

## Billet du Président

"Ecrire le billet du président, cool. Comme les correcteurs d'orthographe ont fait des progrès, j'ai accepté. Cringel Président, j'suis sûr que certains affichent en ce moment un sourire moqueur.

Malgré cela, c'est avec une fierté certaine que je dis à certains être le président du club, ben ouais, on frime comme on peut. Malgré cela, c'est vrai que je me sens un peu comme le président de substitution. Car le vrai, on le connaît. Son nom le trahira toujours, et dans longtemps quand ses élèves s'inscriront au club ils se demanderont : "Rushteam-Rüchti, hasard?"

Voilà, j'en profite pour le remercier pour l'esprit qu'il aura réussi à insuffler à ce club, pour sa générosité, sa disponibilité, sa descente, son positivisme légendaire. Bref, je suis fier de compter Rùchtiboy parmi mes amis. (la seule fois ou je lui ai dit quelque chose de semblable on était déchiré au Lapin Vert, alors cette fois c'est plus officiel).

Restez-cool!

P.S. : ne pas oublier les sensations!"

## Jun 2000 Triathlon de Nice

Trois valeureux rushtistes ont fait le déplacement sur la Côte d'Azur afin de participer au fabuleux triathlon de Nice. Après avoir bravé les 3.8km de natation, les 120 km de vélo et pour terminer les 30 km de course à pieds voici les temps obtenus :

704 Peter 8h19'11" 827 Philip 8h29'50"  
1258 David 9h07'06"

Bravo à nos 3 sudistes et à l'année prochaine avec une grande délégation du Rushteam !



## Août 2000 Ironman de Zürich

C'est par un temps très froid et sous une pluie diluvienne que Michel, Redha et Peter, et oui de nouveau lui; se lance pour la première fois dans la distance mythique. Mais nos trois mousquetaires peuvent compter sur l'appui de notre Ironman, Villy qui participe pour la 3<sup>ème</sup> fois à cette course.

Malgré les conditions nos 4 coureurs sont à créditer d'excellentes courses. Villy décrochant le résultat suprême en se qualifiant pour l'Ironman d'Hawaï. Bravo et surtout bonne chance !

65 Villy 9h31'48" 109 Michel 9h41'30"  
202 Peter 10h04'00" 295 Redha 10h24'54"

**Bravo à vous tous !**

# Re-cycling News

[www.rushteam.ch](http://www.rushteam.ch)



Numéro 9  
Septembre 2000

## Entraînements actuels:

Mardi run 18h30 Stade Ecublens  
Jeudi Natation 18h30 La Plaine

Pour toutes les personnes motivées à faire une distance au marathon de Lausanne, venez aux entraînements du mardi ou contacter Steeves Broillet au 691'11'68.

## Entraînements d' HIVER dès 30 octobre:

Lundi natation 18h00 Plaine/Ecublens(dès le 30.10)  
Mardi run 18h30 Stade Ecublens  
Mercredi run 18h30 Stade Ecublens  
Jeudi Natation 18h30 La Plaine  
Samedi run 15h00 Stade Ecublens

Pour toutes les personnes intéressées à faire du VTT, nous fixons un rendez-vous tous les Premiers dimanche du mois au centre commercial d'Ecublens à 11h00 (du matin !!!)

## Responsables par discipline:

Course à pied : Broillet Steeves 021 / 691'11'68  
Cyclisme : Blanchard Yvan 021 / 652'01'87  
Natation : Michel Marguerat 021 / 617'97'35

**Hot line du journal : 078 / 710 81 55 ou 021 / 617 81 55**

Un grand merci à...

# François Sports

ET

# Hood Cycles

## Résultats

### 14 mai duathlon de Lausanne.

#### Swiss Cup classe principale hommes 86 classés

18 Christian	1h31'59''	26 Redha	1h34'12''
28 Al Rossier	1h35'05''	32 Philip	1h36'07''
39 Sébastien	1h38'01''	46 Randin	1h39'51''
52 Ruchti S.	1h41'51''	66 Fabien	1h45'32''
67 Vetsch	1h45'46	68 Jacques	1h45'59''

#### Swiss Cup Homme I 28 classés

2 Villy	1h29'31''	4 Yann	1h33'23''
5 Benet	1h34'17''	26 Gino	1h55'18''

#### Tri-Mini Série Femme 19 classées

1 Ariane	1h00'30''	2 Sophie	1h01'15''
3 Virginie	1h01'46''	13 Véro. A.	1h14'51''

#### Tri-Mini Série Homme 71 classés

26 Patrick Z.	58'22''	43 Ruchti Al	1h02'57''
61 Frédérick	1h10'39''		

#### Tri-Mini Série Juniors 9 classés

6 Bennoun Steve	1h05'59		
-----------------	---------	--	--

#### Triathlon de Soleure Classic homme 117 partants

49 Stéphane	2h18'13''	79 Al Ruchti	2h28'20
-------------	-----------	--------------	---------

#### Triathlon de Schwarzsee Classic homme 95 partants

83 Al Ruchti	2h32'44		
--------------	---------	--	--

### Camp d'entraînement 2001

Il est fort probable qu'un camp se déroule au printemps 2001, lors des vacances de Pâques. Césénatico devrait à nouveau accueillir le Rushteam. C'est un endroit qui se prête bien au vélo, à la course à pieds, à la playa et les fameux apéros. Alors toutes les personnes intéressées doivent s'adresser à Steeves Broillet au 691 11 68 d'ici le mois de novembre.

## TDFO 2000

Pour cette année 2000, c'est une « balade » relouckée qui fut proposée à nos coureurs. Après de multiples transactions 7 équipes de 5 coureurs se présentèrent au départ :

**Jeudi 1 juin** : Après une mise en jambe sous un soleil de plomb, le peloton s'anime pour les 30 derniers kilomètres. Aucun coureur ne pourra s'extraire du peloton avant la montée verdict de La Sarraz. Là 5 hommes s'échappent (Arne, Michel, Christian, Séb et Philip). Mais où sont les SAECO et RIVIERA ? Le peloton arrivera à 1'30".

**Vendredi 2 juin** : Petite étape au programme, mais qui fait mal aux jambes. La course se résume en une course de côte se jouant au Mollendruz. Là 2 hommes montrent leurs ambitions puisque Philip devance Arne au sprint avec plus d'1'30" d'avance sur les poursuivants. Repos au lac de Joux avec grillades bien méritée.

**Samedi 3 juin** : C'est la journée verdict. Après une montée caniculaire qui en fit souffrir plus d'un au sommet du col de la Croix, les coureurs plongent sur les Diablerets. La montée du Pillon éparpillera encore plus le peloton. 4 coureurs en tête, Christian lâche et à quelques kilomètres du sommet Redha se résigne à laisser partir les 2 hommes forts de ce tour. Dans la plaine et sur 35 kilomètres Philip et Arne repoussent le peloton à plus de 10 minutes. Dans cette plaine, un homme passe sous les barrières baissées du MOB, il chute sur les rails et se retrouve nez à nez avec le train qui se stoppe et permet à Steeves de reprendre ses gourdes. Bravo ! dirait Cynthia. Toujours en tête de la course les 2 hommes sont à 3 kilomètres du sommet. Après plusieurs tentatives, Philip essaye à nouveau de reprendre ses 6 secondes de retard. Hélas pour lui sa chaîne explose et il termine héroïquement à 18 minutes.

**Dimanche 4 juin** : C'est la journée de la revanche. Philip, les pieds encore ensanglantés explose cette fois-ci ses adversaires en mettant plus d'une minute à son second, Sébastien.

Ce fut et de l'avis de tous un superbe TDFO sous un soleil tout aussi superbe. A signaler la très belle performance de l'équipe féminine et un grand merci à toutes les personnes qui ont œuvré à cette belle réussite ainsi qu'à la Direction de course qui avait la lourde tâche de succéder à Patrick Francioli. Merci Patricia et Céline et encore Bravo ! Encore un dernier Merci à Sam pour ses barres énergétiques.

## Les 5 meilleurs du TDFO 2000

(tous les résultats sur notre site)

Femmes	Hommes	Jeunes (- de 23 ans)
1.Ariane Berseth	1.Arne Kesting	1.David Kaelin
1.Sophie Berseth	2.Sébastien Miche	2.Philip Morel
3 Cynthia Schneuwly	3.Christian Follack	3.Alain Ruchti
4.Stephanie Masson	4.David Kaelin	4.Jacques Neuen.
5.Nathali Baulat	5.Fabien Descoedres	5.Steve Bennoun

*Fin de l'étape de montagne au col des Mosses.*

*Les guerriers au repos.*



## Les courses UCHI

Voici les courses au programme. Il y a 5 courses par discipline (1 à 20) plus 5 épreuves originales (21 à 25). Pour tous les membres, les 10 meilleurs résultats sont pris en considération pour l'UCHI 2000.

Attention, des facteurs de pondération interviennent depuis cette année, qui sont:

- 0.5 pour les relais (chaque coureur obtient la moitié des points du relais)
- 1.25 pour les distances méritantes et populaires (20 km, marathon, Verbier Grimentz,...)
- 1.25 pour les courses nationales et internationales (escaladélite, Crédit Suisse,...)

### Run

- |                |                       |
|----------------|-----------------------|
| 1. 25 mars     | Cross de Chavannes    |
| 2. 29 avril    | Les 20 km de Lausanne |
| 3. 28 octobre  | Le Marcheton          |
| 4. 18 novembre | La Corrida Bulloise   |
| 5. 2 décembre  | Escalade              |

### Tri

- |                 |                       |
|-----------------|-----------------------|
| 6. 14 mai       | Duathlon de Lausanne  |
| 7. 13 août      | Triathlon de Lausanne |
| 8. 20 août      | Triathlon de Nyon     |
| 9. 27 août      | Triathlon de Vevey    |
| 10. 2 septembre | Triathlon d'Aubonne   |

### Road

- |                |                     |
|----------------|---------------------|
| 11. 1-4 juin   | TDFO 2000           |
| 12. 23 juillet | Martigny-Mauvoisin  |
| 13. 6 août     | Classic de la Broye |
| 14. septembre  | Les Bisons          |
| 15. septembre  | La Rominger         |

### VTT

- |              |                |
|--------------|----------------|
| 16. 16 avril | Colombier      |
| 17. 21 mai   | Romont         |
| 18. 18 juin  | Estavayer      |
| 19. 24 juin  | Raid Evolénard |
| 20. 20 août  | Grand-Raid     |

### Original

- |                  |                       |
|------------------|-----------------------|
| 21. 18 juin      | Triathlon de Nice     |
| 22. 22 juillet   | Terrific              |
| 23. 30 septembre | 24 heures de natation |
| 24. Octobre      | Course VTT            |
| 25. A définir    |                       |

## UCHI 2000 au 21 août 2000

(sans Verbier/Grimentz)

1	705	Ruchti Stephane	25	218	Masson Stéphanie
2	616	Rossier Alain	26	197	Mercuri Salvatore
3	615	Follack Christian	27	174	Bennoun Steve
4	576	Ruchti Alain	28	133	Laurent Jean-Paul
5	574	Redha Klouch	29	126	Ansermet Véronique
6	526	Descoedres Fabien	30	105	Theisen Sébastien
7	508	Broillet Steeves	31	100	D'Agostino Gino
8	489	Beran Antoine	32	89	Lavanchy Céline
9	483	Schneuwly Cynthia	33	87	Samson Patricia
10	466	Blanchard Yvan	34	87	Stalder Catherine
11	454	Randin Olivier	35	81	Matera Magali
12	453	Favre Villy	36	77	Dutruy Jean-François
13	428	Descoedres Virginie	37	76	Descoedres Jérôme
14	402	Berseth Ariane	38	71	Bulliard Philippe
15	401	Morel Philip	39	54	Steiger Guy
16	387	Berseth Sophie	40	52	Serrao Frédéric
17	324	Kaelin David	41	47	Ecclesie Sandro
18	315	Rossier Daniel	42	46	Chidiac Bernard
19	289	Miche Sébastien	43	26	Gottraux Marco
20	269	Bénet Alain	44	26	Vetsch Patrick
21	257	Fairhurst Peter	45	16	Fellay Véronique
22	257	Marguerat Michel	46	9	Perret-Gentil Yves
23	229	Pahud Yann	47	3	Berger Samuel
24	226	Zeller Patrick	48	3	Grieb Olivier

N'OUBLIEZ LA  
FONDUE APRES  
LA CORRIDA  
BULLOISE POUR  
FAIRE DES  
BULLES DANS  
LA FONDUE,  
POUR TOUS.



Après l'Escalade,  
Pasta-Party chez  
Pat et Stéf  
à Chavannes

## Coucou au Président



Christian après la Coconight  
(trop de coco dans le nez)

Rien ne sert de courir, il faut s'y prendre à temps.  
Christian la bibliothèque est ouverte maintenant !!!

### Rubrique spéciale

Il paraît en effet indispensable de souligner l'exploit hivernal de Jérôme Descoedres et d'Alain et Daniel Rossier. Durant le printemps 2000, ils ont participé à deux courses de randonnée à ski, le Trophée du Muveran (9 avril 2000) et la Patrouille des Glaciers Arolla-Verbier (4 mai 2000). Malgré un trop léger entraînement sur les skis, nos triathlètes ont brillé de mille feux sur nos sommets alpins en terminant les deux courses au sein de la première moitié du classement. Ils ont eu bien du plaisir, même si quelques détails techniques, comme la rapidité à s'encorder ou encore l'efficacité dans le changement des peaux, n'étaient pas au point. Des sacs beaucoup trop lourds, des piolets datant de Mathusalem, les peaux de Daniel manquant de colle, les énormes cloques sur les pieds d'Alain ou encore les crampes de Jérôme n'ont en rien entravé le plaisir procuré lors de ces si belles courses.

Bravo à vous trois et à dans deux ans pour une Patrouille des Glaciers depuis Zermatt !

N.B. Un petit clin d'œil à Catherine et Magali qui se sont levées à trois heures du matin pour encourager leur poulain au Trophée du Muveran ! Sympa, non ?



A 4h30 du matin, au Pont de Nant, départ du Trophée du Muveran

## Infos officielles et inofficielles

### Assemblée générale

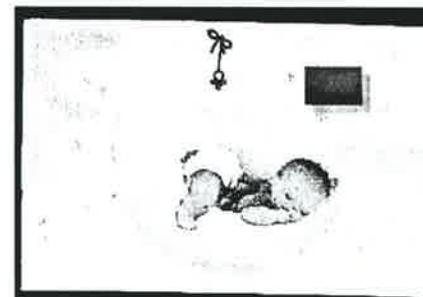
Comme chaque année la traditionnelle AG se déroulera dans la joie et la bonne humeur le samedi 16 décembre 2000 au refuge d'Ecublens.

Début de la séance 19h15. Dès que la séance sera close, les bars et autres buffets ouvriront leur porte.

A signaler que les personnes extérieures au club peuvent rejoindre la fête dès 21h00. Pour le fonctionnement de la soirée vous recevrez bientôt les renseignements indispensables.

### Futur nouveau vététiste

Nous saluons la venue du petit Luca qui a déjà pu encourager son papa au Grand Raid. Félicitations à la maman de Luca et au papa Salvatore.



### License triathlon

Tous les membres désirant prendre un license pour la première fois et pour la saison 2001 doivent s'adresser à Michel Marguerat au 617'97'37 avant la fin de l'année. Les licenciés ne désirant plus prolongé leur contrat doivent aussi s'annoncer à Mitch.

Afin d'éviter les frais inutiles, vous pouvez nous transmettre la feuille de la fédération de mise-à-jour des données personnelles dès que vous l'avez en main. Nous faisons un envoi collectif à la date du délai de la fédération.

## 2 juillet, triathlon de Préverenges

C'est dans une ambiance très sympa que cette épreuve est organisée. Elle permet au populaire de découvrir ce sport avec des distances abordables (200m, 10km et 2 km). M. Lavanchy, le papa de Céline vous le confirmera. De plus après les catégories promos et populaire se sont les tous petits qui s'élancent (dès 5ans) dans des sprints effrénés.

### **Promo femmes** (500m, 20km, 5km) 19 classées

4 Virginie	1h15'38	11 Magali	1h24'19
14 Catherine	1h27'24		

### **Promo hommes** (500, 20, 5) 73 classés

8 Christian	1h04'08	12 Al Rossier	1h05'30
18 Stéphane	1h07'26	19 Randin Oli	1h07'36
21 Fabien	1h08'07	28 Al Ruchti	1h10'56
29 Pat Vetsch	1h11'06	31 Pierre	1h11'12
61 Pat Zeller	1h20'07		

### **Promo junior** (500, 20, 5) 6 classés

3 Steve	1h18'46
---------	---------

### **Populaire hommes** (200, 10, 2)

18 Gilbert Lavanchy	46'47''
---------------------	---------

## Triathlon de Lausanne

### **Classic Hommes** 131 participants

51 Jérôme	2h29'20''	58 Ruchti Al	2h30'59''
64 Stéphane	2h32'48''	69 Rossier Al	2h33'18''
73 Steeves	2h34'19''		

### **Promo Femmes** 54 participantes

6 Cynthia	1h09'30''	10 Magali	1h10'35''
39 Chatherine	1h19'06''	41 Véronique Ans.	1h19'55''

### **Promo Hommes** 146 participants

25 Randin Oli	1h02'58''	45 Pat. Zeller	1h05'19''
---------------	-----------	----------------	-----------

### **Rushistes dans les relais**

**Femmes :** 1<sup>ère</sup> Ariane(run) et Sophie(bike)  
6<sup>ème</sup> Véronique Fellay (bike)

## Messages (suite)

①①①①①①①①

### **Triathlon découverte du Rushteam**

Le dimanche 10 septembre 2000 à la plage de St-Sulpice (côté Lausanne) se déroulera le 1<sup>er</sup> Tridécouverte. Le principe est simple, tu choisis ta distance et la réalises à ton rythme.

Natation St-Sulpice plage boucle de 300m Max 30'

Cyclisme Dans la région boucle de 10km Max 1h

Run St-Sulpice boucle de 2 km Max 30'

Tu peux donc faire le nombre de boucle que tu désires sans dépasser le temps maximum. Alors rendez-vous à la plage à 9h30 ! Photo de club après la manif. Tenue correcte exigée.

①①①①①①①①

### **Venez nombreux au 24 heures de natation.**

Et oui le Rushteam est de retour dans le chaudron chloré de Mon Repos. Pour l'édition 2000 nous venons pour battre le record des clubs qui se trouve à 355,7 km. Comme le club compte une soixantaine de membres, il faudra que chacun fasse son maximum. Son maximum peut être 5km, 10km, 20km. Pour éviter la foule et se mouiller originalement nous donnons rendez-vous à tous les membres à 20h30 dans le hall d'entrée pour nager beaucoup et à 17h30 pour nager très beaucoup. C'est avec les exploits de chacun que nous établirons un nouveau et fabuleux record. Objectif : plus de 500 km.

Lors de l'inscription n'oubliez pas de mentionner que vous faites partie du club du Rushteam.

Alors PLOUF !! et au samedi 7 octobre à Mon-Repos !!!

