721	53	74.	253	28	118.	50	8	162.	9	2
31.	701	66	75.	249	30	119.	46	5	162.	9	1
32.	694	73	76.	246	24	120.	46	8	164.	7	1
33.	647	47	77.	242	27	120.	46	6	165.	7	1
34.	639	46	78.	238	18	122.	45	3	166.	6	1
35.	618	56	79.	234	18	123.	45	5	167.	5	1
36.	614	72	79.	234	18	124.	44	5	167.	5	1
37.	593	44	81.	222	28	124.	44	7	167.	5	1
38.	591	60	82.	219	23	126.	40	5	170.	4	1
39.	589	57	83.	219	15	126.	40	5	171.	3	1
40.	586	58	84.	218	23	128.	38	4	<b>66858</b>	<b>5996</b>	
41.	576	50	85.	202	25	129.	38	4			
42.	571	58	86.	195	15	130.	35	5			
43.	568	54	87.	192	18	130.	35	4			