



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 2023 DE LA SOCIÉTÉ NAUTIQUE DE NEUCHÂTEL (SNN)

(Janvier – Décembre 2023)

Version finale du 19.2.2024

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

Contact: comite@aviron.ch



Table des matières

Une année riche et bien remplie (texte de Gaetano)	3
1^{ère} partie: gouvernance de la SNN	4
1.1 Comité et responsables d'activités	4
1.2 Séances et activités du comité	4
1.3 Composition du comité, des commissions et des groupes de travail	5
Comité 2023 de la SNN	5
Autres responsables 2023 de la SNN	6
Commissions et groupes de travail	6
1.4 Assemblées Générales 2023	7
1.5 Adhésions/démissions	8
1.6 Agenda 2023 de la SNN	9
2^{ème} partie: infrastructures, sécurité et communication	10
2.1 Infrastructures (textes de P. Blank, J.-P. Donzé et S. Burgos)	10
Résumé des activités de la commission infrastructures	10
Location du Clubhouse en 2023	12
Activités ponton en 2023	12
2.2 Activités pour l'éthique et la sécurité	14
2.3 Communication (textes de Thees Frank et Gaetano Mileti)	15
Communication interne à la SNN	15
Page WEB, autres médias sociaux et gestion informatique de la SNN	15
Communication externe à la SNN	16



3^{ème} partie : apprentissage et pratique de l'aviron.....	20
Introduction et résumé des activités	20
Participation des membres de la SNN aux régates en 2023	21
3.1 Aviron de compétition adultes	23
Régate nationale "Lake Lugano Rowing" (texte de Gilles Léchet)	23
Championnats Suisses (Rotsee, 1–3 juillet 2023).....	24
Bern Boat Race (texte de Thees Frank).....	25
3.2 Aviron «loisirs» (textes de Elisabeth, Bernard, Françoise et Christian).....	26
Permanences.....	26
Permanence du lundi matin (texte de Marie-Claire Jan et Christian Bord).....	26
Permanence du mercredi (texte de Nathalie Tollardo).....	27
Sorties et randonnées loisirs	28
Ramer en rose	29
Découvertes (publiques, privées et entreprises).....	30
Bilac (texte de Hans Peter Herzig).....	31
3.3 Juniors	33
Swiss Riviera Indoors (texte de Thees Frank).....	35
Schiffenen (texte de Olivia Contal)	37
Lac Noir (texte de Kylian Ruchti)	38
3.4 Activités de formation adultes	40
Cours SUN	40
Cours d'initiation (texte de Arielle Loup)	41
Perfectionnement bronze (texte de Sally Zimmermann)	41
Perfectionnement en bateau fin	41
Camps de perfectionnement et d'entraînement à Schiffenen.....	42
Cours Skiff.....	43
Cours de perfection en Skiff (et double fin)	43
Coaching adultes et rame en pointe.....	44
ANNEXE 1 - Sorties loisirs (rapports de Bernard Jenzer, responsable des sorties loisirs).....	45
ANNEXE 2 - Ramer en rose	49
ANNEXE 3 - Découvertes (publiques, privés et entreprises)	50



Une année riche et bien remplie (texte de Gaetano)

2023 fut une année riche et bien remplie. Certes les conditions météorologiques n'ont pas toujours été favorables: pluie quasiment incessante lors du camp d'entraînement d'avril sur le lac Schiffenen; nouvelle crue (après celle de 2021) et dégâts à notre ponton à peine rénové; inondations de nos locaux; forts vents d'ouest qui ont mis à rude épreuve toutes nos infrastructures au bord du lac; etc. Et pourtant, notre agenda a été respecté et tous nos objectifs ont été atteints. Impossible d'évoquer chacune des activités du club en quelques lignes. La longueur de ce rapport annuel en est la preuve. On se limitera donc à relever quelques moments forts: les deux camps d'entraînement et de perfectionnement sur le lac Schiffenen; les nouveaux programmes de coaching pour tous les niveaux (en skiff, en yolette, en bateau fin, pour la compétition, pour les «loisirs», etc.); les activités de formation proposés par Swiss Olympic (club management) et par Jeunesse & Sport, suivis par plusieurs membres du comité et monitrices et moniteur du club; les innombrables permanences, de l'aube au crépuscule; la dizaine de randonnées «loisirs» à travers la Suisse et l'Europe; les 10 régates et leur lot de médailles pour nos compétitrices et compétiteurs, y-compris à l'occasion des Championnats Suisses sur le Rotsee; etc. Toutes ces activités auraient été impossible sans l'engagement de nombreuses personnes afin d'entretenir et développer nos infrastructures, non seulement les bateaux et le ponton, mais aussi la salle de musculation et le clubhouse, avec en particulier des interventions au niveau des canalisations et de l'éclairage.

Je ne peux que féliciter tous nos membres et athlètes et remercier les nombreux et précieux bénévoles du club: monitrices et moniteurs, encadrant.e.s, responsables d'activités, etc. Félicitations aussi à notre nouvelle arbitre, Barbara. Bonne lecture, vive le sport, vive l'aviron et vive la SNN!

Comme en 2020, 2021, et 2022, le rapport annuel 2023 est constitué de 3 parties: (1) gouvernance de la SNN; (2) infrastructures, sécurité et communication; (3) apprentissage et pratique de l'aviron.

¹ Le rapport a été rédigé en vue de l'Assemblée Générale 2024, prévue le vendredi 16 février 2024. Il n'inclut pas le rapport financier.

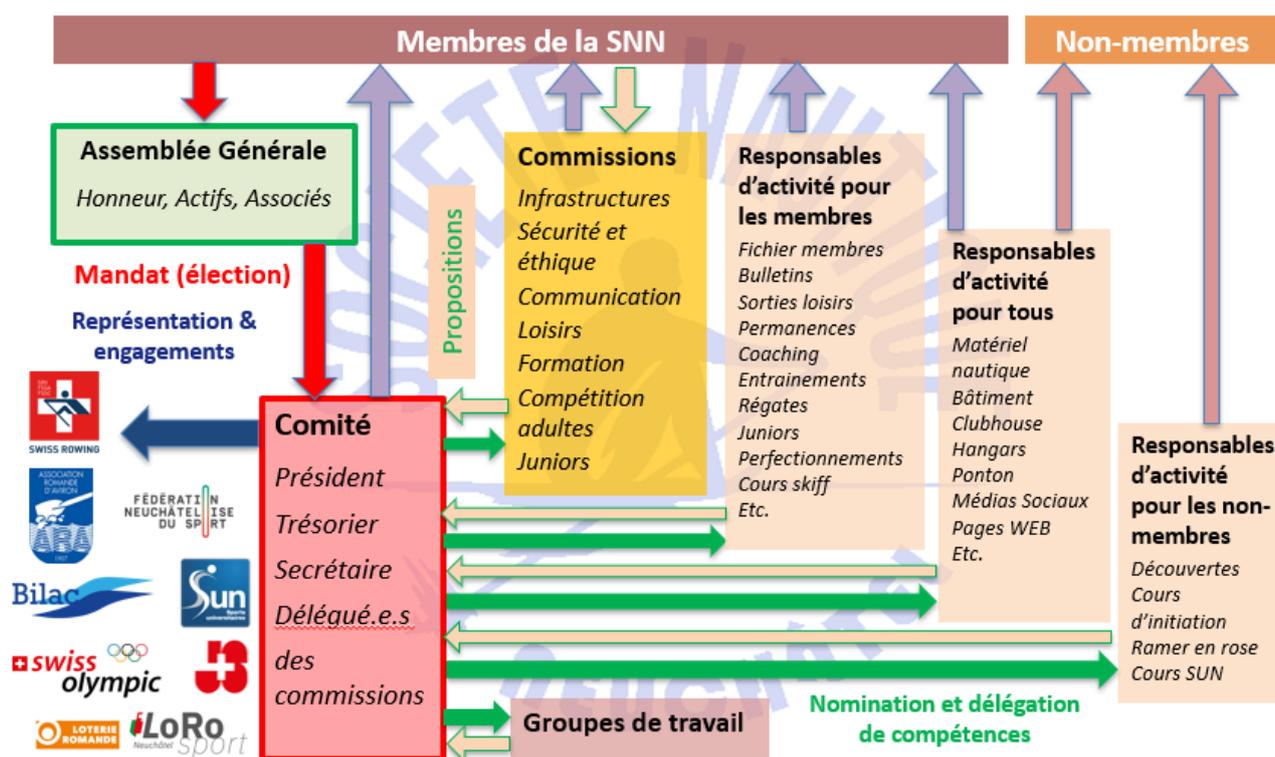
1^{ère} partie: gouvernance de la SNN

1.1 Comité et responsables d'activités

Le Comité 2023 de la SNN a été élu pour deux ans durant l'Assemblée Générale Ordinaire du 17 février 2023. Par rapport au Comité 2022, il comptait 3 membres en moins (7 au lieu de 10), et Christian Trachsel a remplacé Elisabeth Herzig, en tant que représentant de la Commission Loisirs. Durant la seconde moitié de l'année, Anne-Martine Thorens a démissionné de sa fonction pour des raisons personnelles. En parallèle, Francis Ballet et Dominique Wittwer ont été invité.e.s aux séances du Comité, en vue de leur élection durant l'AG-2024.

La liste des responsables d'activités de la SNN s'est enrichie durant l'année, en particulier au niveau du coaching adultes et pour la réparation et l'entretien du ponton. Les diverses commissions se sont renouvelées, et il est réjouissant de constater que plusieurs membres ayant récemment rejoint le club ont décidé de s'engager bénévolement pour la Société Nautique de Neuchâtel.

L'organisation du club et ses relations avec le réseau de l'aviron et du sport suisse sont résumées par la figure ci-dessous:



1.2 Séances et activités du comité

Le Comité s'est réuni 12 fois en séance plénière durant l'année, et deux fois en comité réduit afin de traiter plus en détails les questions des comptes provisoire 2023 (en juillet) et du budget 2024 (en décembre).

Par ailleurs, le président et d'autres membres du comité ont représenté le club lors des deux Conférence des Présidents et de l'Assemblée des Délégués de Swiss Rowing, ainsi qu'aux deux



séances annuelles de l'ARA (Association Romande d'Aviron). La SNN était aussi représentée à l'Assemblée Générale de l'Association Bilac, au Forum des Sports organisé par le Service des Sports du Canton de Neuchâtel et à l'Assemblée Générale de la FENESPO (La Fédération neuchâteloise du sport). Par ailleurs, trois membres du comité (Anne-Martine, Thees et Gaetano) ont suivi la formation et obtenu le certificat «Club Management» organisée par Swiss Olympic et Swiss Rowing.

En 2023, pour la première fois, un règlement complet sur l'utilisation des bateaux a été établi. Ce règlement devra maintenant être complété avec un véritable règlement sur les brevets.



A gauche: souper des monitrices, moniteurs, coachs, entraîneurs et encadrant.e.s 2023

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

Comité 2023 de la SNN

Membres élus par l'AG-2023:

Gaetano Mileti (président)
Michel Poirier (trésorier)
Alison Black (secrétaire)
Anne-Martine Thorens (juniors, école d'aviron)
Patrick Blank (infrastructures)
Thees Frank (communication)
Christian Trachsel (loisirs)

Membres invité.e.s aux séances du comité:

Dominique Wittwer (sécurité et éthique)
Francis Ballet (compétition adultes)





Autres responsables 2023 de la SNN

Arielle Loup (organisation des cours d'initiation et gestion du fichier membres)
Françoise Bonnet Borel, Dominique Ducry et Claudine Donzallaz (découvertes)
Sally Zimmermann et Rachaya Wisard (perfectionnement bronze)
Hans Peter Herzig (planification des cours skiff, formation des responsables de permanences et Bilac)
Roberto Garcia et Dominique Delefortrie (cours skiff)
Bernard Jenzer (organisation des activités sportives de loisir, randonnées et Bilac)
Smadar Schroer, Elisabeth Flammer, et Roby Garcia (cours SUN)
Francesca Poglia Mileti (découvertes juniors)
Jean-Pierre Donzé (ordinateur de bord et location du clubhouse)
Jaqueline Bariffi (support à la location du clubhouse)
Patrick Méthez (support informatique)
Gilles Léchet et Cédric Lange (planification des permanences)
Christian Bord (matériel bateaux)
Christian Bord et Marie-Claire Jan (permanence du lundi matin)
Dominique Ducry, Rachaya Wisard et Barbara Reutemann (boutique)
Elisabeth Herzig (découvertes entreprises, coach J&S et Team Buildings)
Elisabeth Herzig, Elisabeth Flammer et Sonia Klaye (Ramer en Rose)
Nathalie Tollardo (permanence du mercredi matin)
Andrew Chidlow, Francis Ballet Derck Engelberts, Alexandre Aebi et Nicolas Lopez de Meneses (coaching adultes)
Fabien Currit et Stéphane Burgos (ponton)
Valentin Bälli (salle de musculation)

Commissions et groupes de travail

Infrastructures: Patrick Blank, Christian Bord, Michel Coubès, Elisabeth Flammer, Sébastien Wust, Jean-Pierre Donzé, Christelle Maier, Valentin Bälli
+ Denis Klaye, Stéphane Burgos et Fabien Currit (bateaux et ponton)

Loisirs: Christian Trachsel, Jacqueline Bariffi, Bernard Jenzer, Claudine Donzallaz, Dominique Ducry, Elisabeth Herig, Flavie Aramandy

Sécurité: Dominique Wittwer, Valentin Bälli, Thees Frank

Compétition: Francis Ballet, Alexandre Aebi, Andrew Chidlow, Claudine Donzallaz

Communication: Thees Frank, Lucien Ferreno, Gaetano Mileti, Gabrielle d'Aloia, Nadia Brustolin

Juniors: Thees Frank, Francesca Poglia Mileti, Daniela Haag, Gaetano Mileti

Formation: Rachaya Wizard, Hans Peter Herzig, Dominique Delefortrie, Arielle Loup

Groupes de travail:

Plan d'achat bateaux: Francis, Hélène, Sonia, Bernard

Stratégie de la SNN: Gilles, Gaetano

Assurances: Dominique W., Michel, François-Xavier

Haie: Philippe, Christelle

1.4 Assemblées Générales 2023

L'Assemblée Générale Ordinaire (AGO) 2023, s'est déroulée le 17 février au CPMB à Colombier, en présence de Monsieur Sébastien Rytz, Chef du Service des Sports du Canton de Neuchâtel et de Monsieur Martin Singenberger, Vice-Président de notre Fédération nationale, Swiss Rowing.



Une Assemblée Générale Extraordinaire a été organisée suite à la dissolution de la Société Coopérative de la Maison Nautique (SCMN) qui était jusqu'ici propriétaire des bâtiments et bénéficiaire du droit de superficie du terrain utilisés par la SNN. Les présents ont accepté la reprise des biens de la SCMN.





1.5 Adhésions/démissions

La SNN compte actuellement **205 membres** (197 en 2023, 194 en 2022, 174 en 2021) dont **132 actifs** (125 en 2023, 128 en 2022, 110 en 2021), **11 juniors** (15 en 2023, 11 en 2022, 10 en 2021), **7 juniors étudiants** (3 en 2023 et en 2022) **47 amis/associés/sponsors** (46 en 2023, 43 en 2022, 50 en 2021), **8 membres d'honneur** (comme en 2023 et 2022, alors qu'il y en avait 4 en 2021).

En outre, 32 personnes sont actuellement inscrites dans le programme «Ramer en Rose».

Même si ces chiffres restent relativement stables d'année en année, la légère tendance vers une augmentation résulte d'un équilibre entre un nombre relativement grand d'adhésions et de démissions. En 2023 il y a eu 38 adhésions et un peu moins de trente démissions.

Comme décrit dans les pages suivantes de ce rapport, plus de 400 autres personnes (350 adultes et une cinquantaine d'écoliers) ont pu pratiquer l'aviron à la SNN en 2023: à travers des découvertes en groupe ou individuelles, des team buildings, des cours pour les étudiants universitaires, des visites d'autres clubs suisses (Rowing Club Lausanne, Société Nautique Etoile Bienne, etc.) ou étrangers (visite du club de Kogge, aux Pays-Bas), des sorties organisées dans le cadre de l'ARA (Association Romande d'Aviron), etc. Nos athlètes et membres ont participé à 10 régates sous les couleurs de la SNN ou de l'ARA, et à une bonne dizaine de randonnées «loisirs».





1.6 Agenda 2023 de la SNN

11.01	Cours ESPAS
12.01–16.02	Cours de fitness aquatique et natation (tous les jeudis 18h00-18h55)
20.01	Sortie raquettes-fondue
04-05.02	Week-end à ski à Ovronnaz
17.02	Assemblée générale SNN
05.03	Championnats Romands d'Ergomètre, Vevey (J+C)
11.03	Matinée de nettoyage du Clubhouse
25.03	Ouverture de saison (changement d'heure le 26.03)
01.04	Cours de perfectionnement pour moniteurs·trices SNN (1/2 groupe)
02.04	Cours de perfectionnement pour moniteurs·trices SNN (1/2 groupe)
01.04	Critérium lausannois (J+C)
21-23.04	Camp d'entraînement SNN : compétiteurs et loisirs avec brevet argent / or
03.05	Découverte de l'aviron juniors
06.05	Matinée, soins aux bateaux
07.05	Sortie lémanique (RCL)
06-07.05	Régate nationale Schmerikon (J)
10.05	Découverte de l'aviron juniors
13.05	Matinée de découvertes 09h00-13h00
14.05	Neuch-La Neuveville-Bienne ou Bienne-La Neuveville-Neuch (avec SNEB)
20-21.05	Régate nationale Cham (J)
03-04.06	Lac de Zoug
03-04.06	Régate nationale Sarnen (J+C)
10.06	Neuch'en Rose
11.06	Réserve Neuch'en Rose
11.06	Régate régionale Schiffenen (J+C)
17.06	Matinée de découvertes (11h00-15h00)
18.06	Perfectionnement skiff
22-25.06	Visite du club hollandais (de Kogge) à Neuchâtel
24.06	Réserve Neuch'en Rose
25.06	Réserve Neuch'en Rose
30.06-02.07	Championnats Suisses au Rotsee (J+C)
08.07	Lever du jour
08.07	Traversée Marthe Robert
15.07	Journée découverte de l'ARA : accueil des membres loisirs romands sur notre lac
15.07	Traversée Marthe Robert
27-30.07	European rowing championship
04.08	Sortie clair de lune
19-20.08	Festival des Sports de la Ville de Neuchâtel
25-27.08	Descente du Rhin
01.09	Soirée sécurité
02.09	Réserve entraînement de sécurité
09-10.09	<i>Randonnée Swiss Rowing (Estavayer-Le-Lac)</i>
09-10.09	Régate nationale Lac noir (Swiss Alpine Rowing Trophy, Schwarzsee)
16.09	<i>BILAC</i>
17-18.09	Accueil RCL
23-24.09	Tour du Léman
30.09-01.10	Championnats romands- Régate de Nyon (Lac Divonne) (J+C)
07.10	<i>Régate nationale Rösticup (8+, Yolettes, Schiffenen)</i>
14.10	Léman-sur-mer / SM Coastal Rowing (C)
21.10	Bern Boat Race (J+C)
21.10	Clôture de saison
28.10	Matinée de matériel
01-03.12	Sortie à Nice



2^{ème} partie: infrastructures, sécurité et communication

2.1 Infrastructures (textes de P. Blank, J.-P. Donzé et S. Burgos)

Résumé des activités de la commission infrastructures

Chers rameuses et chers rameurs, chers ami(e)s de la SNN,

Je tiens à remercier les personnes qui me secondent durant toute l'année.

Merci Christelle, Elisabeth, Christian, Michel, Jean-Pierre et Sébastien pour votre soutien.

Merci aussi au concierge pour la maintenance de nos locaux.

Nous nous sommes retrouvés en séance 4 fois en 2023 afin de régler les travaux courants de l'infrastructure.

Comme toujours notre chef-mat était en alerte chaque semaine avec des réparations diverses ou commande de matériel.

Voici les travaux importants réalisés par ma commission en 2023.

- 1) 12 Janvier interrupteurs de mouvements installés dans les hangars et changement de la prise dans la salle de gymnastique.
- 2) 16 Mars journée bâtiment.
- 3) De mars à juillet, peinture du bâtiment.
- 4) Gros travaux sur notre ponton du 15 mars au 20 avril.
- 5) Baptême de Obélix et Tang'eau le 10 juin.
- 6) Baptême de Jasmine le 28 juin.
- 7) Accident Jasmine.
- 8) Baptême de Rhode'see et Eau'Mega le 30 juin
- 9) Accident Cad'eau
- 10) Baptême de Dopamine 5 juillet
- 11) 18 Octobre Travaux canalisations
- 12) 28 Octobre matinée matériel
- 13) Plan pour le parking
- 14) 4 vagues arrive au club le 10 juin
- 15) Le C-line arrive au club le 12 novembre
- 16) Pose des panneaux EST et Nord.
- 17) Jacqueline Bariffi prend la responsabilité du Clubhouse
- 18) Remplacement luminaires salle de sport.
- 19) Réparation de la fenêtre dans la salle de gymnastique
- 20) Commande d'un double fin
- 21) Enlever les dalles sur le ponton 11 décembre
- 22) Démontage ponton 14 décembre



Jean-Pierre s'occupe des locations, ce n'est pas chose aisée car certains loueurs lui ont créé bien des soucis... Beaucoup d'heures passées derrière son ordi afin de contenter chacun.

Me voici à la fin de mon rapport, bien entendu, je reste à votre écoute en cas de questions.

En conclusion, je vous remercie pour votre lecture.

Bravo les bénévoles!

Votre serviteur

Blank Patrick



Location du Clubhouse en 2023

Demandes	47
Annulées	5
Confirmées	42
Membres actifs	11(26,19%)
En semaine	6
Samedi	18
Dimanche	18
<u>Total des recettes</u>	9'615,00 CHF



Réservations du clubhouse pour la SNN

Réservations SNN	52
En semaine	13
Samedi	29
Dimanche	10

	Heures	Membres actifs	Non-membres	Entreprises
Semaine				
Au cas par cas, selon disponibilité et activités du club	<u>08:00</u> - 24:00	100.-	250.-	300.-
Weekend				
Samedi	<u>08:00</u> - 08:00	110.-	275.-	
Dimanche	<u>08:00</u> - 08:00	110.-	275.-	
Caution		100.-	100.-	100.-

Jean-Pierre Donzé

Activités ponton en 2023

L'année 2023 fut particulièrement intense au niveau du ponton. Après plusieurs décennies la structure du ponton a nécessité des travaux de maintenance important. Pour ce faire le ponton a dû être sorti de l'eau pour subir ces travaux. Ce petit rapport documente les différentes étapes effectuées.



1. Marquage et démontage des grilles
2. Installation des supports pour déposer les 2 éléments flottants du ponton
3. Démontage des attaches du ponton et transport à terre à l'aide d'un élévateur de tape Manitou
4. Nettoyage au jet et grattage des moules accrochées au ponton.

5. Démontage des caissons étanches et second nettoyage de la structure et des caissons.
6. Sabler de la structure pour décaper et nettoyer les traces d'oxydation afin d'assurer une bonne adhérence de la peinture
7. Renforcement de la structure en soudant de nouveaux renforts, notamment avec l'aide d'un spécialiste en soudure venu spécialement du Canada.
8. Application de 3 couches de protection 2 composants à base d'époxy destinée à éviter une oxydation future.
9. Fixation de bandes latérales en bois aggloméré de manière à pouvoir visser directement les caoutchoucs amortisseurs. Ceux-ci peuvent être rapidement changé en cas de besoin.
10. Remontage des flotteurs remise à l'eau.
11. Sur le plan incliné, un flotteur plein de mousse a été fixé et a dû être lesté de dalles en béton pour permettre l'appuis sur la partie flottante. Sans les dalles le plan incliné était 40cm au-dessus du niveau de l'autre ponton (avec lac normal).



Malheureusement la bite d'amarrage présente de nombreux signes d'usure et devra à son tour être assainie ou changée en 2024. Les fortes crues de 2023 ont aussi exercé de grosses contraintes qui ont conduit à la rupture en 2 temps de la bride liant le ponton à la bite d'amarrage. Ces gros problèmes vont occasionner d'important travaux et coûts en 2024.

Merci à Fabien en particulier pour tout le travail accompli.

Stéphane Burgos

2.2 Activités pour l'éthique et la sécurité

Au niveau de la sécurité, les activités principales en 2023 ont été l'organisation d'une soirée d'information-formation par l'association ESPAS (Espace de Soutien et de Prévention, Abus Sexuels), qui s'est déroulée le 11 janvier 2023 et de la «soirée sécurité» du vendredi 1^{er} septembre 2023, illustrée par les photos ci-dessous.





2.3 Communication (textes de Thees Frank et Gaetano Mileti)

Communication interne à la SNN

Onze «Bulletins de la SNN» ont été envoyés à tous les membres en 2023, alors que d'autres informations ont été diffusées à travers les divers groupes WA du club. Par ailleurs, de nouveaux panneaux d'affichages ont été installés dans le clubhouse, en particulier pour afficher les semainiers, agenda, nom des membres du comité et responsables d'activités, nouveaux membres, etc.

Exemple de semainier 2023:

Planification hebdomadaire printemps 2023 (valable dès le 25 mars)

Version 1.1 du 27.3.2023

Merci de respecter ces horaires et laisser les bateaux nécessaires au club.

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
Matin	WA = Groupe WhatsApp		Perm WA 7h – Nathalie - Gaet			Juniors Entrainement (09h00-11h00)	
	Perm WA 9h – Christian					Perm Adultes&Juniors (9h00-11h00)	Juniors Entrainement (10h00-12h00)
Midi	Cours SUN (12h15-13h45)			Cours SUN (12h15-13h45)			
Après-midi		Ramer en Rose (15h00-17h30)	Juniors Entrainement (14h00-16h00)	Ramer en Rose (14h00-15h30)			
Soir	Juniors Entrainement (18h00-20h00)				Perfection. Après Pâques (18h00-20h00)		
	Perm Adultes&Juniors (18h00-20h00)	Adultes Entrainement (18h00-20h00)	Coaching Après Pâques (18h30-20h30)	Double fin Après Pâques (18h30-20h30)	Perm Adultes&Juniors (18h00-20h00)		

Sorties libres avec les bateaux du club toujours autorisées, sauf pendant les 3 Perms. Eviter cependant de créer des bouchons au ponton.

Page WEB, autres médias sociaux et gestion informatique de la SNN

La fonction transversale de la ComCom pour l'infrastructure IT a exigé des efforts habituels dans l'administration, la mise à disposition et la maintenance de nos trois serveurs d'applications dans le cloud. Comme d'habitude, tous nos serveurs restent hébergés en Suisse.

Les bulletins ont été moins souvent utilisés comme canal de communication au cours du deuxième semestre. En revanche, il y a eu plus de circulaires individuelles par e-mail.

Le projet de révision de la stratégie de communication commence à porter ses fruits et, en conséquence, l'importance accordée aux médias sociaux sera renforcée en 2024.

Une particularité en 2023 est la rénovation du logo avec l'étoile conformément à nos statuts.

Communication externe à la SNN

Grâce à des contacts privilégiés avec des journalistes, des communications ciblées ont été effectuées au niveau de la presse locale et spécialisée, en particulier en lien avec les matinées découvertes, les Championnats Suisses, le président d'honneur Jean-Louis Pochon et le programme «Ramer en Rose».

Site de Arcinfo, 19 juin 2023:

Testez l'aviron samedi à Neuchâtel

La Société nautique de Neuchâtel propose une journée de découverte de l'aviron samedi 17 juin à Neuchâtel. Les personnes de tout âge sont invitées à venir ramer.

Site de RTN, 3 juillet 2023:

Un équipage neuchâtelois champion de Suisse d'aviron

Une médaille d'or et deux de bronze pour les membres de la Société nautique de Neuchâtel engagés à Lucerne ce week-end



L'équipe mixte de la Société nautique de Neuchâtel avec l'or autour du cou. Au centre en tenue bleue: A. Voisin, D. Reffay, S. Bernard, & Heintzmann. (photo: SNN)

Arcinfo, 3 juillet 2023:

AVIRON

De l'or pour les Neuchâtelois

La belle série continue pour les sportifs de la Société nautique de Neuchâtel (SNN). Sur le plan d'eau de Rotsee (LU), la délégation neuchâteloise a décroché un quatrième titre consécutif de champion de Suisse en 4 mixte. Sarah Bernard a mené son bateau composé de Brice Heintzmann, Delphine Reffay, et Alexandre Voisin à la victoire en Master C, sous les yeux de leur coach, Andrew Chidlow. Sarah Bernard avec Alexandre Voisin en double Masters C et Brice Heintzmann avec Delphine Reffay en Masters B ont également décroché le bronze lors de ces joutes nationales. **COMM FCH**



NEUCHÂTEL
38 FILMS RENDENT HOMMAGE
À L'ANCIEN CAFÉ DU PONT **P3**



LES VERRIÈRES
SEPTANTE ANS FÊTÉS À 300
MÈTRES SOUS TERRE **P9**

NEUCHÂTEL

JEAN-LOUIS POCHON, 96 ANS ET UNE VIE RYTHMÉE PAR L'AVIRON



Jean-Louis Pochon a découvert l'aviron à l'âge de 16 ans. Quarante-vingts ans plus tard, on peut toujours voir cet habitant d'Auvernier filer sur son skiff, sur le lac de Neuchâtel. A 96 ans, ses performances physiques et son humilité forcent le respect. **Portrait. P4**

Jean-Louis lors de l'entretien avec le journaliste de Arcinfo, Loïc Marchand:





Jean-Louis Pochon s'est mis à l'aviron à l'âge de 16 ans pour conserver sa « souplesse naturelle », dit-il. Aujourd'hui, chaque sortie sur le lac est un cadeau pour cet habitant d'Avennières.

A 96 ans, Jean-Louis Pochon continue de ramer sur le lac

NEUCHÂTEL Jean-Louis Pochon est né entre la Première et Seconde Guerre mondiale. Il s'est mis à l'aviron alors que l'Europe était encore sous la menace de l'Allemagne nazie. A 96 ans, il rame toujours. Rencontre.

TEXTES LOIC MARCHAND@ARCINFO.CH / PHOTOS LUCAS VUTTEL@ARCINFO.CH

« Jean-Louis est plus à l'aise sur l'eau que sur terre. L'aviron le rajeunit de 40 ans. Main agrippée à la barre franche du bateau à moteur, Théo Frank, le responsable de la communication de la Société nautique Neuchâtel (SNN), observe Jean-Louis Pochon ramer sur son skiff, à quelques mètres devant lui. Sa technique, bien que de l'ancienne école, est parfaite. Sarvêt noir, barbe blanc-casé et casquette vissée sur la tête, l'homme qui attire son regard file sur l'eau à 12 kilomètres par heure. Il a 96 ans. Difficile d'y croire. « Un champion du monde, tel que le Zougois André Struzina [né: août

début septembre à Belgrade, en Serbie] pointera à 106, glisse Théo Frank. Sept décennies séparent les deux athlètes. **L'indépendance** Jean-Louis Pochon a soufflé une nouvelle bougie le 24 mai passé. En décembre, il terminera sa 80e année d'aviron. « S'il est impressionnant physiquement, il l'est tout autant mentalement », assure Alison Black, secrétaire du SNN. « Je fais toujours en sorte de m'associer à côté de lui lors de repas. Jean-Louis, c'est une force de la nature », réchérît Gaetano Milet, président du club. « Je collectionne les pépites, rouspète l'intéressé, de retour à

terre, vêtu désormais d'un duo chemise-pantalon. Un pacemaker l'aide notamment à compenser une fibrillation auriculaire depuis près de deux décennies. Chacune de ses sorties représente un événement. Vendredi, lors de notre rencontre, c'était sa troisième de l'année. « Je n'ai commencé à ramer qu'en septembre », indique-t-il. « Cet été, il faisait bien trop chaud. » Cette fois, Patrick Blank lui a donné un coup de main pour sortir son skiff du dépôt. « Jusqu'à peu, il n'acceptait aucune aide », rigole le responsable des infrastructures. Sûr sur l'eau afin d'être photographié, Jean-Louis Pochon sort habituelle-

ment sans bateau d'accompagnement ni gilet de sauvetage. **Monsieur loyal** Née en 1929, Blanche, l'inscription détonne sur cette embarcation en bois d'une quinzaine de kilos. Le skiff de Jean-Louis Pochon, acquis en 1966, est l'un des derniers à être immatriculé sur le lac de Neuchâtel: la réglementation n'impose plus ce marquage. Notre homme personnalise la leupate. Perchette, Jean-Louis Pochon habite dans la maison qui l'a vu naître, à Avennières. Mari d'Huguette depuis 60 ans, il n'a quitté son poste au sein de la caisse de compensation Cécimac Civalis, à Neuchâtel, qu'à sa retraite. Que ce soit l'amar ou son emploi, Jean-Louis Pochon le doit à l'aviron. De treize ans sa cadette, Huguette a notamment été l'une des premières skiffistes de l'histoire de la SNN. « Vous savez, les règlements étaient un peu machos, à l'époque », glisse son homme dans un sourire.

Pour sa souplesse Le Neuchâtelois s'est mis à la rame pour « conserver (sa) souplesse naturelle ». Sur le chemin de l'école, ses passages quotidiens devant le club, situés à la baie de l'Évele jusqu'en 1963, finirent par le tenter.

Pour faire de l'aviron, il faut patienter

La Société nautique Neuchâtel (SNN) a dépassé les 200 membres, cette année. « C'est une très bonne saison », assure Gaetano Milet, président du club. « Nous avons dû créer une liste d'attente pour les cours d'initiation. » Les inscriptions pour les sessions du printemps 2024 sont déjà ouvertes. La peinture extérieure du club-house, situé à côté de la plage de Monruz, a été rafraîchie voici une année. « Nous avons aussi acheté dix nouvelles embarcations pour remplacer des modèles vieillissants. » Seule ombre au tableau, un creux de fréquentation parmi les pratiquants âgés de 25 à 40 ans. « Mais cela se comprend », estime Gaetano Milet. « À cet âge, la carrière professionnelle et la parentalité prennent le pas sur d'autres activités. »

À travers les années, Jean-Louis Pochon collectionnera quelques récompenses au niveau régional. Il sera de ceux, aussi, qui conseilleront Denis Oswald, médaillé de bronze aux Jeux olympiques de Mexico, en 1968. « Oh, regardez! Anis devant le ponton, face au lac de Neuchâtel, Jean-Louis Pochon n'a de cesse d'être émerveillé par la nature qui nous entoure. En l'occurrence, c'est un écrivain, descendu de l'arbre voisin pour sustenter sa soif, qui capte son attention. **« Chaque sortie pourrait être ma dernière »** Désormais, ce sont ses étourds de mémoires qui lui permettent de se maintenir en forme. « J'oublie souvent des trucs au troisième, chez nous », raconte-t-il. « Comme j'aime le dire, mon épouse est la tête de notre couple. Moi, je suis les jambes! » Chaque matin, Jean-Louis Pochon effectue aussi des exerci-

ces de gymnastique, consistant à lancer ses poings dans de multiples directions, tout en grimaçant. « Ça doit être un sacré spectacle », s'esclaffe le vieil homme. Au club, on lui reconnaît sa gentillesse, mais aussi son humilité. « J'ai le bonheur de dire que je n'ai pas d'ensemble, lâche-t-il. Je ne me suis jamais vanté. Ceci explique peut-être le respect que j'ai pour autrui. » Jean-Louis Pochon le dit lui-même: « Chaque sortie pourrait être ma dernière. » La question nous dérange depuis un moment: au crépuscule de sa carrière de rameur et de sa vie, a-t-il des regrets? Il rigole. Son regard se perd dans les eaux du lac de Neuchâtel, avant de revenir vers nous. « Monsieur, vous savez, si vous n'avez aucun regret au terme de votre vie, c'est que vous avez vécu une existence sans début. » Pendant ce temps-là, l'écrivain a repris sa place au bord des branches.

Investir dans la durabilité et gagner en autonomie. Le courage d'agir.

Vert libéraux
créateur d'avenir

Aviron Romand

« Ramer en Rose » pour combattre l'adversité

Cette année encore, le programme « Ramer en Rose » a aidé des nombreuses femmes atteintes du cancer du sein à se réhabiliter physiquement lors du traitement. Si l'initiative a trouvé un public, comment mesurer son impact auprès des concernées ? Rencontre avec trois survivantes, ou plutôt gladiatrices !

En ce mois de novembre, la saison sur l'eau touche à sa fin. Si certaines personnes ont déjà les yeux rivés sur la saison prochaine, d'autres font face à des combats plus essentiels. Elisabeth Herzig, responsable de « Ramer en Rose » au sein de la Société Nautique de Neuchâtel (SNN), a elle-même traversé un traitement contre le cancer du sein. Son credo : maintenir une activité physique régulière coûte que coûte pour garder la forme. Si son traitement est derrière elle, Elisabeth continue de faire vivre le programme à Neuchâtel et d'y transmettre son énergie débordante. Face à nous, deux participantes qui sont dans des phases différentes. Elodie, jeune trentenaire, a dû mettre sa vie professionnelle entre parenthèse pour se soigner. Un coup d'arrêt brutal qui l'a condamnée à un retour à la maison familiale. À ses côtés, Marianne, quinquagénaire dynamique, a quant à elle pu reprendre le travail après un long combat contre la maladie. Toutes deux ont découvert l'aviron à travers ce programme.

Alors que la première réaction que l'on pourrait avoir à leur égard est une pitié bienveillante, toutes trois s'attèlent à démentir ce cliché. Si la fatigue et la douleur liées au traitement sont réelles, continuer à maintenir des activités physiques et sociales pour rester à la surface est essentiel. « Tu pourrais couler mais tu avances grâce au groupe de rameuses », appuie Marianne.

Pourtant, rien n'est simple. Après l'annonce du cancer et de la planification du traitement, c'est toute sa vie qu'il faut réorganiser. « J'ai dû quitter mon stage d'avocate et mon appartement, ce qui a été un gros stress » confie Elodie. Au début, faute d'information à ce sujet, cette sportive accomplie restreint ses activités physiques au minimum « Lors des deux premiers mois, personnes ne m'a dit que je pouvais faire du sport. Je faisais quelques marches et du



Photo: Bruno Lantz Photography

Les participantes de Neuch'en Rose à l'arrivée du défi. À droite Marianne, et au centre avec le pantalon rouge Elisabeth Herzig.

Pilate, mais rien de plus. J'avais peur de provoquer des effets secondaires ou même de transpirer ma chimio!». Après consultation de sa oncologue, on lui confirme qu'un maximum de sport lui serait bénéfique. « En fait, ma médecin m'a dit qu'elle ne pouvait pas dire aux gens « faites du sport » car c'est parfois des personnes âgées qui ne peuvent pas ».

Le programme s'adresse également à des personnes n'étant pas particulièrement sportive avant le traitement. C'est le cas de Marianne, qui est venue au club à reculons. « J'ai entendu parler de Ramer en Rose après le début de ma radiothérapie. Je me suis dit au premier abord « Quelle ambiance de se retrouver seulement qu'avec des nanas malades et tout (rires) ». Bon je suis venu une fois à l'apéro avant Noël pour voir et là j'ai retrouvé des copines d'avant. Et je me suis dit qu'elles avaient l'air... normales » se rappelle-t-elle. Un moment qui la convainc de revenir ramer en janvier. Si les premiers

moments sur l'eau ne soulèvent pas l'enthousiasme, Marianne trouve du réconfort ailleurs « J'ai trouvé super l'ambiance dans ces vestiaires. Entre les nanas c'est top ! Il y en a une qui dit « La prochaine fois je ne suis pas là, j'ai ma chimio », et l'autre qui dit « Ah c'est ta deuxième ? Donc tu vas perdre tes cheveux, je te ramène ma perruque ! » « Ah ouais ! Elle est comment ? » Là je me suis dit mais elles sont dingues ces filles ! ». Vu que toutes sont dans le même bateau, les filtres tombent.

« C'est un moment où je ne suis plus malade ! »

On le comprend rapidement, Ramer en Rose n'a rien des Alcooliques Anonymes. Toutes sont là pour oublier la maladie quelques heures, n'en parlant qu'à de rares occasions. Toutes savent que le cancer est leur point commun, mais ce n'est pas une raison pour s'en lamenter ensemble. « On

3^{ème} partie : apprentissage et pratique de l'aviron

Introduction et résumé des activités

Comme spécifié dans ses statuts, les buts principaux de la SNN sont **l'apprentissage et la pratique de l'aviron**. En tout, l'ensemble des bateaux (y-compris les bateaux privés et ceux utilisés par nos membres dans d'autres clubs) ont parcouru en 2023 **plus de 32'000 km** (27'000 en 2022, 24'000 en 2021, 16'000 en 2020). Nos rameurs ont parcouru **presque 68'000 km** (60'000 en 2022, 49'000 en 2021, 43'000 en 2020). Ces chiffres témoignent que la SNN a encore une fois largement atteint son objectif principal en 2023, et que la pratique de l'aviron par nos membres poursuit sa croissance, malgré le fait que notre ponton ait été inutilisable pendant plusieurs semaines. On constate que le nombre de km parcourus par nos bateaux a doublé en 3 ans. Le nombre de km parcourus par nos rameuses et rameurs a aussi augmenté, mais moins fortement (+50%). On peut en déduire que nos membres tendent à pratiquer l'aviron dans des bateaux plus courts qu'il y a 3 ans (skiffs et doubles au lieu de 4 et 8). Une analyse plus détaillée de ces chiffres est en cours.



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 2023

(sous les couleurs de la SNN ou de l'ARA (Association Romande d'Aviron))

5 mars, Swiss Riviera Indoors (Championnats Romands d'Ergo):

Cécile Haag, Olivia Contal, et Nicolas Burgos

1er avril, Lugano Lake Regatta (Melano):

Gilles Léchet, Thees Frank

11 juin, Schiffenen:

Olivia Contal, Sophie Nardin, Gilles Léchet, Thees Frank



17 juin, Greifensee Regatta:

Philippe Schucany, Gilles Léchet, Thees Frank (8+ ARA)

30 juin, Championnats Suisses 2023 au Rotsee:

Alexandre Voisin, Delphine Reffay, Brice Heintzmann, Sarah Bourguignon

1er juillet, Championnats Suisses 2023 au Rotsee:

Thees Frank, Gilles Léchet, Philippe Schucany (8+ ARA)

28 juillet, WorldRowing EUROMasters München:

Philippe Schucany, Frédérique Clerc, Thees Frank, Gilles Léchet, Delphine Reffay, Brice Heintzmann



10 septembre, Lac Noir

Cécile Haag, Sophie Nardin, Roko Bene, Kylian Ruchti, Matilda Mileti, Thees Frank



16 septembre, BILAC:

Andrea Donelli, Barbara Reutemann, Caroline Vuitel, Jens Hasskarl, Thees Frank, Lucien Ferreno, Hélène Gallard, Stéphane Burgos, Nicolas Burgos, Nicolàs Lopez de Meneses, Françis Ballet, Christian Trachsel, Derck Engelberts, Bernard Jenzer, Dominique Ducry, Roland Morel, Francesca Pogia Mileti, Sylvie Bischof, Elisabeth Flammer, Sonia Klaye, Anja Pirwitz, Nathalie Tollardo, Claudine Donzallaz, Cécile Haag, Mihai Stavila, Patrick Metthez, Dominique Wittwer

7 octobre, Rösticup:

Hélène Gallard, Françis Ballet, Lucien Ferreno, Thees Frank, Jens Hasskarl, Nicolas Burgos, Andrea Donelli, Derck Engelberts, Nicolàs Lopez de Meneses, Barbara Reutemann, Sylvie Vuilleumier, Caroline Vuitel, Marc Frésard, Gilles Léchet, Sylvie Bischof, Maude Pigeon, Valentin Bälli, Hélène Gallard, Roxann Klaye, Claudine Donzallaz, Roland Morel, Sonia Klaye, Eliott Klaye, Francesca Pogia Mileti, Bernard Jenzer, Talia Dali, Matilda Mileti, Séverine Vancea, Manel Borrego



21 octobre, BBR Bern Boat Race:

Jens Hasskarl, Thees Frank, Gilles Léchet, Françis Ballet, Frédérique Clerc, Philippe Schucany, Nicolás Lopez de Meneses, Barbara Reutemann, Marc Frésard, Sonia Klaye, Hélène Gallard

3.1 Aviron de compétition adultes

Régate nationale "Lake Lugano Rowing" (texte de Gilles Léchet)

Lugano – Melano, 1 et 2 avril 2023

Belle idée de Thees de participer à la première régates de l'année, les 1 et 2 avril 2023 sur le Lac de Lugano. Pour lui, la routine. Pour moi, un peu de stress quand-même après une absence de compétition de presque... quarante ans !

Bref, après le chargement du bateau jeudi soir, c'est plein d'entrain que nous démarrons la journée de vendredi avec un long trajet jusqu'à Melano. A l'arrivée, temps plus que maussade et lac plutôt difficile. Brève sortie pour prendre contact avec le plan d'eau. Puis départ à l'hôtel, sur le côté italien du lac.

Samedi matin, arrivée sur site et début de la préparation. Le départ de la course est fixé à 13h44, et Thees est à la manœuvre. Toujours la routine, sur l'eau 30 minutes avant le départ, bras, bras-dos... et finalement la ligne de départ. « Attention – go », tais-toi et rame ! Avec beaucoup de cœur et, avouons-le, nettement moins de technique, nous atteignons la ligne d'arrivée en 4ème position sur six bateaux, avec une temps très moyen de 4:06:84. Retour en Italie.

Et dimanche, rebelote, mais cette fois à 11h40, et avec un peu moins de stress. Le départ est meilleur, tout comme le coup de rame... avec toujours beaucoup de cœur et un peu de technique. Résultat : une médaille avec une 3ème place et un temps de 3:58:12, soit près de 8 secondes de moins que la veille, mais encore 20 secondes (immense marge de progression !) de retard par rapport aux vainqueurs.

C'est fatigués mais contents que nous entamons le retour, avec l'avantage d'effectuer le trajet en compagnie de Kathy, qui a officié durant tout le week-end en qualité d'arbitre. Nous nous réjouissons déjà de la prochaine régates, et espérons que la délégation SNN sera cette fois un peu plus fournie. Pas besoin de gagner pour avoir du plaisir (même si ça aide !).





Championnats Suisses (Rotsee, 1-3 juillet 2023)

(Extrait du communiqué de presse préparé par Delphine et Gabrielle)

Aviron: encore de l'or pour les Neuchâtelois aux Championnats suisses

Les Championnats suisses se sont tenus ce week-end sur le plan d'eau du Rotsee, à Lucerne. Une délégation de la Société nautique de Neuchâtel (SNN) était présente pour défendre son titre en 4 mixte. Opération réussie avec une première place sur le podium pour la quatrième année consécutive. Vendredi 30 juin 2023, Sarah Bernard a mené son bateau composé de Brice Heintzmann, Delphine Reffay, et Alexandre Voisin, à la victoire en Master C, en obtenant une première place sur le podium pour la quatrième année consécutive, sous les yeux de leur coach Andrew Chidlow.

Le lendemain, autres compositions de bateaux et nouvelles courses pour les Neuchâtelois qui montent sur le podium avec une médaille de Bronze pour les deux bateaux : Sarah Bernard et Alexandre Voisin en double Masters C et avec Brice Heintzmann et Delphine Reffay en Masters B. Dimanche, Gilles Léchet, Philippe Schucany et Thees Frank rament pour le 8+ de l'Association Romande d'Aviron (ARA). Malgré une course difficile, ils se sont très bien battus et obtiennent une cinquième place.

Durant ce week-end, l'une des rameuses du club, Barbara Reutemann, a brillamment obtenu son diplôme d'arbitre. La SNN est heureuse de compter à ce jour deux arbitres, avec Kathleen Berezin (Arbitre au 2023 World Rowing Masters Regatta, Tshwane, South Africa).





Bern Boat Race (texte de Thees Frank)

Comme essence et dernière conséquence de mes deux projets 8+ (Bilac & Rösticup) en 2023, un 4-Masters a participé le 21 octobre à la Bern Boat Race sur le Wohlensee.

Le premier trophée de la BBR pour la SNN.



Francis, Gilles, Thees, et Jens



3.2 Aviron «loisirs» (textes de Elisabeth, Bernard, Françoise et Christian)

Permanences

Tous les membres de la SNN munis d'un brevet bronze, argent ou or peuvent participer aux permanences durant lesquelles les sorties sont encadrées par un.e responsable. Ce dernier forme les bateaux ou propose un entraînement à terre en cas de mauvais temps. Durant la saison estivale 2023, 5 plages horaires étaient proposées: lundi matin, lundi soir, mercredi matin, vendredi soir et samedi matin. En période hivernale, seule la permanence du samedi a été maintenue. Signalons ici que la permanence du lundi matin et celle du mercredi ont été assurées tout au long de l'année fidèlement par les mêmes personnes, Christian Bord et Marie-Claire Jan pour celle du lundi, et Nathalie Tollardo et Gaetano pour celle du mercredi. Pour encadrer les 3 autres rendez-vous hebdomadaires, il aura fallu un grand nombre de responsables volontaires qui se sont relayés tout au long de l'année pour assurer l'encadrement et la sécurité de chacune de ces sorties sur le lac.

L'ordinateur de bord révèle que ce ne sont pas moins de 89 permanences avec sortie sur l'eau qui ont pu avoir lieu cette année, avec l'utilisation de 244 embarcations qui ont parcouru au total une distance de 2'379 km dans l'année. On peut finalement relever que les activités nautiques déployées au cours de l'ensemble des permanences de l'année 2023 représentent environ le 10% de toutes les activités réalisées au sein du club (juniors, compétitions, loisirs, découvertes, . . .).

Une description plus détaillée des activités 2023 se trouve en annexe du rapport.

Permanence du lundi matin (texte de Marie-Claire Jan et Christian Bord)

Pendant la saison 2023, une vingtaine de sorties sur l'eau ont été possibles ; avec un nombre variable de participants (minimum 3, maximum 12).

Cet horaire convient bien aux " moins matinaux ", et est aussi adapté aux mamans avec petits enfants à l'école.





Permanence du mercredi (texte de Nathalie Tollardo)

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 pour cette raison qu'on doit s'annoncer le jour avant. En cas de mauvais météo, nous pouvons annuler la sortie par whatsApp, 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.

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 !





Sorties et randonnées loisirs

L'année 2023 a été une très belle année d'aviron loisirs avec une météo globalement favorable, particulièrement en fin de saison avec un mois d'octobre exceptionnellement ensoleillé et doux. La journée d'ouverture de la saison a eu lieu le 25 mars. Une météo défavorable nous a malheureusement contraint à remplacer la traditionnelle sortie sur l'eau par des courses sur ergomètres avec le système de simulation ErgRace. Par contre la partie plus récréative du programme a été maintenue avec le baptême de Sol'eau et de H2'eau suivi de l'apéritif et du repas.

La journée de clôture s'est quant à elle déroulée le 21 octobre, elle aussi avec des conditions météorologiques défavorables. Après avoir hésité à renoncer à toute sortie sur le lac, décision a été prise de sortir avec les 3 yolettes de mer que sont Lourd'Eau, Maryole et 4-Vagues. La majorité des rameuses et des rameurs présents ce jour-là ont découvert le plaisir de naviguer sur ce type d'embarcation en toute sécurité sur un lac quelque peu agité.

Et ce ne sont pas moins de 17 événements organisés en cours de saison qui ont permis de rassembler nos rameuses et rameurs pour des activités sportives. Que ce soient des échanges avec d'autres clubs d'aviron de suisse (Lausanne, Bienne, Morat, Le Bouveret, Nyon, Vevey, tour du lac de Zoug, descente du Rhin), ou de France (Nice), ou des manifestations organisées à l'interne de la SNN (sortie raquette, week-end de ski, sortie lever du jour, sortie claire de lune), ou que ce soient lors de compétitions populaires (Bilac, Rösticup), c'est chaque fois l'occasion de partager, d'échanger et de renforcer les liens sportifs et amicaux entre les membres de la SNN et d'autres adeptes de l'aviron. Et toujours dans la bonne humeur!

Une description plus détaillée des activités 2023 se trouve en annexe du rapport.

Ramer en rose

Le programme ramer en rose est destiné aux femmes atteintes d'un cancer du sein et il a accueilli au cours de l'année 2023 17 nouvelles rameuses. Pour ces participantes, le début du programme d'aviron est personnalisé et tient compte des désirs de chaque bénéficiaire. Il peut intervenir soit directement après le diagnostic, soit pendant les premiers traitements ou parfois après l'opération et l'éventuelle radiothérapie.

Les rameuses en rose ont la possibilité d'apprendre et de pratiquer l'aviron en participant à deux séances hebdomadaires, le mardi et le jeudi. Elles peuvent compter sur un soutien et un encadrement adapté et bienveillant de la part de rameuses et rameurs confirmés et compétents du club ce qui leur permet de pratiquer ce sport en toute sécurité tout en se maintenant en forme tant physiquement que moralement. Au fil de la saison, il est réjouissant de constater que plusieurs rameuses en rose décident de passer leur brevet bronze et adhèrent au club, ce qui leur permet de pratiquer l'aviron de manière plus autonome ou plus intensive. Depuis le début du programme, ce sont 14 femmes qui ont adhérées au club.

L'événement phare de la saison a sans nul doute été Neuch'en Rose, la course par étapes autour du lac de Neuchâtel : Yverdon–les–Bains–Cortailod–Neuchâtel–Portalban– Estavayer–le–Lac–Yverdon–les–Bains qui s'est déroulée le 10 juin. On relèvera finalement un autre événement d'importance : la découverte de l'aviron par l'équipe d'oncologie du RHNe. Les rameuses en rose ont pu montrer aux médecins et aux infirmières l'activité sportive qu'elles pratiquent pour leur plus grand bien.

Une description détaillée des activités 2023 se trouve en annexe du rapport.



Découvertes (publiques, privées et entreprises)

L'année 2023 a permis d'initier 255 personnes à l'aviron au cours des différentes séances de découverte organisées par la SNN. Ces séances de découvertes peuvent prendre différentes formes : journées publiques (13 mai et 17 juin), privées sur demande, privées pour des proches des membres du club, sur demande pour des entreprises (grand groupe) ou sous forme de Team Building. Il faut relever que ces activités ont été réalisées grâce à la disponibilité et à l'engagement d'une grande équipe : ce sont plus de 30 membres du club qui ont œuvré et mené à bien cette tâche. Citons les 4 organisatrices, Dominique Ducry, Claudine Donzallaz, Elisabeth Herzig et Françoise Bonnet Borel. Il s'agit donc d'un assez gros investissement en personnes, mais qui amène sans aucun doute un esprit d'équipe et de cohésion au sein du club. A ce gain moral important s'ajoute celui, non moins utile, de l'extension de la notoriété de notre club auprès du public. Ces deux aspects contribuent certainement à la bonne santé de notre club. En plus, le bénéfice financier n'est pas à négliger puisque cette activité a rapporté environ 8'800 CHF en 2023, soit près de 9% du budget annuel de la SNN.

Une description détaillée des activités 2023 se trouve en annexe du rapport.

Parmi les découvertes, il y a eu celle de la Commission LORO-Sport NE (photos ci-dessous).





Bilac (texte de Hans Peter Herzig)

Le samedi 16 septembre 2023 s'est déroulé la 22ème édition de la BILAC, une des plus importantes rencontres populaires de bateaux à rames. Elle a réuni 92 embarcations pour plus de 400 participants-es issus-es de toute la Suisse et d'Allemagne. La météo favorable a permis d'emprunter l'itinéraire d'origine de l'Expo.02 reliant le lac de Neuchâtel à Bienne avec un départ à St-Blaise.

En raison des travaux de transformation prévus sur la plage des Jeunes-Rives à Neuchâtel, l'organisation a déplacé cette année le départ à St-Blaise, où elle a chaleureusement été accueillie tant par le club nautique Ichtus que par la commune. Le coup de départ a été donné avec quelques minutes de retard peu après 9h.

<https://www.swissrowing.ch/de/news/bilac-2023-bei-besten-ruderbedingungen-27km-nach-biel>

Résultats des rameurs/rameuses et bateaux de la SNN :

8 ^{ème}	Donelli A., Reutemann B., Spina A., Vuitel C., Hasskarl J., Frank T., Ferreno L., Spieler S., Gallard H.	1:53:05.49
28 ^{ème}	Burgos S., Burgos N.	2:12:17.93
32 ^{ème}	Lopez de Meneses N., Ballet F., Trachsel C., Engelberts D.	2:13:22.07
36 ^{ème}	Jenzer B., Bischof S., Ducry D., Morel R., Poglia Mileti F.	2:14:59.46
54 ^{ème}	Flammer E., Klaye S., Pirwitz A., Tollardo N.	2:26:36.52
82 ^{ème}	Donzallaz C., Haag C., Stavila M., Metthez P., Wittwer D.	2:44:43.50





3.3 Juniors

Une année pleine d'activités, de succès et d'émotions. De Vevey au Lac Noir en passant par Schiffenen, la BILAC et la Rösticup. Des projets communs avec l'UN Yverdon et le RC Wohlensee; un programme chargé avec des camps d'entraînement, des randonnées, des entraînements Juniors-Masters, des Découvertes (ski-club Vue des Alpes) ; une formation en bateaux à pointe 2-, 4- et 8+ et enfin quatre nouveaux "brevets argent" en skiff, tout a été possible avec notre équipe de juniors motivés.

Non seulement les athlètes sont formés, mais le coach a également suivi quatre formations continues de J+S en 2023.





Swiss Riviera Indoors (texte de Thees Frank)

Le dimanche 5 mars a eu lieu le premier Swiss Riviera Indoors à Vevey. C'est le format qui succède aux Championnats Romands d'ergo, organisés comme toujours par le CA Vevey. Il y a quelques changements dans les courses, les nouvelles catégories sont le sprint (500m) et le relais par équipe (2000m, changement après 30sec).

Le changement principal est l'ouverture aux participants de tous les clubs suisses de la FSSA, maintenant donc vraiment un événement national.

L'événement a été très bien fréquenté, avec plus de 200 compétiteurs et compétitrices et autant de spectateurs et spectatrices, dont le président de la FSSA, Neville Tanzer, et le vice-président, Martin Singenberger.



Nous avons participé avec 3 athlètes, tous trois juniors : Olivia Contal (U17), Cécile Haag (U15, 12ans !) et Nicolas Burgos (U23).

Cécile a maîtrisé la première course à 09hde manière compacte et contrôlée. Elle a parcouru le 1000m de manière constante et souveraine en 4:39, 14ème place sur 19 ! Une performance très impressionnante, car Cécile n'a commencé l'aviron que le 09 janvier 2023. Une énorme évolution.



Les courses de la catégorie U17 ont ensuite débuté à 09h30. Cette catégorie était la plus représentée : 32 participantes, une concurrence très forte de Vevey, Vesenaz, Lausanne-Sports, RC Lausanne et Yverdon, qui avaient tous plusieurs compétitrices. Plusieurs heats ont donc été organisés. C'était au tour d'Olivia de participer à la deuxième. Affaiblie par les blessures, elle s'est lancée courageusement sur la distance de 1500 m avec un départ presque parfait. Grâce à son expérience de la compétition et à une volonté de fer, elle a franchi la ligne d'arrivée en 21e position après 6:21. Bravo, Chapeau bas !

En raison du nombre inattendu de participants et de participantes, toutes les courses suivantes ont été retardées.

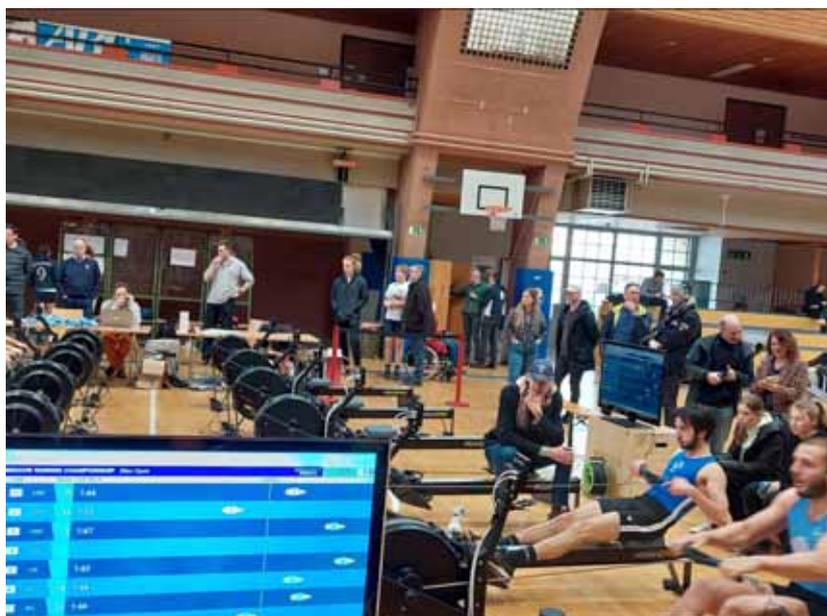
Nicolas a donc dû s'armer de patience, ce qui peut être un défi le jour de la compétition. A 11h20, le coup d'envoi des 2000m olympiques dans la catégorie la plus élevée "Men's open", c'est-à-dire les moins de 23 ans et l'élite, a été donné. Un énorme défi, car Nicolas est lui aussi un débutant. Il n'a commencé l'aviron qu'en octobre dernier. Grâce à une répartition très intelligente de la course et à son bon physique, il a pu franchir la ligne d'arrivée après 7:24. Une performance impressionnante face à une très forte concurrence des clubs de Fribourg (CAVF), Nyon et Lausanne (RCL et LSA).

Pour finir, Nicolas a voulu participer à l'épreuve de sprint. J'ai d'abord eu un peu de mal à me dire que ce n'était pas trop, il y avait à peine 2h de récupération entre les courses. Mais Nicolas était tellement motivé que l'inscription a été faite. Il fallait maintenant faire preuve de force mentale, garder sa concentration (supprimer, cela veut dire la même chose pour reprendre place sur l'ergo vers 13h. 500m de sprint, une explosion !

Départ réussi, prise de vitesse rapide, rythme de 57cpm (!), puis rythme de course à 49, il s'agissait maintenant de maintenir le rythme, 500m c'est long.

Après 1:39, c'était fait : Nicolas a remporté la médaille de bronze.

La première médaille d'un junior depuis de très nombreuses années, je crois même depuis des décennies. Et probablement la première médaille pour le SNN d'un jeune de 18 ans dans la catégorie la plus élevée d'une compétition nationale (contradiction souhaitée). Bravo, bravo et encore bravo!





Schiffenen (texte de Olivia Contal)

La régates était très bien organisée, tout s'est passé dans la bonne humeur et dans l'agréable ambiance de l'aviron, un cadre parfait pour la première régates de Sophie !

Le projet de 4x mixte avec Yverdon a aussi porté ses fruits et s'est concrétisé à travers d'une course géniale (bien que malheureusement perdue).

En somme, on a passé un super moment !



Lac Noir (texte de Kylian Ruchti)

Départ du club à 8h, avec la remorque soigneusement préparée la veille. Nous avons pris deux bateaux : « Octorame » pour la régates 4x junior mixte – Matilda (c), Cécile (s), Sophie, Roko et moi (b) – ainsi que « Eaumega » pour le double de Cécile (s) et Thees (b). Nous sommes arrivés au Lac Noir vers 9h30 et avons commencé à monter la tente et à préparer les bateaux. Il faisait beau et chaud, pas de nuage à l'horizon.

Nous, les juniors, avons été les premiers à prendre le départ, peu avant midi, aux alentours de 11h. Sans ponton au Lac Noir, nous avons dû nous mettre à l'eau, les pieds dans l'eau. Malgré un départ légèrement compliqué (nous sommes partis un peu de travers), nous avons, à notre grande surprise, remporté la première place, encore bravo.

C



Après cette victoire, nous avons bien profité de la pause de midi, bien méritée. Il faisait assez chaud (30 °C), heureusement qu'on avait la tente du club pour se mettre à l'ombre. Mais Cécile et Thees devaient déjà se préparer pour leur course en double mixte athlète et coach, dont le départ était prévu peu avant 16h. Ils ont terminé à une très honorable quatrième place, un grand bravo à eux. Ensuite, nous avons rangé la remorque et pris une pause bien méritée en attendant avec impatience la remise des prix (qui n'était pas prévue dans le programme ;-)). Retour au club vers 19h pour une nuit tout aussi méritée.

Une magnifique journée, riche en souvenirs !



3.4 Activités de formation adultes

Cours SUN

Pendant les semestres universitaires de printemps et d'automne 2023, environ 40 étudiant.e.s et/ou employé.e.s de l'Université ont participé aux cours d'aviron assurés en particulier par Elisabeth F., Smadar et Roby. Une dizaine d'entre eux a ainsi obtenu le brevet bronze, et trois ont adhéré à la SNN.





Cours d'initiation (texte de Arielle Loup)

La saison 2023 du Club d'Aviron de Neuchâtel a été marquée par un succès notable, dépassant les attentes budgétaires initiales. Alors que seulement 8 cours d'initiation étaient prévus, la forte demande a conduit à l'organisation de 2 cours supplémentaires, portant le total à 10.

39 participant-e-s ont pris part à ces cours, générant des recettes de 9'750 francs. 34 brevets ont été délivrés, témoignant du sérieux et de la réussite des participants dans l'acquisition des compétences nécessaires.

Parmi ces 34 personnes, 20 nouvelles adhésions ont été enregistrées au sein du club.

Nous remercions particulièrement les nouvelles monitrices, Nathalie Tollardo et Frédéric Clerc, pour leur engagement et dévouement.

Perfectionnement bronze (texte de Sally Zimmermann)

Après un début retardé jusqu'au mois de mai par le mauvais temps et le manque de ponton, en réparation, tous les nouveaux membres ayant obtenu leur brevet bronze dans un cours d'initiation ou un autre programme de la SNN (cours SUN, Ramer en Rose, etc.) ont pu suivre trois cours de perfectionnement bronze donnés par Sally et/ou Rachaya, secondées si besoin par certains autres membres. Plus de 40 personnes ont pu ainsi profiter de cette possibilité.

Perfectionnement en bateau fin

Un groupe d'encadrant.e.s motivé.e.s ont proposé aux membres détenteurs d'un brevet bronze un nouveau type de perfectionnement, en double (ou éventuellement 4) fin. Lorsque les conditions météorologiques ne le permettaient pas, des sorties en yolettes, voire en yole de mer ont pu avoir lieu.





Camps de perfectionnement et d'entraînement à Schiffenen

Deux camps avec environ 40 rameuses et rameurs de chacun ont eu lieu sur le lac de Schiffenen les WEs du 15-16 avril et du 19-20 août. Pour le premier, Rodolphe et Sylvie V. ont assuré le coaching dans des conditions difficiles, à cause des importantes précipitations. Le second a été dirigé par Sarah et Bea, de Row&Row.





Cours Skiff

Cette année 6 adultes ont obtenu leur brevets argent: Simone Hinze, Dominique Wittwer, François-Xavier De Rossi, Christian Trachsel, Patrick Metthez, Hélène Gallard. Bravo à nos six nouveaux brevets argent et merci à Hans Peter pour l'organisation, et au moniteurs Dominique et Roby. Gilles Léchet a aussi reçu un brevet argent (équivalence).



Cours de perfection en Skiff (et double fin)

Le 18 juin a eu lieu de cours de perfectionnement en skiff et double donné par Andrew. 15 rameuses et rameurs ont ainsi pu bénéficier des précieux conseils de l'un de nos entraîneurs.





Coaching adultes et rame en pointe

Depuis, cette Année, Francis a proposé un programme de coaching tous les mercredi soirs, qui a rencontré un franc succès. Merci Francis!



En parallèle, en particulier sous l'impulsion de Derck, mais aussi de Thees et Nicolas, la rame en pointe retrouve de ses lettres de noblesse à la SNN.





ANNEXE 1 - Sorties loisirs (rapports de Bernard Jenzer, responsable des sorties loisirs)

20.01.23 Sortie raquettes aux Savagnières :

Participants : 32

Belle participation pour cette première sortie 2023. Elle a eu lieu en raquettes le 20 janvier à la ferme des Clochettes. Les 32 « raquetteurs » se sont partagés fondue ou jambon-röstis à la métairie pleine à craquer et réservée que pour nous. Sans oublier la partie sportive, avant et après le repas, constituée d'une boucle, au total presque deux heures de marche dans une neige fraîche. Au retour nous avons même eu droit à une petite neige qui tomba pour donner une belle ambiance hivernale. Conditions rarement vues cet hiver dans le Jura ! Moments sympatiques pour une première sortie et aussi pour garder le contact hors saison d'aviron. L'ambiance y était...que veut-on de mieux!!

04-05 février 23 weekend de ski à Ovronnaz (VS):

Participants : 18.

La seconde sortie à eu lieu en Valais à Ovronnaz. Belles conditions de ski après les chutes de neige de mi-janvier. La joyeuse équipe en a profité à fond le samedi sous un soleil radieux et un beau panorama avec une mer de brouillard sur la vallée du Rhône et un soleil radieux sur les pistes et les terrasses 😊. Le deuxième jour, dimanche, fut en deux teintes. D'abord sous de belles conditions, puis à la venue de la tempête, l'après-midi fut quelque peu écourté. Chacun a pu rentrer à la maison avec plein de beaux souvenirs en tête.

07 mai : Sortie lémanique au RCL:

Nombre de participants SNN: 9

25 participants au total avec 5 bateaux mixtes RCL/SNN

Invitation du RCL pour un weekend de rame sur le Léman.

La sortie nous amenée à Villette en Lavaux et retour. Environ 21km. Belle condition le matin avant que l'instabilité du ciel s'installe à nouveau. Puis nous avons passé un sympathique moment sur la terrasse du club pour partager le pique-nique.

14 mai : Neuch-Bienne ou Bienne-Neuch :

Nombre de participants total : 30 (19 de la SNN) avec 6 bateaux

Une sortie d'environ 28km en commun avec nos amis de la SNEB.

Le parcours nous a amené de Neuchâtel à Bienne ou de Bienne à Neuchâtel, selon le choix des participants.

La moitié des équipages mixtes ont effectué le trajet Bienne-Neuchâtel, l'autre moitié le trajet Neuchâtel-Bienne. Tout le monde s'est retrouvé à Erlach pour le pique-nique. Après la pause, les équipages ont pris place dans les bateaux de l'autre club, de sorte que les bateaux de la SNEB sont retournés à Bienne et ceux de la SNN à Neuchâtel. Belle journée, un peu agitée l'après-midi sur le lac de Bienne.

27 mai : Sortie ARA Etoile Bienne :

Nombre de participants de la SNN : 3

03 juin : Tour du lac de Zoug

Nombre de participants: 15

Sympathique sortie sur le lac de Zoug par une belle journée d'été. Nous avons pu louer 3 Yolettes du Seeclub de Zoug.

Lors des 34km que fait le tour du lac, nous avons pu admirer des eaux d'un bleu magnifique dans lesquelles viennent plonger de hautes montagnes. Un paysage typique de Suisse centrale. Pour la pause de midi nous avons pu profiter du ponton du club de Immensee et de la sympathique plage à proximité.

10 juin : sortie ARA à Morat :

La participante de la SNN s'est désistée



17 juin : sortie ARA au Bouveret (CAVL)

Nombre de participants de la SNN: 3

Magnifique balade en terre valaisanne. Passage de la frontière à St-Gingolph, puis retour direction les Grangettes et repas en commun au camping.

23-25 juin : Accueil du Club de Kogge (NL)

Nombre de participants sur tout le weekend : 20 + 12 hôtes néerlandais

Une première sortie sur l'eau a eu lieu le jeudi après-midi, juste avant la tempête.

Vendredi soir un repas en commun fut organisé au club et préparé par nos membres. Raclette pour tous !

Samedi une bise tempétueuse nous a contraint de sortir avec Lourd'eau au grand plaisir de nos hôtes. 3 sorties Rock'n Roll direction St-Blaise entouré de 8 bateaux de sauvetage, hélicoptère et plongeurs pour un exercice.

Dimanche, conditions totalement différentes. Dernière sortie avec nos amis néerlandais. Magnifique journée à la Pointe du Grain.



02 juillet : sortie ARA à Nyon :

Nombre de participants de la SNN inscrits: 4.

Sortie annulée pour cause météo.

08 juillet : Sortie lever du jour :

34 personnes inscrites.



Sortie annulée pour cause de pluie non prévue (orages déjà le matin)! A défaut de ramer, les participants ont partagé un petit déjeuner royal !

15 juillet : Journée découverte loisirs ARA à Neuchâtel :

Nombre de participants ARA + SNN : 21 rameurs

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

6 bateaux et 9 clubs réunis dans une sympathique ambiance : Estavayer, Lausanne LSA et RCL, Bouveret CAVL, La Tour-de-Peilz, Nyon, Biemme, Morges et la SNN.

Seul petit bémol : problème de clé qui a nécessité de faire patienter nos hôtes, mais cela a très bien passé dans l'ambiance estivale !

22 juillet : sortie ARA à Vevey :

Nombre de participants de la SNN : 2

04 août : sortie clair de lune :

Les nuages et les températures peu estivales du début août ont engendré l'annulation de la sortie (pour la première fois depuis de nombreuses années !)

25-27 août : Weekend prolongé lac de Constance et Rhin:

Nombre de participants: 16 (4 bateaux)

Sympathique weekend prolongé sur le lac de Constance et le Rhin. Le vendredi fut consacré à amener les bateaux au point de départ et la remorque au point d'arrivée à Schaffhouse. L'après-midi toute l'équipe a pu visiter les chutes du Rhin, impressionnantes, et la jolie ville de Schaffhouse avec son Munot.

Les deux jours suivants ont été consacrés à l'aviron. Samedi Kreuzlingen – Stein am Rhein et le dimanche Stein am Rhein – Schaffhouse (~50km). A l'arrivée au RCS, le gardien des lieux et cuisinier nous a concocté un excellent repas pour sportif. Après ce moment convivial, l'histoire du club et les vins de la région n'avaient plus de secrets pour nous.

Durant le weekend nous avons vécu le passage de la canicule à un temps beaucoup plus frais, mais toujours passé entre les gouttes. Seule l'arrivée à Stein am Rhein le samedi soir fut quelque peu arrosée !

Toute la troupe a vécu une belle expérience et gardé la bonne humeur et le sourire durant ces trois jours.

16 septembre : Bilac

Nombre de participants: 27 et 6 bateaux (classement en annexe)

Un record de participation de la SNN pour cette 22^{ème} édition qui s'est courue sur le tracé originel avec départ à St-Blaise.

A ses chiffres, il faut encore ajouter les 28 bénévoles qui s'étaient inscrits pour apporter leur aide à l'organisation. Une remarquable participation de la SNN, environ 60 membres rameurs, bénévoles ou membres du comité d'organisation ont participé à la réussite de cette fête de l'aviron!

Toutes les conditions étaient réunies, météo, lac et température pour une belle journée de convivialité. Magnifique course où chaque équipage a pu se surpasser pour arriver à ses objectifs.

17-18 septembre : After Bilac avec le RCL

Nombre de participants : 9 rameurs du RCL + 6 de la SNN le dimanche et 23 personnes au total pour le repas du soir.

Dimanche, le retour de la Bilac depuis Biemme a pu avoir lieu par une belle journée d'arrière été. A cet effet trois bateaux avait été laissés à la SNEB après la Bilac. Lac plat, magnifiques paysages tout était réuni pour une belle rencontre avec nos amis lausannois du RCL. Le trajet inverse de la Bilac (Bienne- Neuch) fut agrémenté par une pause repas à la plage de la Neuveville.



Le dimanche soir nous avons partagé un repas au club, menu Thai concocté par Rachaya et ses aides. La journée de lundi fut écourtée pour cause de pluie et s'est limitée à un petit brunch au club. Nous nous sommes séparés de nos amis lausannois après un weekend prolongé riche en expériences ramistiques et culinaires, avec des participants heureux !

7 octobre : RöstiCup

Nombre de participants : 29 et 5 bateaux (classement en annexe)

Sortie de compétition festive pour tous sur la barrière de Rösti: loisirs, juniors, compétiteurs, coach, jeunes et moins jeunes. Toute la SNN était représentée !

Notre Club était présent à cette régata populaire avec 4 yolettes et un 8+ (également un record !). Les différents équipages n'avaient pas d'ambition particulière, mais l'esprit de compétition vient tout naturellement quand la course est lancée ! Trois bateaux ont fini groupé à une très honorable place et l'équipage de Jasmine a décroché une 3^{ème} place. Le 8+ la deuxième place de sa catégorie.

La météo était également de la partie, pour une fois, et permis de passer de bons moments au bord du lac de Schiffenen. La journée s'est terminée en partageant un repas de circonstance, La Rösti ☺



1-4 décembre : weekend prolongé à Nice :

Nombre de participants: 17 (15 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.

Vendredi et lundi furent consacrés à la visite de la ville et la région.

Les activités de samedi et dimanche étaient organisées par le club de Nice (CNN). Une météo splendide a régné durant tout le weekend, seul le vent violent et une mer déchainée samedi nous a empêché de ramer ce jour-là. Le dimanche fut beaucoup plus calme et nous avons pu ramer dans la Baie des Anges et la baie de Villefranche-sur-mer. Les plus courageux se sont même baigné dans la mer avant l'apéro !

Après la marche ou la sortie aviron, chacun a pu goûter à la variété de la cuisine Niçoise lors des trois repas servis au restaurant du clubhouse.

Toute la troupe a vécu une belle expérience et est revenue avec les yeux pleins d'étoiles.

Nous nous réjouissons d'accueillir nos amis niçois en septembre 2024 !

ANNEXE 2 - Ramer en rose

L'année 2023 du Ramer en Rose a été marquée par l'arrivée de beaucoup de nouvelles rameuses, des entraînements réguliers lors des sorties sur l'eau et les entraînements à terre les mardis et jeudis. Merci à Elisabeth F, Sonia, Marie-Claire, Jacqueline Ba, Kathy, Sally, Valentin pour leur soutien régulier lors des sorties sur l'eau et les entraînements à terre les mardis et jeudis.



Les rameuses peuvent apprendre et pratiquer l'aviron selon leur état physique du moment. Quand elles sont prêtes, elles font le brevet bronze et peuvent, si elles le veulent, adhérer au club. Déjà 14 personnes sortantes du programme ReR sont devenues membres de la SNN et rament selon leur niveau dans différents groupes, permanences, rameurs de l'aube, etc.



ANNEXE 3 - Découvertes (publiques, privés et entreprises)

Le compte des heureux découvreurs de l'aviron se monte en 2023 à 255 personnes

Ce chiffre se décompose ainsi :

Deux journées découvertes publiques les 13 mai et 17 juin 2023 : 63 adultes et 5 juniors.

Découvertes privées gérées par l'équipe organisatrice (individuels, groupes, familles) : 51 personnes

Découvertes privées par des membres du club: environ 70 personnes

Découvertes d'entreprises : 66 personnes, pour 4 entreprises

A ces chiffres, est-ce qu'il faut ajouter les découvertes organisées pour les juniors.

Le revenu total s'élevait au 11.10 2023 à CHF	<u>8'772.10 CHF</u> , soit
Revenu des 2 journées découvertes (frais déduits)	1'117,10 CHF
Revenu des découvertes privées	2'610,00 CHF
Revenu des découvertes d'entreprises	5'045,00 CHF

Plus de 30 membres ont contribué à la réussite de ces découvertes, dont les 4 organisatrices, Dominique Ducry, Claudine Donzallaz, Elisabeth Herzig et Françoise Bonnet Borel. Les personnes suivantes ont participé aux découvertes comme moniteurs ou monitrices ou rameur ou rameuse: Kathleen, Sally, Sylvie, Bernard, Francesca, Elisabeth F, Smadar, Caroline, Frédérique, Gaetano, Alison, Hans Peter, Stéphane, Anne-Martine, Dominique W, Marie-Claire, Regina, Jessica et Arielle, ainsi que les rameuses en rose Marianne, Marie-Christine, Gabrielle, Sonia, Stéphanie, Marie-Carmen, Dominique V., Marisa, Danielle, Françoise P. Nous remercions toutes ces personnes de leur disponibilité et de leur bonne humeur dans la conduite de ces événements, auxquels nous essayons toujours de donner un côté festif et gai.

Il s'agit donc d'un assez gros investissement en personnes, mais qui amène sans aucun doute un esprit d'équipe et de cohésion au sein du club. A ce gain moral important s'ajoute celui, non moins utile, de l'extension de la notoriété de notre club auprès du public. Ces deux aspects contribuent certainement à la bonne santé de notre club. Le bénéfice financier n'est d'ailleurs pas non plus à négliger puisque cette activité a rapporté près de 8'800 CHF, ce qui représente 9% du budget annuel du club.