

Rapport d'activité du Lausanne-Sports Aviron année 2021

Rapport de la vice-présidente et du président

Deux années en une ! Après une année 2020 en demi-teinte pour le monde du sport, 2021 a permis de rattraper de nombreuses activités reportées. Cette année va rester dans les mémoires du Lausanne-Sports Aviron pour de nombreuses raisons. Frédérique Rol, première femme du LSA à participer aux Jeux Olympiques et Barnabé Delarze pour sa finale à Tokyo décrochent tous deux un diplôme olympique. La première régates suisse d'aviron de mer est organisée à Vidy et le club remporte le prix du meilleur club formateur aux championnats suisses. Finalement, c'est un grand plaisir de constater que l'engouement pour l'aviron de loisir est sans précédent.

Comme en 2020, les activités du club ont été fortement chamboulées par la pandémie, mais la vie du LSA s'est adaptée et le comité s'est régulièrement réuni pour réagir au plus vite et mettre en place notre plan de protection pour la pratique de l'aviron. Dans ce contexte, un grand merci tout d'abord à tous nos membres pour leur flexibilité, leur compréhension et leur assiduité et surtout pour être restés présents tout au long de cette année. Nous avons pu ramer presque normalement et pu prendre du plaisir lors de nombreuses rencontres organisées au sein du club.

Le Lausanne-Sports Aviron a organisé la première régates d'aviron de mer en Suisse, « Léman-sur-Mer ». Ce type de régates inédite en Suisse a permis à plus de 180 athlètes sur 53 embarcations provenant de 17 clubs de goûter au large du Léman sur les 6km de course à bord de bateaux de mer. Cette première édition a permis au monde de l'aviron de se réunir dans la convivialité grâce à une ambiance chaleureuse rendue possible par le travail incroyable des bénévoles et de Fanny Mossière, grande cheffe d'orchestre pour l'occasion. Cette journée fut un grand moment de partage entre tous les membres du club, bénévoles, arbitres, jeunes et moins jeunes, randonneurs et compétiteurs.

L'aviron de loisir a maintenu un cap très dynamique en cette année 2021. Plus de 95 nouveaux membres ont rejoint les rangs du LSA cette année ! Autre record, pas moins de 34 rameuses et rameurs ont participé à la Bilac cette année. Nouveauté en 2021, deux sorties

coachées par mois sont mises en place, ce qui constitue une nouvelle offre qui sera encore développée en 2022.

Sur le plan de la compétition, cette année impaire fut olympique. Sept athlètes lausannois de tous sports se sont rendus à Tokyo, dont deux provenant du Lausanne-Sports Aviron ! Le club est très fier d'avoir encore une fois pu envoyer deux athlètes aux JO, dont la première femme. Frédérique et Barnabé se sont tous deux distingués dans la chaleur du bassin nippon aux conditions très exigeantes en terminant respectivement à la 7^{ème} et 5^{ème} place en double poids léger et double poids lourd. Félicitations aussi à Ondrej Zedka qui a ramené une magnifique 5^{ème} place aux championnats du monde junior à Plovdiv en Bulgarie en quatre de couple. Il assure ainsi la relève du club, suivi fin 2021 par d'autres rameuses et rameurs qui participent dorénavant aux weekends d'entraînements organisés par l'équipe suisse à Sarnen.

Pour la deuxième fois consécutive, le Lausanne-Sports a brillé à Lucerne en décrochant le prix du meilleur club formateur et en terminant à la troisième place du classement général de ces championnats suisses. Le club a remporté cette année 6 titres et 14 médailles lors de cette compétition. Ces magnifiques résultats ont été possibles grâce à la motivation des jeunes rameuses et rameurs ainsi qu'à leurs entraîneurs motivés qui se sont levés très tôt tout l'été afin de profiter d'un lac calme et praticable. La saison de régates 2021 a été à nouveau tronquée et les championnats suisses ont été déplacés au dernier moment de juillet à septembre. Un très grand merci à Frédéric Hanselmann et Arnaud Bertsch qui offrent quotidiennement de nombreuses heures, quels que soient la météo et leurs emplois du temps pour proposer aux jeunes du club un suivi complet et personnalisé. A noter que les compétiteurs.trices et nos entraîneurs n'ont pas pu prendre de vacances d'été pour être prêts pour Lucerne. Malgré la pandémie, il a été possible d'organiser un stage d'entraînement à Pâques à Tennwil dans le canton d'Argovie.

Cette année, les membres du club ont eu la possibilité de se rencontrer et de fêter l'aviron, notamment en marge des JO grâce aux deux magnifiques événements mêlant dégustations de sushis faits maison par les jeunes et Arnaud et ambiance japonaise à Vidy. Merci également à Adeline Seydoux et Juliette Jeannet pour l'organisation du brunch automnal au bord de l'eau grâce auquel la saison a bien démarré.

Des finances saines nous ont permis de continuer à renouveler notre équipement avec notamment une yolette (Pangolin), un double (Mizar) et un quatre de couple de compétition nommé Eos par un vote des membres du club. Quatre nouveaux ergomètres permettent d'offrir aux membres une flotte de 24 machines dont les plus anciennes ont seulement 6 ans. Cela n'est possible que grâce à l'engagement des nombreux bénévoles ainsi qu'au précieux soutien que la Ville de Lausanne nous offre année après année. Nous les en remercions chaleureusement.

Le LSA obtient de très bons résultats année après année, que ce soit en compétition, en activités de randonnée ou dans la gestion financière. Un grand merci également aux membres qui font vivre cette harmonie.

De beaux projets nous attendent pour 2022. Un nouvel entraîneur sera engagé pour développer un groupe sénior et master et accompagner la randonnée. De nombreux investissements sont prévus pour offrir à tout un chacun un matériel de très grande qualité. Nous souhaitons aussi poursuivre la belle aventure entamée par « Léman-sur-Mer » en organisant une deuxième édition déjà mise au calendrier de la FSSA. Un grand merci à Juliette Jeannet qui quitte le comité mais qui continuera à ramer. Finalement, nous souhaitons vivement que notre club puisse garder ses portes ouvertes pour partager des moments agréables en toute liberté et que tous nos membres et leurs poches gardent une excellente santé.

Marie Minger, Vice-Présidente et Romain Loup, Président

Rapport de la Commission Randonnée

Encore une année imprévisible à cause d'un méchant virus. Mais nous ne nous sommes pas laissés faire et nous avons réussi à faire des belles sorties.

Le 29 mai, nous avons reçu l'équipe de rameurs d'autres clubs romands, dans le cadre de l'**ARA**. C'était une superbe journée ensoleillée ! Après l'effort d'aller et retour à Cully, nous avons fini la sortie par un dîner canadien à l'ombre des arbres.

En juin, nous avons fait une **sortie tôt le matin** et à l'arrivée nous avons partagé du café, croissants, gâteaux, confitures et autres délicieuses spécialités.

Au début de l'été, vingt membres sont partis pour un **weekend à la Tène**, tout au bout du lac de Neuchâtel. En partant de là, nous sommes arrivés au lac de Bière par le canal de la Thielle. Après avoir contourné l'île de St-Pierre, de retour sur le canal, un courant assez fort nous a surpris. Chaque équipe a dû puiser dans ses dernières forces pour revenir jusqu'à la Tène. Mais les forces ont été reprises lors de la soirée ! Le dimanche, nous sommes partis vers le lac de Morat. Malheureusement, la météo ayant annoncé du vent, c'est à contrecœur que nous avons dû faire demi-tour au milieu du canal de la Broye. Ce n'est que partie remise !

Il semble que ça devienne une tradition : pour la 3^{ième} fois, une équipe d'encadrant/es est partie faire le **tour du lac Léman** en yole de mer. Bien entendu, nous avons fait un tour en mode plaisir ! Pendant 4 jours, nous nous sommes régalez de baignades depuis les bateaux, de pique-niques copieux préparés par l'équipe de bus du jour, de repas de filet de

perche encore plus copieux... et nous avons ramé entre 30-40 km par jour. Nous ne sommes toujours pas passés par Genève et son jet d'eau – alors, l'année prochaine ?

Le 4 septembre, dans le cadre du **Léman en Rose**, une action pour soutenir des programmes contre le cancer du sein, **nous avons suivi de Ouchy jusqu'à Montreux** avec deux bateaux, la rameuse **Elisabeth Dyskiewicz** dans son challenge de ramer 160 km sur deux jours autour du Léman.

Le 11 septembre, nous avons participé à **l'Armada, aller et retour à Evian** en yolette. Cette randonnée organisée par la Nana a été un bel entraînement pour la Bilac.

Malheureusement il n'y a pas eu de Vogalonga cette année, mais une participation record à **la Bilac**. Six équipes se sont préparées pendant tout l'été pour cette course populaire. Et quelle chance cette année ! Les conditions étaient bonnes et nous avons pu faire la course classique qui est annulée une fois sur deux à cause de la météo. Nous sommes partis sous un soleil radieux depuis Neuchâtel, puis par le canal de la Thielle (et oui, le courant faisait partie de nos stratégies de course) jusqu'à Bienne. Quelques vagues de plus sur le deuxième lac, mais toutes les équipes sont arrivées saines et sauvées (et bien épuisées) à Bienne.

Tout au long de la saison d'été il y avait des **sorties « pleine lune »** – parfois juste sur la terrasse si le lac était trop agité, parfois avec une lune cachée encore derrière la montagne ou les nuages, et parfois vraiment avec une belle et radieuse pleine lune.

Merci beaucoup à l'équipe de la comrado, à toutes et tous qui ont donné des coups de mains, et à tous les membres qui ont participé avec enthousiasme à nos sorties !

Votre commission randonnée : Denise, Gundula, Lucia, Tom, Yvette

Rapport de la Commission formation

En 2021 nous avons fait face à un fort engouement pour l'aviron. Avec quatre écoles d'aviron et de nombreux cours privés, il y a plus d'une septantaine de rameuses et rameurs qui se sont inscrits.tes au club !

En 2022 la commission formation va favoriser l'intégration de ces rameuses et rameurs. L'objectif est de permettre aux personnes inscrites cette année de découvrir notre sport avec plaisir.

Former nos formidables encadrant.es

Une nouvelle formule pour les cours d'encadrant.es a été testée avec succès en tournant par petit groupe dans différents ateliers thématiques pour respecter les consignes de la Covid.

Une sortie coachée par Elena, Augustin et Diego a été offerte aux encadrant.es des cours de perfectionnement 2020 pour les remercier de leur engagement, indispensable pour pérenniser notre structure.

Découverte et perfectionnement pour la rando

Deux weekends de découverte (pour les novices) et de perfectionnement (pour les avancé.es) ont été organisés, par Marie et Natacha pour les 4x et par Yves pour les skiffs.

Nous remercions tous les monitrices.eurs, Andrew, Rafael, Beat, Elena, Diego, Augustin, Elliott, Yamina, Charles et Arnaud T qui ont participé avec enthousiasme à ces cours !

Les coachings lors des sorties rando, deux fois par mois, ont eu beaucoup de succès, mais demandent à être affinés, quitte à diminuer le nombre de participants.

La formule du coaching des équipes Bilac testée cette année évoluera sans doute pour l'année prochaine.

Faire découvrir l'aviron à d'autres

Pour finir, nous avons eu l'occasion d'organiser des journées de découvertes pour des groupes de jeunes, encadrées par les moniteurs privés au CO de la Veveyse, à la Vigie de l'eau, et des initiations « entreprise » Team Building pour M. Meylan, l'école Steiner, Yunix SA, ces deux derniers étant organisées par Caroline. Un cours a également été donné aux encadrants de Maïeutique.

Pour 2022, les pistes à explorer sont nombreuses. Si vous avez des idées ou des envies, n'hésitez pas à en parler à l'un.e des membres de la commission formation ou à écrire à l'adresse initiationadultes@lsaviron.ch. Nous remercions chaleureusement toutes les encadrantes et encadrants qui nous ont aidés pour ces projets, ainsi que les monitrices.eurs privés, Yamina, Anaïs, Thomas R, Dawson et Yorgos pour leur engagement.

Commission formation : Caroline, Marie, Natacha, Thomas W, et Yves

Rapport de la commission technique

Entraînements :

La saison 2021 a été vécue sur l'eau et avec le retour d'une certaine « normalité » dans les entraînements, avec évidemment quelques adaptations nécessaires au vu des contingences sanitaires que nous connaissons (et avec lesquelles il semble qu'il faille composer pour un certain temps encore, mais qui dit sportifs dit agilité et endurance...)

Au cours de la saison 2021, les entraînements des jeunes rameurs du club ont été encadrés par Frédéric Hanselmann et Arnaud Bertsch secondés par de nombreux

moniteurs. Les entraînements multisports des Benjamins ont été coordonnés par Pierre Danese et Dawson Cornière.

Le traditionnel stage de Pâques s'est déroulé dans un lieu presque aussi exotique que la Tchéquie pour les jeunes participant-es qui ont eu le loisir de découvrir depuis la petite bourgade de Tennwil les beautés du paysage parfois enneigé du lac de Hallwil qui se trouve au-delà de la célèbre barrière de Röstli, en Argovie. Les traditionnelles visites du Château et selfies sur le Pont Charles ont cédé la place au tour du lac en jogging avec quelques petits embourbements dans les marécages du coin. Mais toujours avec autant d'enthousiasme sous la houlette attentive et attentionnée d'Arnaud et Fred.

Les Panathlon Family Games ont remporté leur succès usuel, avec une différence de taille puisqu'ils se déroulaient à distance du club et du lac. Les courses d'ergomètre et les présentations ont donc remplacé le tricotage des avirons sur les planches bleues disséminées dans le port.

Le reste de la saison d'entraînements a été très lausannois, avec une motivation parfois un peu plus lente à venir du fait de certains reports de régates, remplacés parfois de manière créative. On peut citer notamment le tour à vélo jusqu'à Evian qui a redonné le sourire aux jeunes compétiteurs et compétitrices déçus du report de juin à septembre des championnats suisses. En résumé l'esprit sportif et les encouragements sans faille de toutes et tous ont apporté leur moisson de récompenses comme vous pouvez le lire ci-dessous. (et le voir en photos sur la page Compétition de notre site internet).

Résultats 2021 :

Un des plus beaux titres remportés pour la 2^{ème} fois consécutive du Lausanne Sport Aviron, celui qui nous tient le plus à cœur est celui de Meilleur Club Suisse 2021 pour la Formation des Jeunes, résultat incontestable du travail des entraîneurs et de l'assiduité des compétiteurs et compétitrices formés au LSA, et merveilleuse mise en pratique des valeurs sportives de notre club.

Les Jeux Olympiques de Tokyo prévus en 2020 ont finalement pu se dérouler en 2021, un objectif attendu depuis longtemps par Frédérique Rol et sa coéquipière Patricia Merz en LW2x ainsi que Barnabé Delarze et Roman Rössli en M2X. Tant Frédérique que Barnabé ont fait honneur à notre club en terminant respectivement 7^e et 5^e de la compétition.

Frédérique et Barnabé ont également brillé aux Championnats Suisses d'Ergomètre, remportant respectivement le titre de Vice-Championne Suisse et Champion Suisse Seniors Homme. Chez les plus jeunes, Emilien Studer remporte également ces Championnats Suisses d'Ergomètre dans la catégorie minime garçons.

Le club s'est illustré également par les résultats d'Ondrej Zedka qui a remporté une 5^e place en JM4 aux Championnats du Monde Juniors, une 4^e place aux championnats d'Europe Juniors et une médaille d'or en JM4x à la régata de Bled.

Les Cadets et Juniors ont également inscrits de beaux résultats au palmarès, en remportant le 8+ Juniors Hommes à la Röstli Cup.

Les Championnats Suisses qui se sont déroulés en septembre au Rotsee ont amené leur moisson de médailles, amenant le LSA à la 3^e place au classement des clubs avec 6 titres et 14 bateaux médaillés. Un titre de Championnes Suisses en 4x minimes filles pour Alicia Van Dike, Ella Pavillon, Anaëlle Paccaud et Ella Hostettler. Un titre de Champions Suisses en 4x minimes garçons pour Emilien Studer, Léo Pradervand, Matveï Schlageter et Benas Beniulis.

Barnabé Delarze a remporté l'or en 1x Senior homme et Emilien Studer en 1x minimes garçons.

Emilien Studer et Matveï Schlageter ont raflé l'or en 2x minimes garçons et Alicia Van Dike et Ella Hostettler en 2x minimes filles.

Les Vice-Champions suisses les ont suivis de près avec un titre en 4x cadets garçons pour Arthur Warpelin, Matteo Edgar, William McClean et Nathan Clément, et un titre en 2x master Mixte pour Natacha Lasorak et Arnaud Tirard-Gatel.

Sans oublier les médaillés de bronze : Romain Loup, Augustin Maillefer, Arnaud Borello et Elliot Sefaranga en 4x seniors hommes, Marc Kallergis, Axel Mühlethaler, Ondrej Zedka et Leonardo Lionello en 4x juniors hommes. Ondrej Zedka et Leonardo Lionello ont rempilé avec le bronze en 2x juniors hommes, quant à Barnabé Delarze et Augustin Maillefer ils ont remporté la 3^e place en 2x seniors hommes. Et à noter une belle performance de Frédérique Rol, 3^e en 1x femmes, ainsi que d'Andrew Keller et Tom de Geus en 2x Master hommes.

Il est difficile de résumer une année d'entraînement et de régates en quelques phrases, aussi nous vous encourageons à retrouver le détail des compétitions et des photos qui vous feront vivre ou revivre les beaux moments de l'année écoulée.

Arnaud Bertsch et Massouma Ziai

Rapport annuel Commission Évènements

Cette année, la commission a pu reprendre ses activités avec toujours pour mission principale l'organisation d'évènements pour entretenir la vie sociale du club.

L'ouverture de saison de mars n'a pour la deuxième année consécutive pas vu le jour mais les événements ont pu se rattraper durant l'été. Les Jeux Olympiques de Tokyo étant un rendez-vous phares de l'été 2021, le club y participait également au travers de ces deux athlètes, Frédérique et Barnabé. Deux soirées ont été organisées en leur honneur ; une soirée de visionnage des finales ainsi qu'un apéro dînatoire en présence de Frédérique Rol et Barnabé Delarze. Une horde de jeunes a secondé Arnaud dans la confection des mets et Frédéric pour la décoration.



Le dîner de soutien revisité cette année a pu avoir lieu début octobre. Pour une année spéciale supplémentaire, formule spéciale. A la place d'un traditionnel repas pour soutenir le club financièrement, un brunch canadien a été proposé. Il a été précédé d'un entraînement collectif.

Une équipe du Lausanne Sport Aviron ont animé et fait la promotion de notre club et de notre passion lors du « Panathlon Family Games » en mai et de « Lausanne sur mer » en août.

Merci encore à tou·te·s ayant permis de faire voir les jours à ces événements et manifestations.

La Commission évènements se réjouit de l'année 2022 avec Adeline à la barre. Juliette quitte malheureusement le navire mais vous aurez toujours l'occasion de la croiser au club. Nous souhaitons une année 2022 propice à l'organisation d'événements pour fédérer et mélanger les différents groupes et membres du club. Et nous vous souhaitons de belles fêtes de fin d'année.

Toutes propositions sont évidemment toujours les bienvenues

Juliette et Adeline

Commission Communication

Nous sommes à la recherche de membres prêts à s'engager pour la communication interne ou externe du club. Si tu te sens concerné et souhaite t'engager, tu peux nous écrire par e-mail à evenements@lsaviron.ch ou te manifester lors de l'Assemblée générale. Nous nous rencontrerons dans la foulée de l'AG afin de répartir les tâches selon un cahier des charges que nous avons élaboré. MERCI !

Adeline

Rapport annuel du responsable Matériel

Dans un club qui vit et qui utilise son matériel, les petites réparations sont courantes. Mais, pour l'année 2021, le bilan du matériel est positif.

Cette année a marqué le retour de la journée matériel. En effet, pour cause de Covid, elle avait dû être annulée en 2020. Mais cet été, le club house ainsi que les hangars ont été ripolinés de fond en comble. Nous espérons qu'aucun aléa de la vie ne viendra empêcher la session 2022 de nettoyage d'avoir lieu.

Malheureusement, en 2021, deux bateaux ont été endommagés. Ils ont subi des dégâts importants, mais ils sont maintenant de nouveau à flot. Dans une activité où l'on ne voit pas où l'on va, le risque de casse fait partie du jeu. Le défi est lancé pour l'année prochaine : pas de casse.

Les bateaux à disposition sont en très bon état. Pour que cela reste ainsi, il est important d'en prendre soin. Sécher les bateaux avant de les rentrer permet de limiter leur vieillissement. Une attention particulière doit également être portée aux rames afin de ne pas les abîmer sur l'eau comme sur terre.

En cas d'avarie ou de dommage n'hésitez pas à le signaler.

Eliott

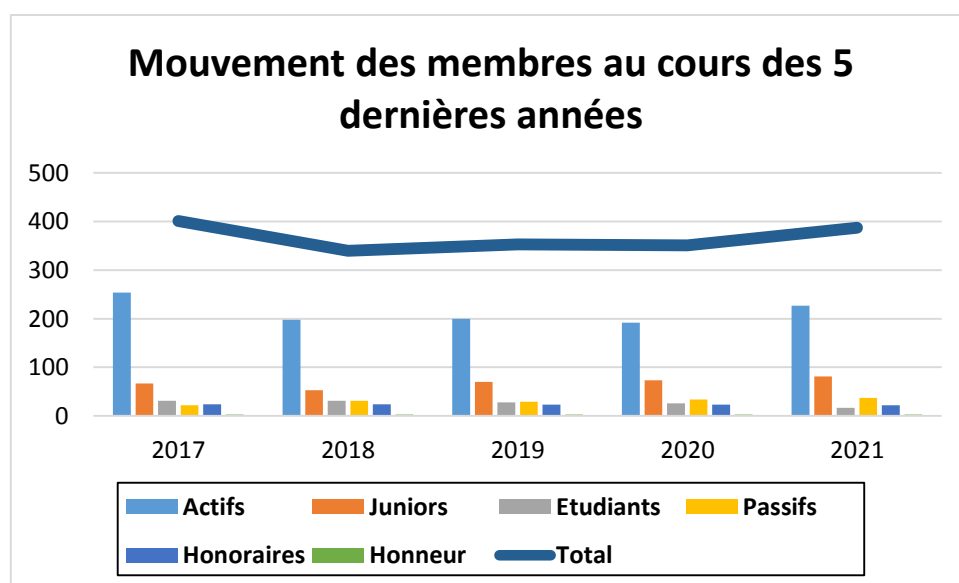
Rapport annuel du Secrétariat

Cela fait maintenant 2 ans que nous utilisons le programme de gestion Clubdesk, qui nous permet, entre autre, de centraliser toutes les informations sur les membres.

Vous avez certainement remarqué que pratiquement toutes nos communications vous parviennent par mail. Il est donc important de nous informer au plus vite des changements de vos coordonnées, par courriel à silvia@lsaviron.ch.

Nous pourrions ainsi tenir à jour nos fichiers et continuer de vous informer des activités proposées.

L'année 2021 a été marquée par un grand engouement pour l'aviron. Certes nous avons perdu des membres comme chaque année, mais grâce aux cours collectifs et privés beaucoup de nouveaux rameurs se sont inscrits en cours d'année. A ces nouveaux membres adultes s'ajoutent les membres juniors (juniors et benjamins) qui nous ont rejoints en automne grâce au recrutement des jeunes par l'équipe technique d'Arnaud (formation des jeunes).



Le total des membres (384) a ainsi augmenté en 2021. De nombreuses démissions ont eu lieu (73) qui ont été compensées par 98 admissions de nouveaux membres. Ceci malgré les limitations d'utilisation des bateaux durant la crise sanitaire.

Encore un mot au sujet des cotisations : nous payons 75.- pour chaque membre actif qui doit être déclaré à la fédération. Il est donc important de nous informer, en début d'année, de vos intentions d'engagement pour 2022 et de régler votre cotisation au plus vite, dès la réception du courrier qui vous parviendra fin janvier.

Je vous souhaite une belle année d'aviron 2022

Silvia