

Ruchti
Stephane

Vannina 625 61 75
Bay-Hi 622 87 00

10: Alan
Dand
Dard
Steph
Beune
Yvan
Alain
Gino
Benet

◇ Message officiel

Jusqu'à aujourd'hui, notre team fonctionnait un peu en marge des différents sports que nous pratiquons.

Dès 1998, nous souhaiterions l'officialiser. Cette démarche permettra aux membres du team d'acquérir certains avantages tout en conservant l'état d'esprit de l'équipe actuelle.

La première étape consiste à choisir un nom pour ce team. Nous profitons donc de cette brochure pour lancer un concours d'idées. Chacun peut ou plutôt doit élaborer 3 propositions. Le nom définitif sera défini en commun lors d'une réunion des personnes intéressées le vendredi **3 octobre 1997** à **la Café du Grutli**.

Cette réunion tiendra également lieu d'**assemblée constituante** et une proposition de statuts sera présentée. Il est donc important que les personnes décidées à participer activement à la création de ce team soient présentes.

D'ici là, trouvez des idées pour le nom car actuellement seul Mac o' a des idées...

◇ Dernières dépêches

Voici les courses de fin de saison comptant pour l'UCHI.

Street :	20 sept. Meyrin (A)	21 sept. Genève (A)
Vtt :	20 sept. La Sarraz	9 nov. Durch den Wald
Tri :	14 sept. Lausanne	
Run :	5 oct. Morat-Fribourg	19 oct. Marathon de Lausanne
	15 nov. Corrida Bulloise	22 nov. Vieille Ville de Vevey
	6 dec. L'Escalade	13 dec. Sion

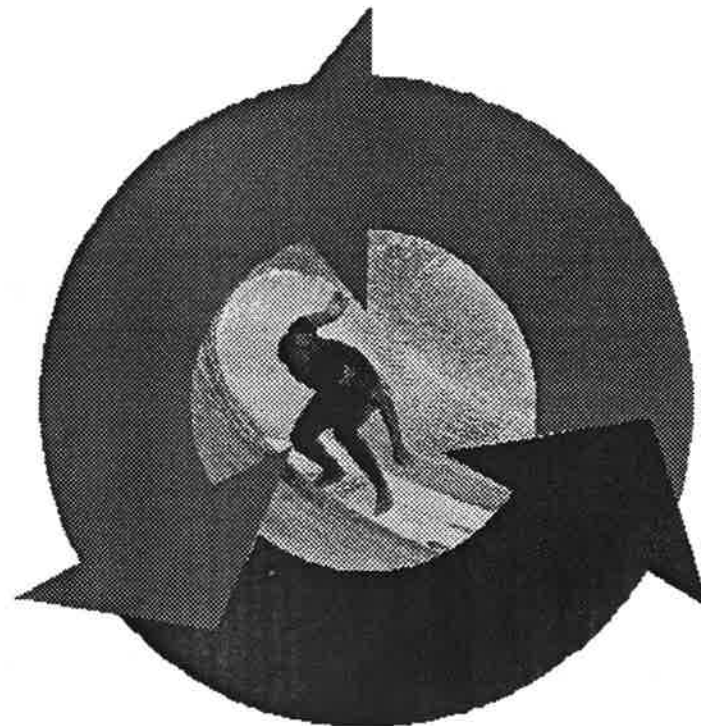
Pour les connaisseurs vous avez pu découvrir la date de la dernière Durch den Wald. Sniff !!

Je vous donne à tous rendez-vous le dimanche 9 novembre 1997 pour cette jolie balade le long de la Venoge, à 11 heure comme d'habitude.

INFOS

Responsable VTT:	Yvan Blanchard	(617'00'47)
Responsable tri-duathlon:	Michel Marguerat	(617'97'35)
Responsable route:	Olivier Briner	(634'32'31)
Responsable course à pied:	Stéphane Ruchti	(691'77'85)

Re-Cycling News[©]



◇ Le billet du futur Président

Voici bientôt une année que le team Hood CIAL a pris naissance.

Il était donc temps d'exposer quelques images et résultats. A cet effet, nous inaugurons cette petite brochure bricolée par nos soins. Cette brochure, qui devrait paraître à la fin des mois d'août, décembre et avril, vous renseignera sur les entraînements, les résultats, les rendez-vous, les messages divers et bien sûr n'oublions pas la case «amitié et mariage».

Voilà, je vous invite à parcourir ce petit livre où vous trouverez en son cœur le poster géant du classement *UCHI* ainsi qu'un texte extrait du bulletin d'information du CARE Vevey, écrit par le coureur de la Riviera: Patrick Vetsch. Ce texte résume parfaitement le TDFO 97.

Vos articles seront intégrés dans ce journal si : - l'article est bon
- il y a de la place

Rédacteur en chef: **Bernard Chidiac**
Rte de Chavannes 135
1007 Lausanne
Tél. 625'39'78



Hood Cycles

Le fournisseur officiel du Team Hood CIAL 1997

Banque CIAL

Le financier officiel du Team Hood CIAL 1997

◇ Giron de la Côte 1997

L'équipe amateurs renforcée de quelques cyclos s'est présentée à ce giron afin de s'aguerrir avant les importantes et nouvelles échéances que furent les courses cyclistes amateurs.

Le giron se compose de 4 manches au mois de mars allant de 50 à 80 km, le tout à une vitesse moyenne de 40 km/h et d'une cinquième manche au mois de juin sous la forme d'un contre-la-montre en côte.

Pour nos coureurs se fut l'occasion de se familiariser avec un peloton, avec ses frottements, ses coups de gueule, le plaisir de rouler dans l'aspiration d'un peloton et bien sûr sur ses chutes. N'oublions pas les indispensables tactiques du Maître chasseur Mac O'Briner !

Dans son ensemble nous avons délégué une vingtaine de coureurs et nous avons pu apprécier le travail de l'équipe dans le peloton. Même si il fut très dur de placer nos coureurs dans le final, Bernard Chidiac, au fil des manches, fit sa place aux avant-postes et se profila déjà comme le leader de l'équipe.



Les coureurs du team ayant participé au giron de la Côte 1997

◇ Tour de France Oriental 1997 par Patrick Vetsch

Course cycliste par étapes à travers la Suisse Romande durant le week-end de l'Ascension. Cette course organisée par Stéphane Ruchti et son équipe, se court sur le système du Tour de France. 6 équipes de 7 à 8 coureurs sont au départ. Une équipe du Triathlon Club Riviera, sous la direction de l'illustre Marco Gottraux, composée des coureurs Patrick Annen, Samuel Berger, Olivier Chapuisat, Gilles Dumas, Daniel Ghiotto, Alain Gisi, Pierre-Alain Theytaz, Iris Jordan et moi-même, est également présente.

Mercredi soir: La course commence comme il se doit par un prologue de 12 km. Le trajet: Cheseaux, Sullens, Bettens, Bioley-Orjulaz, Boussens. Le départ est donné individuellement à chaque coureur toutes les minutes. L'effort violent qu'exerce l'exercice du prologue demande un très bon échauffement. Il faut partir vite, continuer très vite et finir à bloc. Heureusement la météo est avec nous, la pluie attendant poliment la fin de notre exercice. Il n'en sera pas de même par la suite. Le surprenant Olivier nous offre un splendide **maillot jaune** avec la victoire de ce prologue. L'équipe aura du travail pour le défendre.

Jeudi 13.00 h: Départ d'Ecublens pour la 1^{ère} étape de 112 km en passant par Lavigny, Montricher (salut Raymond), Mont-la-Ville, Orbe, La Sarraz, Bussigny. Olivier avec la maillot jaune, nous oblige à contrôler la course. Les sprints de bonification pour le maillot vert, et les GPM pour le maillot à pois du meilleur grimpeur sont des endroits propices aux échappées. L'étape neutralisée jusqu'à Lavigny permet de se mettre en jambe en attendant la tempête. Toutes les bosses sont attaquées à fond, le tri se fait par l'arrière. L'étape se termine par une petite échappée d'une dizaine de coureurs. Olivier est en forme, il garde son maillot en donnant une bonne impression. La montagne arrive.

Vendredi 09.30 h: Le col du Marchairuz avec une arrivée prévue au Pont est au programme (87 km). La météo marque de son empreinte cette étape. La pluie se met à tomber après quelques kilomètres et, le plus dur reste à venir. Pas loin du sommet du Marchairuz, une tempête s'abat sur le peloton. Il fait de plus en plus froid. La neige commence à tenir sur la route. La montée doit se faire assis sur la selle, pas facile de rouler avec un vélo de course sur la neige. A qui cela est-il déjà arrivé? Le plus difficile, la descente... Le peloton est éparpillé entre le Marchairuz et le Pont. Tous les restaurants ont accueillis gentiment les rescapés. Le maillot jaune est malheureusement perdu pour 14 misérables secondes. Le nouveau maillot jaune étant un super grimpeur, Olivier a préféré le laisser partir dans la montée et rester avec 3 coéquipiers pour finir les 20 derniers kilomètres prévus. Tactique correcte, mais vu les conditions météo, la course fut neutralisée au col.

Le contre-la-montre de l'après-midi a dû être annulé.

Samedi 09.30 h: La grande étape de montagne. Col des Mosses, Saanenmöser, Jaun. Et dire que le Col de la Croix était aussi prévu. Lors de la neutralisation jusqu'à Villeneuve, l'organisation a pris la sage décision d'arrêter la course au Col des Mosses, avec l'arrivée de nouveaux nuages menaçants. Le transfert à Jaun, lieu prévu pour l'hébergement se fait à vélo dans la bonne humeur et le plaisir de rouler

en peloton à une vitesse plus propice à la discussion.

Dimanche 09.30 h: Après une bonne nuit de sommeil, la dernière étape se profile déjà. 151 km, en passant par Fribourg, Morat, Yverdon, Bussigny. Une étape très nerveuse. L'écart entre les trois premiers n'est que de 14 secondes. Finalement le classement ne subit plus de modification.

Un grand merci à l'organisation et l'équipe de cuisine pour leur fantastique travail. Mais aussi à nos supporters qui sont venus nous encourager. Merci à notre directeur sportif, Marco Gottraux. Nous ne lui ramenons malheureusement pas le maillot jaune pour seulement 14 secondes, mais nous avons gagné le classement par équipe qui récompense l'homogénéité de l'équipe et le travail de chacun en tout moment, même difficile. Bravo à tous, et j'espère que l'on va rééditer cette expérience l'année prochaine.



Le peloton du TDFO 97

François Sports

MORGES

L'équipementier officiel du team 1997

◇ Classement UCHI au 31.7.1997

TRI CUP				RUN CUP			
1	322	A	Follack Christian	1	245	C	Rossier Alain
2	163	A	Bénet Alain	2	232	C	Rossier Daniel
3	150	A	Randin Olivier	3	223	C	Baour David
4	142	A	D'Agostino Gino	4	183	A	Ruchti Stéphane
5	141	A	Webb Christian	5	180	C	Bulliard Philippe
6	127	A	Ruchti Stéphane	6	121	A	Chidiac Bernard
7	121	A	Béran Antoine	7	115	A	Gottraux Marco
8	77	A	Chidiac Bernard	8	101	C	Broillet Steeves
9	74	A	Gisi Alain	9	98	A	Marguerat Micl
10	72	C	Togniolini Maurizio	10	97	A	Béran Antoine
11	67	A	Schaer Maurice	11	93	A	Bénet Alain
12	65	C	Baour David	12	93	C	Pahud Yan
13	63	A	Marguerat Michel	13	92	A	Blanchard Yvan
14	54	C	Ecclesie Sandro	14	92	A	Favre Villy
15	33	A	Favre Villy	15	68	A	D'Agostino Gino
16	23	C	Pahud Yan	16	60	A	Randin Olivier
17	1	A	Ruchti Alain	17	53	C	Ecclesie Sandro
18	1	A	Gottraux Marco				



Duel: Yvan Blanchard (team Hood CIAL) - Tsen Seong Hoong (Malaisie)

STREET CUP				GENERAL CUP			
1	490	A	Chidiac Bernard	1	689	A	Follack Christian
2	367	A	Follack Christian	2	688	A	Chidiac Bernard
3	354	A	Ruchti Stéphane	3	675	A	Blanchard Yvan
4	341	C	Bulliard Philippe	4	664	A	Ruchti Stéphane
5	318	A	Blanchard Yvan	5	528	A	Favre Villy
6	316	A	Briner Olivier	6	525	A	Béran Antoine
7	316	A	Favre Villy	7	521	C	Bulliard Philippe
8	222	A	Béran Antoine	8	429	A	D'Agostino Gino
9	219	A	D'Agostino Gino	9	358	C	Baour David
10	214	A	Roelfstra Guido	10	316	A	Briner Olivier
11	156	A	Schaer Maurice	11	309	A	Bénet Alain
12	133	A	Ruchti Alain	12	280	A	Randin Olivier
13	100	C	Del Sordo Pascal	13	245	C	Rossier Alain
14	70	C	Baour David	14	232	C	Rossier Daniel
15	60	A	Fattebert Jean-Luc	15	223	A	Schaer Maurice
16	60	A	Lippuner Matthias	16	214	A	Roelfstra Guido
17	56	A	Gisi Alain	17	198	C	Ecclesie Sandro
18	53	A	Bénet Alain	18	181	A	Marguerat Michel
19	44	C	Ecclesie Sandro	19	141	A	Webb Christian
20	39	C	Togniolini Maurizio	20	134	A	Gottraux Marco
21	24	C	Grieb Olivier	21	134	A	Ruchti Alain
22	20	A	Marguerat Michel	22	130	A	Gisi Alain
23	18	A	Gottraux Marco	23	125	C	Pahud Yan
24	9	C	Pahud Yan	24	114	C	Steiger Guy
				25	111	C	Togniolini Maurizio
				26	101	C	Broillet Steeves
				27	100	C	Del Sordo Pascal
				28	60	A	Fattebert Jean-Luc
				29	60	A	Lippuner Matthias
				30	38	C	Masson Stéphanie
				31	35	C	Perret- Gentil Yves
				32	24	C	Grieb Olivier

VTT CUP

1	265	A	Blanchard Yvan
2	114	C	Steiger Guy
3	87	A	Favre Villy
4	85	A	Béran Antoine
5	70	A	Randin Olivier
6	47	C	Ecclesie Sandro
	38	C	Masson Stéphanie
8	35	C	Perret- Gentil Yves

Pour rappel, le classement UCHI (Union Cycliste Hood International) fonctionne de la manière suivante:

Chaque coureur du team reçoit des points en fonction de son classement à l'une ou l'autre des courses programmées au circuit UCHI. Ce circuit est défini en début de saison (janvier). Dans le calcul des points attribués, nous tenons compte du rang du coureur par rapport au nombre de participants.

Bonne chance et à vos calculatrices.

◇ Résultats (1)

Giron de la Côte:

1^{er} mars, 50 km, 63 partants, 40.7 km/h

21. Blanchard Yvan, 23. Favre Villy, 24. Briner Olivier ;
30. Beran Antoine, 35. Ecclesie Sandro, 36. Ruchti Stéphane
45. Chidiac Bernard, 47. Follack Christian, 48. Ruchti Alain
50. D'Agostino Gino

8 mars, 61 km, 71 partants, 40.6 km/h

16. Blanchard Yvan, 18. Briner Olivier, 19. Bulliard Philippe
23. Beran Antoine, 24. Favre Villy, 25. Ruchti Stéphane
33. Follack Christian, 37. Roelfstra Guido, 44. Ruchti Alain
46. Chidiac Bernard, 47. D'Agostino Gino, 53. Schaer Maurice
54. Del Sordo Pascal, 57. Togniolini Maurizio

15 mars, 75 km, 58 partants, 40.4 km/h

12. Chidiac Bernard, 31. Blanchard Yvan, 32. Ruchti Stéphane
36. Roelfstra Guido, 38. Bulliard Philippe, 44. Ruchti Alain
45. Briner Olivier, 46. D'Agostino Gino

22 mars, 86 km, 65 partants, 39.1 km/h

13. Chidiac Bernard, 26. Bulliard Philippe, 27. Ruchti Stéphane
34. Blanchard Yvan, 41. Favre Villy, 43. Follack Christian
46. Briner Olivier, 47. D'Agostino Gino

18 juin, 6.4 km, 20 partants, 26.5 km/h

5. Schaer Maurice, 8. Ruchti Stéphane, 12. D'Agostino Gino
15. Ruchti Alain, 19. Gottraux Marco, 20. Beran Antoine

20^{ème} **GP de Bussigny:** 5 avril, 114 km, 191 partants, 40.7 km/h

129. Chidiac Bernard, 130. Follack Christian, 133. Beran Antoine

4^{ème} **Tour de la Broye:** 24-25 mai, 161 partants, 1^{er} étape 18 km CLM

130. Chidiac Bernard, 136. Roelfstra Guido, 137. Follack Christian,
145. Beran Antoine, 149. Ruchti Stéphane, 160. Ruchti Alain, 161.
Lipunner Mattias

2^{ème} **étape, 80 km** : 115. Beran Antoine, 120. Roelfstra Guido

La Marmotte: 6 juillet, 175 km, deniv. 5000m, 2000 partants

194. Bulliard Philippe 8h 01'53", 419. Chidiac Bernard 8h 39'00"
534. Follack Christian 8h 51'19", 759. Briner Olivier 9h 24'05"
1030. Ruchti Stéphane 10h 01'58"

◇ Résultats (2)

A travers Lausanne, 31 juillet 97, 6.8 km, 53 partants, 29.5 km/h

27. Favre Villy, 30. Schaer Maurice, 31. Follack Christian
35. Chidiac Bernard, 40. Roelfstra Guido, 46. D'Agostino Gino
48. Briner Olivier, 49. Lipunner Mattias

Duathlon de Payerne, 13 avril, 112 classés

25. Benet Alain, 42. Webb Christian, 44. Schaer Maurice
67. Ruchti Stéphane, 81. Beran Antoine, 93. D'Agostino Gino
95. Togniolini Maurizio

Duathlon du Chablais, 26 avril, 76 classés

5. Follack Christian, 14. Benet Alain, 28. Marguerat Michel
30. Randin Olivier, 39. D'Agostino Gino, 54. Togniolini Maurizio

Duathlon de Genève (Ch.Suisse), 4 mai, 181 inscrits

34. Follack Christian, 109. Webb Christian, 126. Favre Villy ;
146. Pahud Yann, 149. D'Agostino Gino, 161. Togniolini Maurizio

Biathlon d'Yvonand, 1^{er} juin, 26 classés sous la pluie

2. Follack Christian, 5. Beran Antoine, 6. Chidiac Bernard
8. Ruchti Stéphane, 9. Baour David, 12. Ecclesie Sandro
13. Randin Olivier, 15. D'Agostino Gino, 18. Randin Alexis

Triathlon de Soleure (Ch.Suisse), 13 juillet, 229 classés

83. Follack Christian, 119. Randin Olivier, 202. Ruchti Stéphane

Triathlon de Nyon, 17 août: Promo: 5 Olivier Randin, 17 Randin Alexis

Classic: 19 Marguerat Michel, 53. Randin Olivier

Nous profitons de la parution de la première édition de notre journal officiel pour remercier les principaux sponsors du team pour la saison 1997 à savoir:

Hood Cycles et particulièrement John Murray
Banque CIAL et particulièrement Jean Michel Genin
Famille Ruchti

◇ Fou de Terrific

Toute la saison l'équipe se prépare intensément pour cette grande manifestation internationale. Tout est minutieusement calculé, afin de ne laisser aucune chance à nos adversaires d'un jour. (sommeil et diététique). Après la fabuleuse 3^{ème} place des femmes en 96, une superbe 14^{ème} place récompensa l'équipe des Trolls I en 97.

◇ Résultats (3)

L'Emmentaler Powerman 17 août, +de 400 partants

Deux de nos duathlètes se rendirent à Burgdorf pour tenter d'y décrocher une qualification pour les championnats du monde de duathlon longue distance 1998. Notre premier téméraire, Gino D'Agostino, suite à une saison bien remplie et de la fatigue plein les jambes, dû mettre la flèche après le vélo. Quant au second, David Baour, il réussit un magnifique parcours qui le plaça à un 52^{ème} rang qui le qualifie ainsi pour le Powerman de Zofingen 1998. BRAVO !!

Cross de la Blécherette, 18 janvier, 38 classes, 10.5km
5 Ruchti Stéphane 38'14'', 18 Ecclesie Sandro 42'06'',
25 Chidiac Bernard 43'43'', 29 D'Agostino Gino 45'08''

Cross de Belfaux ;28 janvier ;H 10km, 56 classés ;F 6km, 27 classés
24 Schneuwly Synthia
24 Rossier Alain, 27 Rossier Daniel
35 Broillet Steeves, 52 Randin Olivier

Cross du Mont-sur-Lausanne ;24 février, 67 classés ;8.4km
32 Randin Olivier 31'07''

Challenge du Bambi ;23 mars ;151 classés
27 Bulliard Philippe, 43 Baour David,
66 Gottraux Marco, 84 D'Agostino Gino

20 km de Lausanne ;3 mai ;20km 783 classés ;10km 1074 classés
16 Bulliard Philippe 1.12.52, 43 Baour David 1.18.21
51 Benet Alain 1.19.24, 55 Pahud Yann 1.19.49
63 Favre Villy 1.20.53
9 Alain Rossier 34.42, 10 Daniel Rossier 34.50
26 Marguerat Michel 37.33 31 Beran Antoine 38.14
41 Ruchti Stéphane 38.57 88 Blanchard Yvan 41.32
138 Chidiac Bernard 43.02

Marathon de Bienne ;174 classés ;10 Baour David 3.01.32

◇ Entraînements

Bonne nouvelle pour les cyclistes, puisque nous vous annonçons la venue d'un ancien élite, qui connaît bien le cyclisme. Fulminet Frank sera un excellent conseiller et nous évitera de tomber dans les excès de l'hiver passé.

L'entraînement de natation sera également modifié selon les conseils des nageurs du team ainsi que par l'un des entraîneurs élites du Renens Natation: Höfstetter David

Quant à la course à pied, nous vous annonçons le retour de Steeves Broillet, qui apportera son aide à Christian Follack et Stéphane Ruchti pour la planification des entraînements.

Voici les entraînements fixes du 22 sept au 26 oct (REPRISE)

Lundi 18h00	Stade Ecublens	Footing
Mercredi 18h00	Stade Ecublens	Travail aux pulses
Jeudi 18h30	La Plaine	Natation
Samedi 16h00	Stade Ecublens	Footing
Dimanche 13h00	Centre Com. Ecublens	Vélo route

Voici les entraînements fixes du 27 oct à début janvier (préparation course)

Lundi 18h00	Dorigny	Condition
Mardi 18h00	Stade Ecublens	Footing
Mercredi 18h00	Stade Ecublens	Résistance run
Jeudi 18h30	La Plaine	Natation
Samedi 16H00	Stade Ecublens	résistance run
Dimanche 11h00	Centre Com. Ecublens	Vélo route

Attention: Vous ne pouvez vous contenter de suivre que les entraînements de résistance. Il est primordial de suivre un équilibre durant les périodes de préparation entre la résistance et l'endurance. L'endurance à vélo devrait se situer à 130 pulsations moyennes et 145 pulsations moyennes pour la course à pied. Ne montez pas en résistance alors que vous suivez un entraînement d'endurance, gardez votre rythme et laissez partir le maillot vert.

Il y aura la possibilité de réaliser un test "Conconi" sur stade, Steeves Broillet a tout le matos.