

club hygiénique
de Plainpalais
section endurance-loisirs
section haltérophilie
section athlétisme
section gymnastique



www.chp-geneve.ch



bulletin N° 91
janvier 2008



G E N E V E



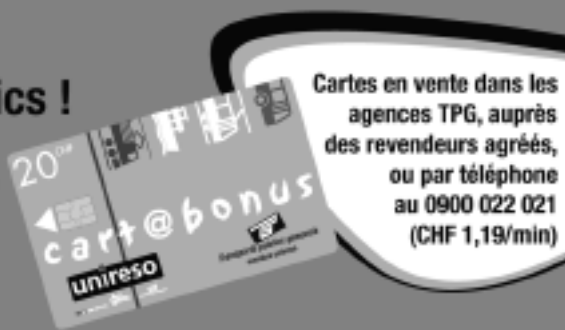
tous travaux d'électricité courant fort et faible

25, Clos-de-la-Fonderie, 1227 Carouge
Tél. 022 300 35 35 • Fax 022 300 35 34
e-mail: vernetsa@swissonline.ch

Facilitez-vous les transports publics !

Pas besoin de monnaie pour vous déplacer en tram, bus, train ou mouettes à Genève, Canton et Région.

3 CARTES DISPONIBLES:
à CHF 20.-, CHF 30.-, CHF 50.-



Cartes en vente dans les agences TPG, auprès des revendeurs agréés, ou par téléphone au 0900 022 021 (CHF 1,19/min)



Les techniques avancées de la reprographie
pour les tirages de plans des professionnels de la construction.
Tous types de photocopies
Tous travaux graphiques et PAO – impression numérique
Livraisons rapides, un coup de fil... on arrive !

20, bd des Promenades, 1227 Carouge • Tél. 022 343 49 60
Fax 022 343 49 67 • info@helio.ch

Les meilleures épreuves... contre la montre !

S P O R T MULTITHÉRAPIES

Physiothérapie

Ostéopathie

Acupuncture

Réentraînement musculaire



Cabinet de référence pour le CHP

C R E S S Y

«Plus le corps est faible, plus il commande»
«Plus le corps est fort, plus il obéit»

Jean-Jacques Rousseau

route de Loëx 99 • 1232 Confignon • tél. 022 727 10 30 • simon.pidancet@bluewin.ch



Président • Robin Rouge
Route de Loëx 41 • 1213 Onex
Tél. 022 793 02 16
robrouge@bluewin.ch

Rédaction • Bernard Pernier
Avenue du Bois-de-la-Chapelle 33
1213 Onex
Tél. 022 792 53 59 • prof. 022 379 24 47
pernier@bluewin.ch

Editeur
Club Hygiénique de Plainpalais
Case postale 254
1211 Genève 8 - Jonction

Site internet
www.chp-geneve.ch

Mise en page et impression
Atelier micro-édition du Petit-Lancy
Fondation Foyer-Handicap
blanc@foyer-handicap.ch

Parutions janvier juin octobre
Délai de réception 15 déc. 15 mai 15 sept.
Prochaine parution juin 2008

S O M M A I R E	
Le mot du Président	4
Assemblée Générale	5
Cross Interentreprises	6 • 11
Portrait • Evelyne Frauchiger	12
Section Athlétisme	13
125 ^e • La Course des Ponts	14 • 15
Du côté des sponsors	15
Le Fort-de-l'Ecluse	16
Chez Ronald et Sylviane	17
Autour du Salève	18 • 19
Salle de musculation	20
Salle de gymn	21
Résultats	22

JANVIER 2008 ...le mot du Président

Chers membres et amis du CHP,
Quelle année riche en travail et évènements!

Entre les organisations des traditionnelles manifestations (30 km du Mandement et Interentreprises) et la préparation du 125^e anniversaire du CHP, cette année a été l'occasion de repenser l'organisation de la section athlétisme et de la section musculation et de leurs liens respectifs avec le Comité.

J'ai envie de remercier ces partenaires de haut vol que sont Jean-Jacques Kohli, Sébastien Saugy et Nicolas Terrond pour l'athlétisme; Louis Antognazza et Philippe Hussy pour la musculation et Jean Perone pour Endurance Loisirs.

Je suis particulièrement enchanté que José Dos Santos nous rejoigne en tant que coach de la section athlétisme. Son expérience et son désir de la partager nous seront à coup sûr très bénéfiques.

Un travail très important a déjà été entrepris autour de la mise sur pied de la Course des Ponts du 13 avril 2008, concrétisé par plusieurs séances avec les différents partenaires (police, TPG, ASM, voirie) sous l'égide du service des Sports avec Messieurs Philippe Voirol et Gilbert Isler). Des reconnaissances du parcours tournant parfois au casse-tête

- en fonction des travaux réalisés sur les berges du Rhône et de nombreux comités.

- Je vous encourage vivement à vous annoncer comme responsable de secteur, ou comme commissaire. Nous aurons besoin de toutes les forces disponibles ce jour-là.

- Lors de l'Assemblée Générale 2008, il sera aussi question de faire le bilan de cette course et de la mettre en perspective avec la reprise ou non du Cross National et la mise sur pied d'un meeting d'athlétisme pour les jeunes.

- Un grand bravo à tous les athlètes ayant bravé les éléments pour participer à la 30^e course de l'Escalade et une salve d'applaudissements pour les jubilaires du CHP: Dominique, Jacky, Armand, Roberto et Jimmy!

- Je terminerai avec des remerciements pour les membres du Comité qui se sont dépensés sans compter. Alors un grand merci à Bernard, Eric, Claude, François, Lucien, Jean et Jean-Claude, sans oublier nos dames Pernier, Danièle et Sandrine pour leurs PV!

- Je vous souhaite une excellente année 2008, aussi fringante que l'est notre «vieux» Club, du haut de ses 125 ans!

Robin Rouge



**Prochaine
Assemblée Générale**

**Exceptionnellement,
l'AG 2008 aura lieu
jeudi 8 mai 2008
à 18h15
à la Brasserie de Tivoli**

Afin de pouvoir faire le bilan de la Course des Ponts du 13 avril 2008, la convocation et l'ordre du jour suivront par courrier séparé.



Dans ses œuvres ... l'incontournable Jean-Claude !



Cross Interentreprises

Nous avons de la chance! A part une bise inattendue, le temps a été agréable. C'est vrai qu'il ne faisait pas chaud et que cela n'a pas trop retenu de gens à la buvette. La participation a été bonne. 102 équipes ont franchi la ligne d'arrivée; 9 équipes femmes, 32 équipes mixtes et 61 équipes hommes. Le Comité d'organisation est satisfait du déroulement de cette journée.

Merci à tous les commissaires (particulièrement à Jacky, grand patron de la buvette) qui sont venus fidèlement mettre la main à la pâte. Grâce à eux, la réputation de cette épreuve est maintenue à un niveau de qualité élevé.

Le Comité a toujours comme soucis pour l'avenir de cette course, de trouver un sponsor pour remplacer

- Dupont. Alors avis à tous, si vous avez
- connaissance d'un sponsor qui s'engagerai à nos cotés, appelez-nous (au
- No du Président) jour et nuit et sept
- jours sur sept !

Le Comité vous remercie encore très chaleureusement et attend votre soutien pour la prochaine édition.

B. Pernier







PORTRAIT Evelyne Frauchiger

Nous vous présentons les résultats d'Evelyne Frauchiger, compétitrice hors paire, que nous avons parfois un peu oublié dans nos lignes.

Nous restons admiratifs devant une si belle série de résultats. Voilà un exemple à suivre, et nous nous mettons à espérer que ce sera un exemple pour les jeunes.



Date	course	distance	denivelé	temps	rang	catégorie
17.03.01	Kerzers	15 km	100 m	1 h 16'35"	1 ^{re}	W 65
01.04.07	Semi de Berlin	21,1 km		1 h 46'54"	1 ^{re}	W 65
21.04.07	Aubonne Signal-de-Bougy	12 km	290 m	1 h 14'	15 ^e	dès 1971
28.04.07	20 km de Lausanne	20 km		1 h 41'29"	1 ^{re}	W 65
06.05.07	Marathon de Genève	42.195 km		3 h 54'29"	1 ^{re}	W 65
26.05.07	Belfaux	13 km		1 h 8'15"	4 ^e	W 50
10.06.07	Frauenlauf Berne	13 km		50'10"	1 ^{re}	W 65
07.07.07	Marathon de Zermatt en relais (Paul St-Niklaus-Zermatt, Evelyne Zermatt-Ryffelberg)	21 km		2 h 16'42"		
26.08.07	Semi des Alpagnes	22 km	900m+1025m	3 h 12'18"	18 ^e	F dès 1967
13.10.07	Interentreprises (mixte)	6 km		33'15"	15 ^e	mixte
14.10.07	Run EvasionRhône RER	22 km		2 h 7'23"	10 ^e	F dès 1967
27.10.07	Burgdorf	15.2 km		1 h 19'40"	1 ^{re}	W 65
01.12.07	Escalade (course du Duc)	18,7 km		1 h 32'26"	1 ^{re}	W 60

Section athlétisme

Cela faisait longtemps que le Comité avait envie de se rapprocher des jeunes de cette section et de leurs parents.

En effet, il nous semble essentiel, pour cultiver une bonne cohésion entre les différentes sections et leurs membres, de partager des moments sportifs, administratifs (AG) ou plus conviviaux.

Nous avons donc organisé une soirée le **lundi 17 décembre 2007**, au Centre Sportif des Evaux.

Plusieurs membres du Comité étaient présents: Bernard, Eric, Claude, Jean, François et Robin. Du côté des entraîneurs; Jean-Jacques, Sébastien et Nicolas, ainsi qu'une dizaine de jeunes qui s'étaient déplacés avec leurs parents. En tout 33 personnes!

➤➤➤ Après une présentation des membres du Comité, des jeunes et des entraîneurs, nous avons replacé dans la discussion l'importance que revêt cette section, ne serait-ce que pour l'avenir du Club, et tout le soutien dont elle bénéficie de la part du Comité.

➤➤➤ Cela a été aussi l'occasion d'honorer **Jean-Jacques Kohli** pour la fin de son mandat d'entraîneur officiel (puisque de toute façon il continuera à hanter les stades «officieusement» avec ses encouragements et ses coups de gueule!). Quelques petits cadeaux et des remerciements

- chaleureux aussi à Josette qui a courageusement soutenu son mari pendant toutes ces années!
- ➤➤➤ Intronisation de **José Dos Santos**, nouvelle «ancienne recrue» dans un nouveau poste, celui de coach J+S. En effet, il est obligatoire actuellement d'avoir un coach dans le Club, pour bénéficier des prestations (financières et autres) de Jeunesse et Sport.
- José fera donc le lien, d'une part entre le CHP et J+S, et d'autre part entre le terrain et le Comité. Il sera en contact étroit avec les entraîneurs et les athlètes et participera aux séances du Comité.

● Son expérience dans ce rôle, en ski de fond, entre autres, nous sera vraiment utile.

- ➤➤➤ Informations sur le 125^e anniversaire du Club, avec la prise en charge par les jeunes, du stand de ravitaillement de la Course des Ponts (les parents seront les bienvenus aussi!)
- ➤➤➤ Proposition du Comité de prendre à sa charge la moitié des frais des licences.

- ➤➤➤ Réflexion sur la possibilité d'organiser un meeting pour les jeunes.
- ➤➤➤ Présentation et essai de nouveaux trainings.

● La séance s'est terminée autour d'une petite collation et des discussions informelles.

● Encore un grand merci à tous pour le succès de cette soirée.

● **Robin**

SUPPLIQUE AUX BONNES VOLONTÉS

Nous devons être près d'une centaine pour réussir cette manifestation!

Le projet d'une course spéciale pour célébrer notre 125^e anniversaire a pris corps! Nous avons maintenant besoin de votre aide pour aller de l'avant. Comme pour l'organisation de l'étape du Tour du Canton en juin 2002, qui nous a servi de modèle, nous avons opté pour une organisation par secteur. Un responsable de secteur gèrera une portion déterminée du parcours. Les cahiers des charges de chacun des secteurs sont présentés sur notre site web à l'adresse suivante:

<http://www.chp-geneve.ch/run-125em/course-des-ponts-organisation.html>

- Nous avons un énorme besoin de personnel et nous faisons appel à votre soutien. Il nous faut, pour réaliser correctement notre projet, près de 85 personnes réparties de la manière suivante:
- >>> **Secteur 1**
 - Nombre de commissaires 12 (région quais des Vernets et Ansermet)
- >>> **Secteur 2**
 - Nombre de commissaires 12 (région Bois de la Bâtie)
- >>> **Secteur 3**
 - Nombre de commissaires 10 (région de St-Jean)
- >>> **Secteur 4**
 - Nombre de commissaires 9 (région quai du Seujet, Pont-de-l'Île)
- >>> **Secteur 5**
 - Nombre de commissaires 9 (région l'Île BFM, quai du Rhône)
- >>> **Secteur 6**
 - Nombre de commissaires 7 (région Jonction)

>>> Secteur 7

Nombre de commissaires 4 (région quai des Bromes (début des Vernets))

>>> **Dossards** (centre du vélodrome) 5 personnes, inscriptions 4, prix souvenirs 5

>>> **Aire de départ** et d'arrivée 6 commissaires (esplanade près du SDS au bord de l'Arve)

>>> **Une buvette** est prévue dans le hall d'entrée du vélodrome, les besoins en personnel doivent encore être définis.

- Vous pouvez contacter Robin Rouge
- tél. **022 792 02 16**
- ou
- robrouge@bluewin.ch
- d'avance merci venez nombreux, n'hésitez pas à débaucher vos amis!

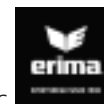
B. Pernier



Le prix souvenir une magnifique trousse de toilette.

DU CÔTÉ DES SPONSORS

Première collaboration



avec commande de plusieurs trainings pour les jeunes de l'athlétisme. Une soirée de présentation de la marque, en présence de son représentant Tony Russiniello est prévue

**mardi 29 janvier
entre 18 h et 20 h**

au Centre sportif des Evaux, salle du sous-sol.

Sur place, vous pourrez essayer et commander les nouveaux équipements. Comme l'an passé, votre participation financière ne sera que **de 50%**. **Univers Sports** et le CHP se partageant l'autre moitié.

Profitez-en!
En plus, le Comité a décidé d'offrir à chaque athlète le singlet aux couleurs du Club (modèles H + F).

Robin



Fort-de-l'Écluse

Cette année notre section Endurance Loisirs innove et grâce à qui?... Je vous laisse deviner. Sous le soleil de ce 19 août, dix d'entre nous décident d'opter pour l'adrénaline plus que pour les endorphines, eh oui à chacun son doping ! Nous décidons donc de gravir la via ferrata du Fort de l'Écluse, sous la direction de notre guide Jean Perone et de sa fidèle équipière Jeannette. Ursula, Sabine, André, Vincent, Xavier, Aurélie, Gérard et Odile étaient tous bien décidés à arriver au sommet. Après quelques

informations d'usage, nous voilà partis à la file indienne, armés de nos casques, baudriers et mousquetons. Toutes les générations sont représentées. Bien sûr, la souplesse de Sabine, notre jeune championne gymnaste, n'a pas d'égal. Après avoir franchi quelques passages un peu athlétiques, et sans oublier de s'arrêter sur les petits replats pour regarder la vue magnifique sur la vallée, nous parvenons au sommet. Les applaudissements des participants marcheurs nous accueillent et nous sommes heureux de partager tous ensemble un pique-nique réconfortant. Après quoi nous redescendons par le sentier jusqu'à la cafétéria où nous prenons une dernière boisson avant de nous séparer.

Merci à Jean et Jeannette pour cette heureuse initiative et à refaire! **Odile**



SITUATION au 13 décembre 2007

DÉMISSIONS

Sandro Mazzeo (Athl.)
Clara Kutesa (Athl.)
Emilie Stucky (Athl.) provisoirement
Jean-Claude Broccard (Gym SIG)
Roland Denereaz (Gym SIG)
Rodolphe Schmid (Gym SIG)
Walter Schmid (Gym SIG)
Christophe Bartolini (End.)
Antoinette Pechère (End.)
Laurent Stark (Muscul.)

NOUVEAUX

Karim Abbaje (Muscul.)
Delphine Moulet (Muscul.)
Christian Sudan (Muscul.)
Pascal Bulliard (Muscul.)
Thomas Decaillet (Athl.)

sortie du 26 août

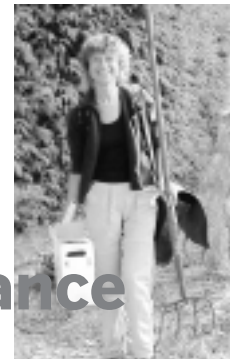
chez RONALD et SYLVIANE

Après le rafting sur l'Arve et «Arbres Aventure», Ronald et Sylviane nous reçoivent chez eux, depuis quelques années, pour un buffet canadien. Mais au préalable, il faut accomplir un parcours bucolique d'une douzaine de kilomètres à travers bois et vignes, dans la région de Saconnex-

d'Arve, avec retour obligatoire par le marais de la Bistouquette. Parcours agréable avec beaucoup de variantes possible.

Bonne participation, et bien sûr comme d'habitude, l'ambiance était au rendez-vous.

Merci Ronald, tu fais partie de la section gym, mais une fois encore tu prouves qu'il est possible à tous de participer et d'organiser une de nos sorties. **Jean**



Endurance Loisirs

Claudia Nicolas prend un peu de recul par rapport au secrétariat d'Endurance Loisirs. On se souvient que Claudia est une des instigatrices de la création de cette section aux idées nouvelles, sportives et conviviales.

Animatrice de nombreuses sorties mémorables, nous souhaitons qu'elle reste malgré tout très proche d'Endurance Loisirs.

Le comité la remercie chaleureusement pour son engagement et pour avoir animé avec tant de flamme cette section. **Jean Perone**

AUTOUR DU SALÈVE

tradition oblige

Voilà une tradition soigneusement respectée: la «promenade» autour du Salève pour les plus pugnaces (et entraînés!) des CHpistes. Il est vrai que ladite sortie s'est un peu rétrécie, avec le temps. Le tour entier de notre montagne (départ et arrivée à la douane de Veyrier) s'est réduit à un demi-tour, d'ailleurs largement mesuré. Du lac des Dronières à la frontière suisse, cela fait quand même une bonne trotte, pas exempte de «bosses» nullement inoffensives, et de chemins tantôt gelés tantôt boueux.

L'édition 07 est celle du gel. Si la route jusqu'à Saint-Blaise est parfaitement dégagée des obstacles dus à la météo, elle reste tout de même suffisamment pentue pour creuser les écarts dans le peloton d'une vingtaine de bipèdes ayant répondu à l'appel de Jeannette et Jean, organisateurs parfaits. Il est à noter que les voitures suiveuses se font, au fil des ans, de plus en plus nombreuses: les conjoints, les amis fidèles, les amis provisoirement (on l'espère pour eux) sur la touche forment une véritable petite caravane (sans la pub, il va de soi!). Pour les coureurs, il s'agit d'un encouragement non négligeable; sans compter l'assurance d'avoir son ravito préféré (et les chocolats de Marie-Thérèse!) à chaque halte.

Après Saint-Blaise, c'est (presque) le Grand Nord: sur le chemin passablement ondulé, les plaques de glaces, parfois traîtreusement cachées sous une couche de feuilles mortes, sont nombreuses. Mais aucune ne réussira (cette fois) à faire chuter nos chevrons coureurs: ils parviennent tous sains et saufs au Pomier (avec un seul *m*, d'après la carte!). Depuis ici, un chemin parfait, serpentant entre des arbres majestueux, descend vers Jussy (le Savoyard): c'est sans doute la partie la plus pittoresque du parcours. Ensuite la route bien vallonnée jusqu'à Beaumont. Peloton légèrement éclairci, mais moral général au beau fixe.

On retrouve les chemins, toujours aussi verglacés. Il faut faire preuve d'une grande attention: une chute ici pourrait ne pas être sans conséquences. L'expérience et l'élasticité des jarrets bien entraînés nous préservent de tout inconvénient. Virages et grimpettes (pas du tout facile,

cette portion), se succèdent sur la route menant au Coin, dernier ravito. La plupart des coureurs choisissent de conclure la sortie par la traversée des bois (hélas pour Jacinto!) et des carrières. Odile et Claude, plus prudemment, terminent par la route: ils seront d'ailleurs les premiers arrivés à la douane de Veyrier. Le gros du peloton achève son parcours après moins de 3 heures de course (arrêts déduits, bien sûr).

Encore un beau dimanche sportif se termine ainsi, les pieds sous la table, au centre sportif du Grand-Donzel. Un nombre imposant de parents, amis et copains ont rejoint les coureurs au restaurant. Ce fut une vraie fête. Dont il est nécessaire de remercier chaleureusement les organisateurs, ainsi que les patients accompagnateurs. Et à l'année prochaine!

Roberto



SALLE DE MUSCULATION:

n. fem, lieu dans lequel on développe ses muscles rarement au féminin.

Cet été, avec accord présidentiel et dans le but de me remettre en forme pour l'acrobatie, j'ai investi la salle de musculation. Sous l'œil vigilant de mon coach préféré, j'ai donc débarqué début juillet pour créer un petit séisme à la salle de Muscu.

Robby aime l'humour, et moi aussi... on s'est donc bien préparés les zygomatiques pour mon premier entraînement! Il faut dire que des femmes, à la salle de musculation ce n'est quand même pas fréquent!

Mon coach me l'a rappelé, un entraînement c'est un échauffement, des exercices et un retour au calme. Ma présence a développé un cycle parallèle. Les politesses d'usage, un long débat sur la couleur de ma culotte et finalement un retour sur les traditionnelles blagues graveleuses! Bref j'aime autant vous dire

- que la musculation cet été ça a été chaud et rigolo!
- Pour couronner le tout, en fin d'année, j'ai participé au repas de la section. Les horaires de la salle étant assez vastes, je ne connaissais qu'une petite partie de l'équipe... Ne sachant pas où se trouvait le restaurant, je me suis rendue directement à la salle. Il y avait forcément quelques bonnes âmes qui seraient passées faire deux, trois exercices, pour se donner bonne conscience.

● Nous sommes donc partis tous ensemble et très en retard pour le restaurant, où le reste de l'équipe nous attendait déjà.

● Mon arrivée a semé le trouble... Les conversations ont stoppé net. Des remarques du genre «mais y a une fille» ont été chuchotées. Pas fâchée de l'effet produit, je me suis présentée... Je suis tout de même la secrétaire du Comité! Rapidement, l'humour CHPiste à repris le dessus et nous avons passé une excellente soirée! Gorgy à pousser la chansonnette et raconté des histoires de son temps. Chacun à contribué à enrichir le répertoire de gags des autres, tout ce qu'il fallait pour bien finir l'année.

● Mon été à la salle de Muscu et ce repas m'ont appris une chose. Quelle que soit la section dans laquelle on se trouve, nous partageons tous le même esprit et le même humour!

● Bonne année à tous!

Sandrine Pernier



Le quartier n'est plus ce qu'il était. C'est vrai, notre ami Claude Meylan s'est fait voler un vélo de prix devant les vestiaires de la salle de gym. Depuis, méfiant, il le rentre et le suspend au plafond et contemple ensuite son dérailleur par-dessous, pendant que ses autres collègues suivent avec zèle le cours de gym.



PS. Quoi que si la rédaction avait mis les photos dans l'ordre chronologique... Il se pourrait bien que ce soit l'œuvre d'un farceur!

RÉSULTATS

Onex	Hediger	Carole	poussine	6'02"	48 ^e
	Reverdin	Coralie	court F	22'13"	14 ^e
	Berger	Isabelle	V2	48'19"	3 ^e
	Vasey	Mathieu	écolier A	7'41"	7 ^e
	Hediger	Vincent	»	9'27"	29 ^e
	Reymond	Maric	cadet B	16'45"	4 ^e
	Snoussi	Nasserline	»	17'29"	5 ^e
	Saugy	Sébastien	court H	14'39"	1 ^{er}
	Ornon	Grégory	homme	46'57"	49 ^e
	Rouge	Robin	V1	44'38"	14 ^e
	Frauenfelder	Uli	V2	54'59"	37 ^e
	Cusin	Jean-François	V2	56'26"	42 ^e

Escalade	Vasey	Mathieu	écolier A	8'42"	25 ^e
	Reymond	Maric	cadet B	17'58"	21 ^e
	Snoussi	Nasserline	»	18'46"	39 ^e
	Calderon	Solal	»	19'04"	46 ^e
	Saugy	Sébastien	H 1	24'36"	9 ^e
	Riotton	Gilles	H 3	26'07"	14 ^e
	Zehfus	Dominique	H 4	27'00"	13 ^e
	Brocard	Ronald	H5	39'45"	130 ^e
	De Munari	Roberto	H6	40'55"	16 ^e
	Blondin	Françoise	F5	24'04"	4 ^e
	Cuche	Thérèse	F5	24'59"	8 ^e

Les Ducs	Rossier	Nathalie	F1	1h25'58"	11 ^e / 83
	Berger	Isabelle	F3	1h20'28"	17 ^e / 30
	Probst	Fabienne	F4	1h40'55"	35 ^e / 678
	Cuenat	Odile	F4	1h43'57"	63 ^e
	Blanc	Christophe	H1	1h30'43"	199 ^e / 1906
	Rouge	Robin	H3	1h15'29"	130 ^e / 343
	Cruz	Vincent	H4	1h19'57"	61 ^e / 3194
	Probst	Olivier	H4	1h31'43"	257 ^e
	Blanc	Jean-Claude	H4	1h43'57"	490 ^e
	Droz	Jimmy	H5	1h37'33"	71 ^e / 2668
	Blondin	Armand	H5	1h29'09"	20 ^e / 1707
	Lenoir	Jean	H5	1h23'55"	6 ^e
	Simonin	Jean-Pierre	H5	1h29'29"	23 ^e

Marmite	Vallette	Jacquy	33'33"
----------------	----------	--------	--------

Jubilaires Zehfus Dominique, Droz Jimmy, Blondin Armand, Vallette Jacky, De Munari Roberto.

RÉSULTATS DES RUSSES

Martigny	Beliakova 2 ^e F	Kireeva 5 ^e F	Sekletov 7 ^e H
	Kireeva 7 ^e F	Beliakova 9 ^e F	Sekletov 9 ^e H
Bulle	Kireeva 5 ^e F		Sekletov 8 ^e H
Bâle	Kireeva 2 ^e F		Sekletov 3 ^e H
Bienne	Beliakova 3 ^e F	Kireeva 5 ^e F	Sekletov 13 ^e H

Vous l'aimez. Nous l'assurons
 Votre partenaire pour toutes les questions d'assurance

AXA Winterthur, Agence principale de Bernex et environs
 Laurent Velin
 Chemin de la Distillerie 2, 1233 Bernex
 Téléphone +41 22 727 04 00
 Fax +41 22 727 04 09
 laurent.velin@axa-winterthur.ch



Art Vidéo SA

TV • HI-FI • VIDEO • ÉLECTROMÉNAGER
 SERVICE APRÈS-VENTE TOUTES MARQUES
 61, bd du Pont-d'Arve • 1205 Genève
 Tél. 022 320 19 12 • Fax 022 320 19 34

Restez à l'écoute de votre cœur!

Centre de réparation
POLAR[®]
 heart rate monitors

médilec s.a.

Rue des Pitons 2 • 1205 Genève • Tél. 022 329 60 77 • Fax 022 329 62 73 •



Nouveau:
 distance et vitesse
 intégrées

SERIE S

www.polar-ch.ch

CHIESA & FILS
 MENUISERIE ET CHARPENTE

chemin des Grands-Champs 12 Tél. + fax 022 794 81 51
 1212 Grand-Lancy Natel 079 417 05 51

Retour:
CHP
Case postale 254
1211 Genève 8 - Jonction

P. P.
1211 Genève 2

Semelles personnalisées: confort, stabilité, amorti



LAESER & LENOIR
techniciens orthopédistes

Boulevard de la Cluse 35 • 1205 Genève
Tél. 022 329 69 29 • Fax 022 781 60 46 • laeser.lenoir@bluewin.ch



Le sport c'est

**UNIVERS
SPORTS**

Le choix • Le conseil • Le service

P 52, rue de la Servette • 1202 Genève
Tél. 022 733 33 58

www.univers-sports.ch