

LE TRAIT D'UNION

Bienvenue dans la 45^{ème} lettre d'information de l'AUNL (novembre 2013)

Quelle que soit votre section, si vous avez des informations à faire passer dans le Trait d'union, nous vous invitons à nous les faire parvenir avant le 25 de chaque mois.

[Contactez-nous](#) !

Edito

Et voilà, on est passé à l'heure d'hiver, on ne peut plus sortir les soirs de semaine, à notre grand désespoir ! À défaut, prenons notre mal en patience et gardons nos muscles bien fermes en suant notre peine sur les ergomètres, nos machines de tortures préférées ! Les nouveaux inscrits ne doivent aussi pas bouder le tank à ramer, afin d'améliorer leur technique, avec parfois la chance de bénéficier des conseils des différents entraîneurs et initiateurs.

N'oubliez pas de consulter régulièrement [le forum](#) et de souscrire à la page [Facebook](#) de l'AUNL pour suivre l'actualité du club.

Agenda

17 novembre	Compétiteurs	La journée du 8
07-08 décembre	Loisirs	Baie des Anges (Nice)
14 décembre	Tout le club	Repas de fin d'année
25 mai 2014	Loisirs	La boucle de Liège
08 juin 2014	Loisirs	Vogalonga (Venise)
07-09 Juin 2014	Loisirs	La randonnée des trois rivières (Bayonne)

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

La vie du Club

Nous souhaitons la bienvenue aux nombreux nouveaux rameurs :

Acquistapace Émilie, Barbier Valentin, Bathiat Nicolas, Bertrand Tom, Charton Christopher, Chereau Thomas, Chesnel Jonathan, Cochenec Alexandre, Crepin Frédéric, Dauphin Marie Emmanuelle, Dauville De Frasme Kilien, Defontaines Philemon, Deliessche Judicaelle, Demichel Matthieu, Desportes Olivier, Droneau Anne-Cecile, Dumas Claire, Eutamene Cadel, Eutamene Camil, Fondeur Martin, Fontchastagner Pierre, Gaboury Thomas, Gambier Quentin, Gautier Julien, Ghestem Vivien, Grua Fanny, Guilbert Vincent, Houriez Adèle, Appareillage Théo, Lavoine Marie, Leveque De Viemorin Pierre, Moinard Luc, Ogeron Geoffroy, Paul Grégory, Paulik Roza, Pech Henri, Perrain Mahé, Pieters Cécile, Pirot Fanny, Prince Charlotte, Rauch Benjamin, Roche Julien, Roux Claire, Senaud Philippe, Tyrel De Poix Lambert, Van Der Werf Thibault, Von Barczy Frédéric.

Le trophée du petit baigneur

Le concours du rameur qui tente de prouver la possibilité de ramer la tête à l'envers est terminé pour cette année : le grand gagnant de la saison est Louis M., félicitations à lui ! Arrivé tardivement dans la compétition, il a pris la première place avec trois dégustations de la deûle. Il peut désormais poser fièrement avec le trophée/canard du club, et nous envoyer la photo ! Retrouvez le [classement](#) sur le forum.

Repas de fin d'année

Vincent C. propose de faire un repas au club pour célébrer la fin d'année. En février 2013, il avait fait l'unanimité avec son buffet, les convives s'en souviennent et en salivent encore. Ne ratez donc pas l'occasion de partagez ce bon repas entre amis. La date du 14 décembre 2013 est confirmée, aussi n'hésitez pas consulter le [menu sur le forum](#) . MIAM !

Les Compétiteurs

Les 6000 de Béthune

Les compétiteurs du club se sont déplacés en grand nombre pour cette première édition des 6000 de Béthune. Un 8 senior homme, un 8 junior homme, un 8 cadet, un quatre de couple senior dame et une yolette de cadettes (sans compter nos amis loisirs qui ont vaillamment descendu les 6000m du parcours eux aussi en 8) soit 35 compétiteurs, barreurs compris!

Tous dévalent le parcours (6000m pour les seniors/juniors et 4000m pour les cadets) à toute vitesse et s'imposent dans leurs catégories respectives !

Prochains rendez-vous, le 10 novembre pour la première évaluation individuelle de l'année en tête de rivière à Dunkerque puis le 17 novembre à Gravelines pour la traditionnelle journée du 8 !

Les Loisirs

Challenge du rameur

Il commence à y avoir du mouvement dans le classement, avec un trio de tête composé d'Augustin, Carine et Julie L. Amis Loisirs, participez à un maximum de sorties, que cela soit des randonnées ou régates, pour peut-être les détrôner ? Prochaine randonnée : la baie des anges début décembre. Découvrez le classement en détail [ici](#).

Baie des Angés - 7 et 8 décembre

Décollage imminent pour le paradis ! Pour cette randonnée en yole de mer à Nice, les inscriptions sont encore ouvertes pour quelques jours (ou quelques heures ?). Si vous êtes tentés, [n'attendez pas](#) une seconde de plus !

La boucle de Liège - 25 mai 2014

Rencontre internationale à Liège, elle constitue une épreuve de 17 300m en 2 tours sur la Meuse. C'est l'occasion de découvrir pour les loisirs l'ambiance d'une régata à 2 heures de Lille. N'hésitez pas à vous y [inscrire](#), les personnes de tous niveaux peuvent y participer.

Vogalonga - 8 juin 2014

C'est la 40^{ème} Édition de la randonnée Vogalonga à Venise, qui permet la découverte de la

cité des Doges par ses canaux et sa lagune. Une expérience unique de la ville qui regroupe plus de 1600 bateaux de tous types sur un parcours d'une trentaine de kilomètres. Stéphane a déjà lancé l'invitation au voyage afin d'organiser au mieux et au plus tôt le déplacement : [On y va / Andiamo !](#)

La randonnée des trois rivières – 8 et 9 juin 2014

Jambon et Aviron,  a rime,  a rame ! Si l'association de l'aviron et Bayonne semble déjà couler de source grâce au club de Rugby, voici l'opportunité de passer quelques jours en Pays Basque et de naviguer sur 3 rivières. Vous aurez aussi tout le loisir de découvrir les charmes de cette cité médiévale, et la convivialité des bayonnais. C'est [80 km de plaisir](#), pour les jambes, les yeux et les papilles ! Attention, quelques mois de pratique régulière sont requis.

Réglages des bateaux

Les séances d'initiation aux réglages des bateaux continuent, encadrées jusqu'à présent par Stéphane ou Pierre. Déjà 2 séances ont eu lieu, nous sommes en train d'approcher l'érudition ! Certes, à petits pas... alors faites partie de [la prochaine initiation](#) !

Divers

Idée cadeau pour les fêtes : le livre « 150 ans d'aviron »

En juin 2011, Lucien Meersman publiait un livre retraçant l'histoire de la société nautique de Lille. Un bel ouvrage qui permet découvrir le long passé du club et la passion qui l'anime. Renseignez-vous au bureau du club pour l'acquérir.

Vêtements à l'abandon

Nombre d'entre nous oublie des vêtements au club. Ceux-ci sont régulièrement stockés dans des cartons. Si c'est votre cas, n'hésitez pas à vous rapprocher des responsables du club afin d'essayer de récupérer vos biens, car dans les semaines qui viennent, un nettoyage est prévu, et les vêtements seront jetés ou donnés à l'extérieur du club.