



Société de Gymnastique d'Hommes de Lausanne

Septembre 2017

No. 347



Tournoi de volley : un plaisir pour les joueurs et les spectateurs (page 3)

Culture physique interruption des leçons

	Dernière leçon	Reprise
Vacances d'automne	Mardi 4 octobre	Mardi 24 octobre
Vacances d'hiver	Mardi 19 décembre	Mardi 9 janvier 2018
Relâches 2018	Mardi 13 février 2018	Mardi 27 février 2018

* **Président** : Alexandre Guex, ch. de Champ-Rond 27 1010 Lausanne 021 652 61 67 * **Président d'honneur** : Rémy Pidoux, Chemin de Pérréaz 28, 1008 Prilly * **Caissier** : Jessica Guex, Route de Cheseaux 6B 1036 Sulzlen 021 652 61 12 * **CCP** : 10-1175-1 * **Culture physique**, horaire des leçons : **Elysée**, mardi 18h15; **Rouvraie**, mardi 18h / 19h00 (volley) * **Groupe de montagne** : Michel Monney, Ch. Champ-Paris 10, 1304 Cossonay-Ville * **Groupe des vétérans** : (a.i.) Alexandre Guex, ch. de Champ-Rond 27 1010 Lausanne 021 652 61 67 * **Correspondance** : ch. de Champ-Rond 27, 1010 Lausanne * **Internet** : www.gdh.ch



Succ. Besson & Cavin

021 613 10 50

Centre électroménager
Av. Maria-Belgia 2
1006 Lausanne
en face de la patinoire de Montchoisi



ÉLECTRICITÉ - TÉLÉPHONE

- Installations électriques courant fort + faible
- Installations de téléphone
- Réseaux informatiques
- Dépannages
- Réparations
 - Projets
 - Devis

P. BURREN

Maîtrise fédérale

Chemin de la Chesaude 16
1072 Forel
Tél. 021 617 77 00 - Fax 021 617 77 10



Sandrine Overney
Commerce de fromages
Produits laitiers

Marchés à la Riponne et à Romanel s/ Lausanne

Fromagerie Tél. 021 905 63 82

Rue du Casino 1 079 347 56 37

1063 Chapelle s/ Moudon Fax 021 903 38 52

s.overney@bluewin.ch



FAVRE DENIS

Nouvelle Route de Lausanne 3
adresse 1055 Froideville

Tél. et fax 021 731 21 75
Natel 079 435 20 39

Genicoud SA
Installations sanitaires

Ch. Isabelle-de-Montolieu 133
1010 Lausanne

Tél. 021 625 29 66
Fax 021 625 29 93

Restaurant
du Prieuré

Monika et Hervé Acosta

Avenue du Prieuré 2A, 1009 Pully
Téléphone: 021 728 27 40

info@restaurant-du-prieure.ch
www.restaurant-du-prieure.ch

**Un grand
merci**

à nos fidèles annonceurs
qui contribuent par leur
générosité à la pérennité
de ce bulletin.

**Pensez à eux lors de vos achats
ou autres actions commerciales**

Tournoi de Volley

Nous avons le plaisir de vous annoncer que le dimanche 19 novembre prochain, à la Salle du Vieux Moulin (dans le quartier de la Pontaise) aura lieu notre traditionnel tournoi de volley-ball mixte de la GdH. Oui, traditionnel, car il s'agira de la 12^{ème} édition. Déjà ! C'est dire si celui-ci est apprécié, et cela nous motive grandement à perpétuer cette tradition fort sympathique. Il a été initié par un groupe de jeunes volleyeurs, qui avaient rejoint la leçon de la Rouvraie, sous le nom des zHums. Participant à diverses rencontres de volley-détente, et grâce au cercle de connaissances ainsi constitué, Philippe Guex, David Perrin et Yann Gyongy ont souhaité organiser un événement sur une journée. C'est à la salle du Vieux Moulin que le tournoi a vu le jour le 4 novembre 2006 avec la participation immédiate de 12 équipes. Avec l'aide de notre Président, Alexandre Guex, ce groupe a organisé pas moins de 9 éditions. Un beau challenge ! Pour la 10^{ème} édition, il a souhaité passer le témoin à une nouvelle équipe, qui a accepté de prendre le relais, tout en conservant l'état d'esprit du tournoi.

La fidélité s'observe également au niveau des équipes participantes. A tel point qu'aujourd'hui, la difficulté est d'établir un programme organisant les groupes de manière à ce que, dans un premier temps, les équipes rencontrent des partenaires différents de ceux des éditions précédentes. Au second tour, il faut bien constater que l'on retrouve une certaine hiérarchie bien établie, dans le premier tour que les groupes soient organisés de manière que les équipes rencontrent des équipes autres que celles des éditions précédentes. Au fait, qui sont ces équipes : ce ne sont pas des clubs officiels, mais plutôt des équipes issues de groupes de copains, ou de sociétés telles que la nôtre, des sociétés sportives établies qui pratiquent du volley comme activité principale ou complémentaire, pas à un niveau de compétition officiel. Si l'une ou l'autre devait manquer à l'appel, nous devrions retrouver un groupe équivalent.

Le principe est de réunir 12 participants, formant 3 groupes de 4. Le matin, ceux-ci s'affrontent dans une poule qualificative. L'après-midi, rebelotte, mais le premier groupe est constitué des 4 meilleures équipes du matin, le second des 4 suivantes, et forcément le 3^{ème} avec celles ayant eu plus de peine. De cette manière, chacun joue 6 matchs au total, soit 3 heures de jeu. Au-delà de la compétition et des résultats, c'est surtout l'état d'esprit, les amitiés qui s'y créent et le plaisir de chacun qui comptent. Des joueurs, mais aussi des bénévoles qui nous aident. Que ferions-nous sans eux ?

Fidèles au poste, ils nous aident dans le chronométrage et le respect du timing, la tenue de la buvette. Le moment fort de la journée est la pause de midi, où croque-monsieur, hot-dog, salades et autres desserts maison viennent redonner force aux participants. Ce team est maintenant supervisé par une présence féminine, Véronique, qui nous apporte toute son expérience et nous permet de fluidifier ce passage critique. Quel apport bienvenu !

Vous l'aurez compris : ce tournoi est à l'image de la GDH : plaisir, participation et sourires sont les maîtres mots. Nous vous accueillons volontiers, en tant que joueurs, spectateurs(trices), ou bénévoles. Rendez-vous en novembre

Eric Zimmermann, email : ericzimmermann@bluewin.ch

Les organisateurs Michel Bourquin, Peter Brunner et Eric Zimmermann

Billet du Président

Quand vous lirez mon texte, nous aurons déjà presque un pied dans l'automne. Les soirées de Bellerive, en juillet et août, auront rencontré leur succès habituel, si la météo se montre favorable ! Merci à Georges Berset et à son adjoint Pietro Bottoni, pour l'organisation de cette activité estivale très appréciée.

Le samedi 26 août, sous la conduite de son président Michel Monney, la traditionnelle course du Groupe de Montagne, se sera déroulée dans la région du Lac Noir. Dès le mardi 5 septembre, les leçons de gymnastique auront recommencé au collège de l'Elysée pour les actifs de 18h à 20h et au collège de la Rouvraie pour les actifs avec les vétérans, suite à la fusion des deux leçons en 2015, de 18h à 18h45 et pour le volley-plaisir de 19h00 à 21h00

Billet du Président (suite)

Pour les vétérans, qui auront effectué deux courses de montagne en juillet et août avec pique-nique, ils se retrouveront le jeudi 14 septembre pour une belle ballade préparée par Jean-Luc Porchet, entre Mézières FR et Romont. Vous trouverez dans ce bulletin, un texte de Roland Vinard, qui nous relate de façon concise et explicite le déroulement de toutes nos courses effectuées en 2016. Un grand merci à Roland pour ses écrits. Toujours à la recherche de nouveaux organisateurs, je remercie vivement Georges Berset et Roland Vinard, anciens organisateurs, qui comme l'année dernière ont encore accepté de nous organiser chacun une course. Merci les amis de pouvoir toujours compter sur vous.

A la fin de ce bulletin, vous allez trouver l'invitation pour le rallye d'automne, fixé au samedi 30 septembre. Ce sera la huitième édition du rallye nouvelle formule, ouvert aux familles, aux amies et aux amis de tous les membres. Venez nombreux et nombreuses découvrir le parcours proposé par nos amis les blaireaux, René Ischi et Bernard Perret avec la collaboration de leurs épouses, que je remercie pour leur soutien. Vous pouvez également trouver l'invitation sur notre site internet, que je vous recommande d'aller visiter régulièrement : www.gdh.ch Il a subi de nombreuses améliorations grâce à notre webmaster, Serge Mailler, « serge.mailler@bluewin.ch ».

Notre tournoi de volley-ball mixte se déroulera pour sa douzième édition à la salle omnisports du Vieux-Moulin, le dimanche 19 novembre. C'est nos amis de l'Elysée qui en assure l'organisation avec succès pour la troisième fois. Venez soutenir nos équipes et c'est toujours avec plaisir que nous partagerons le verre de l'amitié. Pour la sortie hivernale des Cluds, je vous laisse prendre connaissance du texte d'Etienne Dufour en pages 6 et 7).

Deux feuillets séparés accompagnent ce bulletin. Pour l'un, il s'agit du procès-verbal de notre assemblée générale du 22 mars dernier et pour l'autre de l'invitation au traditionnel week-end prolongé de ski, qui se déroulera pour la cinquième fois aux Cluds, du jeudi 25 au dimanche 28 janvier 2018. Un grand merci à Etienne Dufour et à ses collaborateurs.

Bel automne à tous

Alexandre Guex

Groupe des vétérans

Les années passent et se ressemblent pour le Groupe. Heureusement, celle de 2016 peut être comparée à la précédente tant pour la participation aux sorties que pour le dévouement d'une équipe dynamique d'organisateur. Pourtant, en ce qui concerne l'effectif des inscrits, il faut se rendre à l'évidence que la tendance est à la baisse puisqu'il est passé de 85 en 2015 à 82 au début de 2017. En outre, la relève des organisateurs, qui devront être inévitablement remplacés, pour certains, à assez court terme, se fait attendre. Mais pour le moment tout va bien et la récapitulation des courses de l'année dernière ci-après le montre bien.

14 janvier : Pour la première course de l'année, il faut se mettre tranquillement « en jambes » c'est pourquoi un parcours de 9,5 km entièrement plat nous attend à la sortie du car au camping de Vervey, entre Roche et Aigle. En quittant le Rhône à Crebelle, nous atteignons Rennaz où le restaurant de son Motel nous a préparé un menu avec saucisse à rôtir et rôtis.

11 février : Rendez-vous à la Station terminale du M2 aux Croisettes. Pas de neige et c'est une belle descente d'un dénivelé de 300 m. qui nous conduit en zigzag au bord du lac à Paudex. Le Restaurant du Château est un endroit privilégié des organisateurs puisqu'il nous accueille pour la 3^e fois avec une choucroute bien garnie.

10 mars : Les rayons d'un soleil printanier essayent de faire sortir le vignoble de La Côte de son sommeil hivernal. Partis de Gland, nous cheminons par les hauts de Vinzel et Bursins jusqu'à Gilly, avec arrêt juste avant cette dernière localité, à la cave du Château St-Vincent, pour apprécier les crus du domaine. A l'Auberge de l'Union, à Gilly, c'est presque un repas gastronomique qui nous est servi dans une salle à manger grand style.

Groupe des vétérans (suite)

14 avril : C'est le funiculaire qui nous monte à Cossonay-Ville d'où nous marchons, en passant par la Tine de Conflens creusée, avec son affluent, par la Venoge chère à Gilles et à son interprète émérite René Vassaux, pour atteindre La Sarraz. Après avoir longe les vieilles maisons du bourg, nous entrons au restaurant de l'Hôtel de la Croix-Blanche qui nous avait déjà reçus il y a quelques années.

12 mai : Une motrice LEB toute neuve nous dépose à Fey, point de départ de la marche qui, par une douce pente ascendante, nous conduira à Poliez-Pittet. Il est bien connu que l'union fait la force. C'est pourquoi, la GdH revient au Restaurant de l'Union chaque fois que ses sorties passent dans les environs, établissement qui la reçoit avec sa meilleure cuisine.

9 juin : A Avenches, nous traversons les vestiges d'Aventicum, avant d'en sortir par l'une des porte monumentales miraculeusement conservée, pour progresser dans une campagne luxuriante jusqu'au lac de Morat et atteindre Salavaux. Le restaurant du camping, L'Equinoxe, nous met en appétit avec, en entrée, une inoubliable saladine de filets de perches.

14 juillet : Course dite de montagne dans le Jura. Nous montons depuis La Givrine en direction de la Dôle pour passer le col de Porte, à 1558 m. et descendre ensuite sur la Barillette et son émetteur TV. Là, un abris doit être très vite trouvé pour l'apéro subitement arrosé par une pluie orageuse. Au restaurant « La Barillette », la fondue fait le bonheur de la majorité des participants. La longue descente sur St-Cergue facilitera sa bonne digestion.

11 août : C'est encore le Jura qui nous voit crapahuter de Ste-Croix aux Aiguilles de Baulmes et retour. Temps très agréable pour la marche et le pique-nique. Mais pour voir les Alpes, il faudra repasser, en raison de la brume.

8 septembre : Les gorges du Gottéron, à Fribourg, sont au programme. Le bus nous amène à St-Ursen et là, on apprend que les gorges ne sont pas accessibles en raison d'un éboulement. Tant pis, on fera avec le trajet modifié. D'agréables chemins forestiers nous permettent de suivre la rivière jusqu'au passage barré. Il faut alors remonter et passer par la chapelle de Lorette, d'où la vue plonge sur la vieille ville de Fribourg, pour descendre jusqu'au Restaurant l'Épée, dont le tenancier est soulagé de nous voir arriver.

13 octobre : Baptême du feu pour notre nouvel organisateur, Jean-Luc Porchet, moniteur à l'Elysée. Il nous a concocté brillamment une course partant du Chalet-à-Gobet, passant par Montpreveyres et son raide vallon de la Bressonne, pour aboutir au réputé restaurant « Le Raisin » aux Cullayes. Là aussi, ce n'est pas la première fois que le Groupe y prend son repas. La tarte aux pruneaux du dessert nous confirme, avec le temps maussade de la journée, que l'automne est bien arrivé.



Groupe des vétérans (suite)

10 novembre : Nous allons remonter le temps en nous rendant à l'hôpital de Monthey, non pour se faire soigner, mais comme point de départ d'un itinéraire didactique de géologie. En effet, il y a plus de 15000 ans, l'immense glacier du Rhône, qui fondait, a déposé des quantités d'énormes blocs de granite arrachés au massif du Mont-Blanc. Certains en équilibre précaire depuis des millénaires, surplombent la ville de Monthey. Tout le parcours à flanc de coteau et en forêt, est jalonné de panneaux explicatifs. Il aboutit à Collombey mais c'est à Muraz, à l'Auberge du Soleil, que nous prendrons notre repas dans une très confortable chambre à manger pour VIP.

8 décembre : Marche sympathique qui nous conduit par Vidy, La Chamberonne, le site de l'UNIL et Ecu-blens, à la cave Pierre Gillard, où la dégustation s'impose, d'autant plus qu'on est tout près du but de la balade : Prévèrenge. Au restaurant « L'Etoile », la scalopine de porc en mérite bien trois ***.

Alors, bravo à tous, amis marcheurs et bonnes pensées à tous ceux qui, malheureusement, ne peuvent plus nous accompagner. Qu'ils sachent qu'ils seront toujours bienvenus à nos repas.

Roland Vinard

Les Cluds

Une belle cuvée! Non pas que le vin coula à flots continus, mais bien parce que les **19 rescapés** en bonne santé (sur 23 inscrits) purent s'exprimer sportivement comme souhaité. Peu de neige, mais les préparateurs locaux ont fait des miracles et le beau temps a fait le reste. Si la piste "Des Rasses" ne peut être comparée à la "Streif", nous avons vécu de belles descentes et le **concours de ski alpin** du vendredi après-midi fut gagné par Jean Grégoire, suivi d'Etienne Dufour, Alex Guex et François Moser.

Le samedi matin, animé par Marcel Henchoz et son cor des Alpes, le **ski de fond** permis à Etienne de passer la ligne le premier suivi de Marcel Henchoz et de Daniel Horn, tous deux retardés par une gamelle quasi générale en début de course avec Alex et quelques autres, mais heureusement sans dommage.

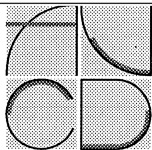
Aux **cartes** du samedi soir, Marino Meazza en forme olympique remporta le challenge.

Les **marcheurs**, à pied ou en raquettes, aux Rasses ou ailleurs, ont pu également se défouler et s'ouvrir l'appétit pour faire honneur aux excellents plats préparés par Daniel Bloch et ses adjoints (dont J-L. Margueron).

Notons que **notre chef en titre, Daniel Bloch**, a travaillé dès le jeudi matin en l'absence bien involontaire de J-C. Matthey. Vu la qualité de ses prestations, nous avons renouvelé son engagement pour 2018 et les années suivantes.

L'amitié, la joie et la bonne humeur furent les lignes directrices de ce beau week-end. **Aux Cluds, on s'éclate!**





**Alain Vivian
Claude
Dumartheray**
21, rue St-Laurent
1003 Lausanne
T+F 021 323 79 95

**Laboratoire
Dentaire**

**DÉJARDIN
FRÈRES**

Vins
Bières
Limonades
Jus de fruits

LIVRAISONS À DOMICILE

1032 ROMANEL sur/ LAUSANNE
Tél. 021 731 33 41 - Fax 021 731 51 80
Site <http://www.dejardin.ch>



**FIDUCIAIRE DREYFUS
ET ZURBUCHEN SA**

EXPERTS-COMPTABLES DIPLÔMÉS

Avenue de Rosemont 5 — Case postale 579
1001 LAUSANNE
Tél. 021 321 65 65 — Fax 021 321 65 66
www.fdzsa.ch

**CONSEIL FISCAL
CONSEIL D'ENTREPRISE**

 MEMBRE DE LA CHAMBRE FIDUCIAIRE

Les Cluds (suite)



Et, pour continuer dans **la même veine,**

du jeudi 25 au dimanche 28 janvier 2018,

vu que les pistes sont à disposition et que le chalet est parfaitement tenu par Anouk, il n'y a plus lieu de faire une mise en route, tout fonctionne d'emblée.

Aussi, vous êtes tous conviés à venir dès le jeudi matin à 10 heures pour une, deux ou trois nuits selon vos envies et convenances. L'important est de s'inscrire dans les délais pour permettre à notre chef de commander sa marchandise.

Bulletin d'inscription en annexe (délai 9 janvier 2018)

A bientôt, en toute amitié

Etienne Dufour

RALLYE d'automne - samedi 30 septembre 2017

Rappel : ce rallye est ouvert aux familles ! Venez nombreux !

Parcours proposé : du Signal de Bougy à Allaman

avec repas de midi au restaurant de la gare à Allaman



Horaire :

08:21 Gare de Lausanne – voie 6 – RE direction Genève

08:49 Rolle – Gare Nord Bus 721 direction Aubonne

09:14 Arrivée au Signal de Bougy

Possibilité de prendre un café à vos frais

09:45 Parcours facile d'environ 2 heures 15 : forte descente sur Bougy (bâtons recommandés) – Féchy - Allaman

10:45 Apéro tiré des sacs à Féchy-Dessus

12:00 Restaurant de La Gare à Allaman (tél. 021 807 05 79)

Retour aux trains de:07:19(RE) et:3

Chacun achète sa carte journalière Mobilis—8 zones

Menu :

SALADE MÉDITERRANÉE

ESCALOPE DE PORC AVEC LÉGUMES DE SAISON ET PURÉE DE PDT

MILLE-FEUILLE AUX FRUITS ROUGES

VIN ROUGE

CAFÉ OU THÉ

Prix : **Fr. 45.-** par participant

Inscription obligatoire jusqu'au 22 septembre

par tél. au 021 728 64 92

ou SMS 079 217 02 92

ou mail à rene.ischi@bluewin.ch

Organisation

René Ischi

021 728 64 92

Bernard Perret

021 728 71 35

Versement au CCP 10-1175-1 GdH ou sur place (**ne vaut pas comme inscription**)

Mobiles (pendant la course) : 079 580 96 83 et 079 217 02 92

SORTIE D'HIVER "LES CLUDS"

du jeudi 25 au dimanche 28 janvier 2018

Attention: nouvelle formule "à la carte", dès le jeudi pour tous.

Le **Chalet des "Amis de la Nature"** à côté du restaurant, est déjà réservé et 32 couchettes vous tendent les bras dès le jeudi 25.1.18.

Le parking permet de décharger devant le chalet.

La subsistance et les boissons sont assurées, y compris le pain frais.

BULLETIN D'INSCRIPTION à la sortie d'hiver LES CLUDS du 25 au 28 janvier 2018

à adresser à Etienne Dufour, Montassé 2, case postale 143, 1023 Crissier 1, avant le mardi 9 janvier 2018.

Nom:

Prénom:

Adresse:

annonce sa participation de la manière suivante :

- dès jeudi midi 25.01.2018: 7 repas et 3 nuits Fr 170.--
- dès jeudi soir 25.01.2018: 6 repas et 3 nuits Fr 160.--
- dès vendredi midi 26.01.2018: 5 repas et 2 nuits Fr 120.--
- dès vendredi soir 26.01.2018: 4 repas et 2 nuits Fr 110.--
- dès samedi midi 27.01.2018: 3 repas et 1 nuit Fr 90.--
- dès samedi soir 27.01.2018: 2 repas et 1 nuit Fr 80.--

Une confirmation suivra avec le bulletin de versement ad hoc.

Les organisateurs se réjouissent déjà de vous retrouver nombreux dans cet endroit sportif magnifique.

Date:

Signature: