



Présentation programme 2020



La Comrando

Lucia

Denise

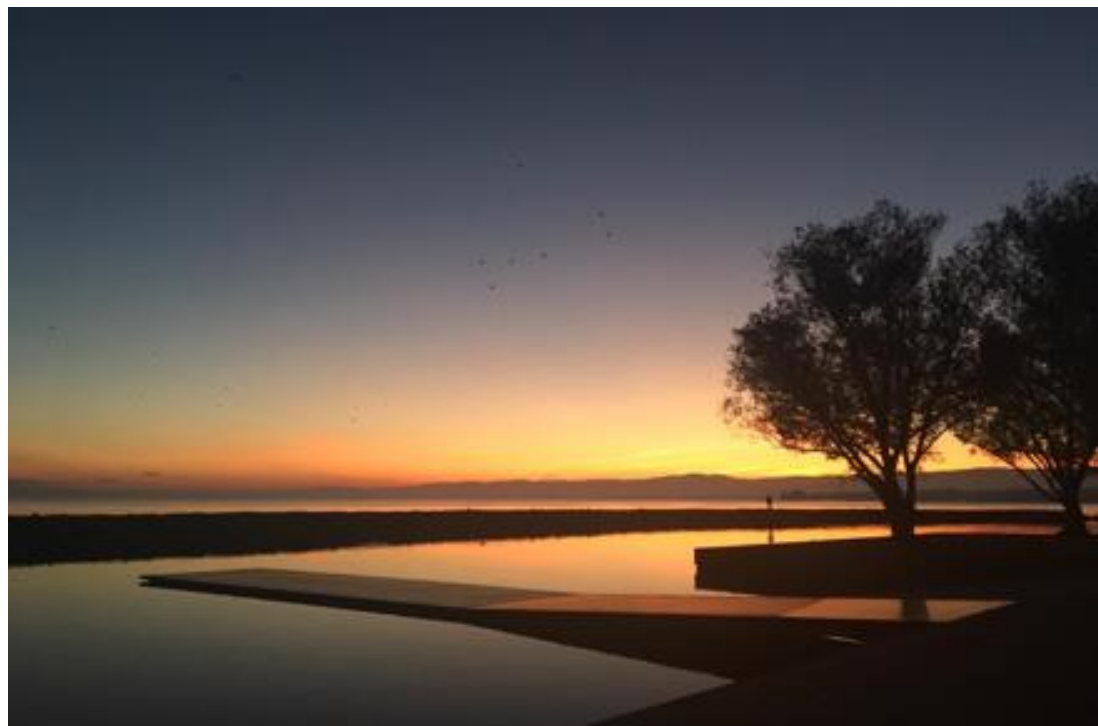
Tom

Yvette

Gundula



Les incontournables



Sorties pleine lune

5 mai

4 juin

7 juillet

4 août

3 septembre

1 octobre

Soirées clôture d'école d'aviron

7 mai

14 mai

16 juin

Les voyages



Traversée de Lyon
1 mai

La Vogalonga
29 mai au 1 juin

Entraînements :
25 – 26 avril
16 – 17 mai

Descente de la Vltava
6 – 13 juin

Traversée de Paris
19 – 20 septembre

Baie des Anges
12 – 13 décembre

Les autres sorties



Regate de Montriond

18-19 juillet

Accueillir les baladeurs ARA

1 août

Sortie sur un autre lac

8 ou 22 août



Traversée du lac avec le club La Nana

12 septembre

Les compétitions Masters

Critérium lausannois

4 avril

Championnats Suisse

27 et 28 juin

Championnats romands Divonne

3 octobre

Régate de Nyon

4 octobre

Roesti Cup

10 octobre



Les sorties ARA



www.ara-avironromand.ch

Inscription par email à Gundula (gundula@lsaviron.ch)

1 aout: les baladeurs ARA sont invités au LSA

Date	Club	Localité du club
3 ou 17 mai	<ul style="list-style-type: none"> • Sté Nautique Etoile Bienne fête son 125ème • Programme: visiter le site de la SNEB. • info: PAS DE SORTIE ARA. 	Bienne
16 mai	Club d'Aviron d'Estavayer-Le-Lac, ACE	Estavayer-le-Lac
06 juin	Club d'aviron Vallée de Joux, CAVJ	Vallée de Joux
20 juin	Sté féminine d'Aviron La Tour-de-Peilz, La Rame	La Tour-de-Peilz
27 juin	Club nautique Montreux, CNM	Montreux
5 juillet dimanche	Club d'Aviron de Nyon, CAN	Nyon
11 juillet	Union Nautique Yverdon, UNY	Yverdon
18 juillet	Club d'aviron Vevey, CAV	Vevey
25 juillet	Club d'Aviron Ville de Fribourg, CAVF Sté d'Aviron Fribourg, SAF	Fribourg
1er août	Lausanne-Sport - Section Aviron, LSA	Lausanne
8 août	Rowling Club Lausanne, RCL	Lausanne
15 août	Sté Nautique Neuchâtel, SNN (journée biathlon)	Neuchâtel
22 août	Club d'Aviron Valais Léman, CAVL	Le Bouveret
29 août	Sté Nautique de Genève, SNG	Genève
12 septembre	Club d'Aviron de Vérenaz, CAVz	Vérenaz
26 septembre	Forward Rowing Club Morges, FRCM	Morges
10 octobre	Club Nautique de Divonne + Gourmandiv	Divonne

Les dates pour tous



Ouverture de saison
21 mars

Mis en ordre du club
2 mai

Repas de soutien
5 septembre



Les rameurs handicapés de vue recherchent des encadrants pour

1. ramer dans les Gorges de la Loire 13-14 juin
2. L'entraînement les mercredi soirs 18h30 horaire d'été

Contact:

Bernard Stumpe

Marc Delafontaine

ou Gundula

gundula@lsaviron.ch

