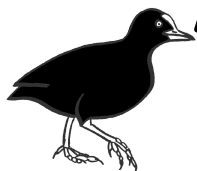


On dit pas un foulque
mais UNE foulque !
Faut changer le titre !!!



Le Foulque déchaîné



Lettre d'information mensuelle de la SNLF

Bulletin d'information de la Société Nautique du Léman Français N°2 Mars 2023

DESHIVERNAGE

Le dés-hivernage du club se déroulera le **18 mars à 13h30**.
N'hésitez pas à venir nous aider pour ce lancement de la saison 2023 !

AGENDA

- Tous les **mercredis du 8 mars au 5 avril** : Débat et conférence sur les **règles de course**.
- **Samedi 11 mars** : Animation **réparation**.
- **Samedi 18 mars** : Animation **météo et réparation**.
- **Samedi 18 mars** : **Déshivernage** du club & Reprise des **entraînements jeunes**.
- **Lundi 3 avril** : Reprise de la **voile scolaire**.
- **10-21 avril** : **Stages de Pâques**.
- **1 avril** : Reprise du **CLER**.
- A partir du **24 avril** : Reprise des **cours de voile Adultes**.

RÉCOMPENSES

Lors de la soirée 100% club, plusieurs de nos compétiteurs ont été récompensés pour leurs résultats au championnat régional: **1ère place** pour Hector Nohra en Optimist Benjamin, **1ère place** féminine pour Circé Legof en ILCA 4, **2ème place** pour Jean Marie Vennin et **3ème place** pour Denis Barbet en Mini-J.



Histoire du club

- Devinez **où cette photo a été prise** à Thonon-les-Bains.
 - Devinez de **quand date** cette carte postale.
- Réponses sur le site du club.



PENDANT L'HIVER...

Les jeunes du club continuent de naviguer : Valentine, Naël et Loïc ont participé aux entraînements ACVL de l'hiver en 29^{er} à Hyères.



Valentine et Naël ont comme projet de participer aux championnats de France cet été.

Les équipes compétitions Optimist, Laser et RS Féva ont elles aussi eu un programme bien rempli :

- Séances hebdomadaires d'**entraînements physiques** pour se préparer au mieux pour la nouvelle saison.
- **Stage de voile de 5 jours à Mèze** durant les vacances de février.
- L'équipe Optimist a même profité de l'hiver pour s'initier au **Biathlon**.
- Première **Régate** pour les Laseristes à **Hyères**.



26124c THONON-LES-BAINS (Hte-Savoie) — LA PLAGE DES ENFANTS

La SNLF a remis au goût du jour le challenge du **Radio-phare** depuis deux ans. Le principe de ce challenge créé en 1992 est simple : réaliser la **traversée du lac Thonon-Saint-Prex-Thonon** le plus rapidement possible. Le départ et l'arrivée du parcours ont lieu entre les deux bouées blanches devant le port de Rives, la marque à enrouler est le Radio-phare. Cette double traversée d'une distance de **11 miles nautiques** est le plus souvent réalisée par vent d'ouest. Vous trouverez ci-dessous tous les temps que nous avons référencé depuis deux ans, ainsi

que les deux meilleurs chronos de 1992.

N'hésitez pas à tenter votre chance en 2023 ! Il vous suffit d'enregistrer une trace GPS sur votre téléphone ou votre montre pour que votre temps soit publié sur le site internet du club.



Nom	Date	Bateau	Type	équ./solo	Temps	V.moy
Vivien Martinelli	juin/2022	Windfoil	PAV foil	Solitaire	46 min	14.7
Jérôme Peter	sept./2022	RS 600	Dériveur	Solitaire	1 h 14 min	9.2
Team Rioule	août/2021	La Rioule	Prototype	Equipage	1 h 26 min	7.9
Gilles Raymond	avr./2022	Smack	Mach 6.5	Equipage	1 h 29 min	7.6
Olivier Cloppet	juin/2021	Oranginight	Longtze	Equipage	1 h 30 min	7.5
Team Optimist	juin/2022	Col Bleu	Sprint open	Equipage	1 h 35 min	7.1
J-M Vulliez	1992	Force née	Class 8	Equipage	1h 37 min	7
M Snelling	1992		Toucan	Equipage	1 h 37 min	7
Cours adultes	sept./2022	Mean Machine	Prototype	Equipage	1 h 45 min	6.5
Hugo Deville	juin/2022	Eleven	Sail 902	Solitaire	1 h 56 min	5.8
W Delongcamp	août/2021	Servane	First 27	Equipage	1 h 58 min	5.7
Thaïs Armagnat	août/2022	Tahoé	Surprise	Solitaire	1 h 58 min	5.7

STAGES DE PÂQUES

Stages SNLF

Stage **Matelot** 7-10ans du **11 au 14 avril** de 13h30 à 16h

Stage **Capitaine** 7-10ans du **17 au 21 avril** de 13h30 à 16h

Stage **2 Voiles** 10-14ans du **11 au 14 avril** de 13h30 à 16h

Les inscriptions pour ces stages sont ouvertes sur notre site !

Stages Départementaux

Stage **Niveau 4 FFVoile** du **11 au 14 avril** de 9H30 à 18h

Stage **RS Féva** du **11 au 14 avril** à Sciez, de 13h30 à 18h

Stage **Optimist** du **17 au 21 avril** à Sciez de 13h à 18h

Formation Moniteur du **17 au 21 avril** à Thonon-les Bains

Les inscriptions pour ces stages sont ouvertes sur le site du CDV74 !

LES RÉGATES ET ANIMATIONS AU CLUB EN 2023

22 et 23 avril : **Entraînement Surprise** - Habitable

29 et 30 avril : **Critérium Surprise** - Habitable

27 et 28 mai : **Croisière du club** - Tout Habitable

24 juin : **Rives Challenge** - Habitable ACVL

25 juin : **Coupe du Duc de Vendôme** - Psaros 33,

Esse 8.50, 6m50 SI

31 août au 2 septembre : **Semaine du soir & Nav'Hugo**
Habitable ACVL & Voile légère

24 septembre : **Régate de ligue ACVL** - Voile légère

22 octobre : **Grand prix de la ville de Thonon-** Voile
légère

Tous les vendredis soirs du 2 juin au 25 août
Navigation libre surveillée