

LE TRAIT D'UNION

Bienvenue dans la 15^{ème} lettre d'information de l'AUNL (février 2011)

Un message à faire passer ? Envie de participer à la rédaction du Trait d'union? [Contactez nous](#) !

Edito

Vous pouvez le constater tous les jours, l'hiver cette année nous paraît plus rude et plus long que d'habitude, et il est vrai que ces températures n'encouragent pas à venir ramer. Cependant, le club prépare déjà les régates et randonnées auxquelles ses membres participeront avec le retour des beaux jours.

Nous tirons donc notre chapeau à tous ceux qui ont la vaillance de s'entraîner malgré un climat peu propice, et nous ne pouvons qu'inciter tous ceux qui ne se sont pas montrés depuis plusieurs semaines à prendre leur courage à deux mains et à revenir dès que possible au club.

Vous verrez, ce n'est pas si terrible que cela, et dans quelques semaines vous vous félicitez d'avoir repris vos pelles.

Alors ? On se voit ce week-end ?

Agenda

19 février	Loisirs	Entraînement animé par Pascal Dupuis
6 mars	Compétiteurs	Tête de rivière à Valenciennes
12-13 mars	Tous	Arrêt de navigation sur le bras devant le club
13 mars	Loisirs	Randonnée sur la Sambre
17 avril	Loisirs	Randonnée sur la Lys
1 ^{er} mai	Loisirs	Traversée de Lyon
12 juin	Loisirs	Vogalonga de Venise
2-3 juillet	Loisirs	Amsterdam
4-7 août	Loisirs	Portugal Rowing Tour
15-20 août	Loisirs	30 ^{ème} rallye du canal du midi

Vous trouverez également l'agenda sur le [site du club](#).

La vie du Club

Message important – arrêt de navigation

Attention, compte tenu de la manifestation « Lille Raid Nature » qui se déroulera devant le club, il ne sera pas possible de ramer le week-end du 12 et 13 mars.

Digicode

Gérard a installé un digicode sur la porte d'entrée du club, ce qui représente plus d'une vingtaine d'heures de travail (merci à lui !). Les adhérents sont invités à demander le code à Pascal Dupuis, et à veiller à le garder confidentiel.

Attention, randonnées !

De nombreuses randonnées sont actuellement ouvertes aux inscriptions chez les Loisirs (et les Compétiteurs intéressés bien sûr). Pensez aux organisateurs bénévoles et inscrivez-vous dès que possible afin de faciliter leur travail.

N'oubliez pas que le calendrier complet des randonnées est disponible sur le site, rubrique « [randonnées](#) ».

Nouveaux membres

Ce mois-ci, souhaitons la bienvenue à 2 nouveaux adhérents, Julien Aucouturier et Chloé Daudin Clavaud.

Entretien et réparation du matériel

L'entretien des embarcations et du club se poursuit. Les séances ont lieu le mardi ou le jeudi, et toutes les informations figurent sur le [forum](#). Actuellement entre une nouvelle serrure à installer, des vestiaires à réorganiser, des avirons à peindre, des bateaux à réparer, il y a de quoi faire pour tout le monde ! N'hésitez pas à vous présenter aux séances avec une tenue appropriée.

L'AUNL est à votre écoute

Pierre Fobert reste à votre disposition pour recueillir vos avis, positifs comme négatifs, sur le club. Vos commentaires seront traités de manière confidentielle. Pour adresser un message à Pierre, suivez ce [lien](#) (il faut pour cela posséder un compte sur le forum, voir ci-dessus pour la procédure). Vous pouvez également utiliser la page [contact du site](#), n'oubliez pas de sélectionner « La vie du club » en destinataire du message.

Vêtements aux couleurs de l'AUNL

Nous vous remercions de prendre le temps de répondre au petit [sondage](#) lancé par Stéphane concernant l'équipement qu'il serait utile d'avoir au club.

Les Compétiteurs

Résultats

- Le samedi 22 janvier avait lieu à Coubertin (Paris) l'Open de Paris d'aviron indoor. Pierre Pollez et Brice Menet y étaient engagés. Malheureusement, Brice, malade, n'a pas pu participer. Souffrant la semaine précédente, Pierre était insuffisamment préparé et n'a pas pu faire mieux que 6'27"7 ([résultats complets](#)).
- Ce dimanche 6 février a eu lieu le 2ème test d'ergomètre à Douai. Notons la très bonne performance de Gratienne, récompensée de ses efforts à l'entraînement avec une brillante première place. À noter également les bons résultats des seniors hommes Damien et Antoine, qui se classent respectivement deuxième et troisième. Félicitations également aux cadets qui ont eu des résultats encourageants. Tous les résultats sont consultables [ici](#) et [là](#).

À venir

- Le dimanche 6 mars aura lieu à Valenciennes le 1^{er} rendez-vous de l'année sur l'eau pour tous les compétiteurs. Ce sera une tête de rivière en bateaux courts pour les cadets, juniors et seniors, et en yolette à quatre pour les minimes.

Bonne nouvelle, les affaires volées en décembre dans les vestiaires ont été retrouvées et restituées.

Les compétiteurs recherchent (toujours) leur barreur/se

La gloire vous tente, mais sans l'effort physique ? Vous pesez moins de 55kg pour une taille maximale de 1,70m ? Alors vous êtes fait/e pour être barreur/se ! Les compétiteurs ont grand besoin de vous. Si vous êtes prêt/e à leur consacrer du temps et les aider à gagner, une formation vous est proposée juste [là](#).

N'oubliez pas qu'être barreur c'est : des sensations uniques, être membre à part entière de l'équipage et à la fin de la course, la médaille est la même !

Les Loisirs

Entraînements Loisirs – 19 février

Une nouvelle [séance](#) pour les loisirs encadrée par Pascal Dupuis aura lieu samedi 19 février à 09h00. Elle est ouverte à tous les niveaux, et pour que la séance profite à tout le monde, les personnes inscrites seront regroupées afin d'avoir une yolette homogène.

Randonnée sur la Sambre – 13 mars

Longue de 20 km, cette randonnée de début de saison est ouverte à tous les rameurs. C'est l'occasion pour les nouveaux venus de découvrir le plaisir de la randonnée. Vous pourrez vous faire plaisir à découvrir les beautés du paysage verdoyant de cette région du Nord. Pour vous inscrire, cliquez [ici](#).

Randonnée sur la Lys – 17 avril

Ce dimanche-là, le club d'Armentières organisera sa traditionnelle randonnée sur la Lys. Le départ sera donné au niveau du club d'Armentières avec au programme le tour de l'étang du Près du Hem. Cette [sortie](#) d'une vingtaine de kilomètres, accessible à tous les niveaux, se terminera vers midi pour un pique-nique commun, retour prévu à Lille en milieu d'après-midi.

La traversée de Lyon – 1^{er} mai

Le dimanche 1^{er} mai aura lieu la traversée de Lyon, si vous souhaitez participer et découvrir Lyon et ses spécialités culinaires, n'hésitez pas, [inscrivez vous](#) !

Randonnée à Amsterdam – 2 et 3 juillet

Le départ de cette randonnée organisée par le club de Lille se fera le vendredi matin ou après-midi. Les participants rameront sur l'Amstel le samedi avec un pique-nique le midi, et le dimanche sur les canaux d'Amsterdam avant de prendre le chemin du retour en fin d'après-midi. Si vous n'êtes pas encore convaincus, regardez les [photos](#) des éditions précédentes. Cette randonnée est ouverte à tous les niveaux, n'hésitez [pas](#) !

Portugal Rowing Tour – du 4 au 7 août

Aventuriers avides de nouveauté, cette randonnée s'adresse à vous ! Si vous souhaitez mettre vos pelles au carré dans des eaux inconnues, l'inscription se passe par [là](#).

30^{ème} rallye du canal du midi – du 15 au 20 août

A chaque édition, cet événement fait des émules parmi les plus compétitifs de la section Loisirs, mais il est également ouvert aux rameurs « sans objectif », qui participent pour le simple plaisir de ramer sous le ciel bleu. Pour cette 30^{ème} édition, il est vivement conseillé de s'inscrire au plus vite pour s'assurer une place au soleil, alors ne [tardez pas](#) !

Divers

Rappel des règles de sécurité

Comme vous le savez, les bateaux sont **fragiles**, particulièrement ceux en bois. Nous devons donc **tous** apporter la plus grande attention lors de leur mise à l'eau et de leur utilisation.

- 1) Si vous avez le moindre doute sur la façon de procéder, **n'hésitez pas** à vous référer à Pascal Dupuis.
- 2) De la même manière, si vous voyez un rameur en difficulté ou faisant une mauvaise manipulation, vous devez intervenir immédiatement pour l'aider.
- 3) Il n'y a pas de honte à ne pas savoir, nous devons tous nous entraider pour le bien des bateaux et du club.
- 4) Rappelons également que lorsque le niveau de la Deûle est très bas, il est préférable d'utiliser le ponton, quitte à attendre quelques minutes qu'il se libère.
- 5) Sur l'eau, n'oubliez pas de vous retourner régulièrement et de regarder des deux côtés du bateau !
- 6) On tient sa berge ! On navigue toujours à droite du canal (du côté des avirons verts) par rapport au sens du bateau.
- 7) Ramez tout doux sur le bras devant le club : le canal étant plus étroit, les risques de collision augmentent. Vous devez maîtriser votre vitesse.

Le forum de l'AUNL

C'est [l'endroit](#) où vous pourrez vous tenir informés de tout ce qui se passe au club.

Il est accessible à tous en lecture. Pour laisser un message, il faut vous enregistrer (un bouton « M'enregistrer » est disponible). Un problème ? Une question ? Une suggestion ? Contactez [l'équipe](#) qui s'occupe du forum.

Une rubrique [Tutoriel](#) est disponible pour vous permettre de maîtriser et mieux utiliser le forum.

Vestiaires

Comme toujours, faites attention à vos affaires : ne laissez rien de valeur dans les vestiaires.