

Coupe LA GRUYERE 2019



La Coupe LA GRUYERE 2019 en est à sa 43^{ème} édition. Elle effectue un classement sur 10 épreuves qui se disputent dans les trois districts du Sud-Fribourgeois.

La coupe LA GRUYERE ouvre à nouveau ses classements avec une nouvelle catégorie course adaptée.

Les filles et les garçons seront séparés dans les classements.

Les distances à parcourir restent identiques entre 800m et 2000m.

Conditions de participation : Sport Handicap 2005 et plus âgés/âgées

CALENDRIER DE LA COUPE LA GRUYERE 2019

DATE DATUM	MANIFESTATION VERANSTALTUNG	ORGANISATEUR VERANSTALTER
Di / So 14.04.2019	48^{ème} COURSE DE RELAIS EN FORÊT Bulle – Stade de Bouleyres Relais 3 x 6,0 km Dénivellation 150 m Courses jeunesse 1,4 – 1,8 – 2,9 km	Sporting Athlétisme Bulle www.sabulle.ch www.chronometrage.ch benoit.fragniere@websud.ch
Sa / Sa 18.05.2019	7^{ème} GRUYERE RUNNING Hauteville – Salle Otavela 19.8 km ou relais 8,85 + 10,95 km Courses jeunesse 0,55 – 1,3 – 2,9 – 4,17 km Walking / Nordic 6,5 km	CS Hauteville www.gruyere-running.ch info@gruyere-running.ch
Je / Do 30.05.2019	45^{ème} COURSE DES 3 PONTS Broc – Halle de gym 10,55 km Dénivellation 125 m	FSG Gym-Hommes Broc www.3ponto.ch mp.steiner@bluewin.ch

	Walking / Nordic 7,7 km Courses jeunesse 0,65 – 1,0 – 2,0 – 3,0 km	
Ve / Fr 14.06.2019	25^{ème} À TRAVERS SÂLES Sâles – Centre sportif La Lisière 8,03 km Dénivellation 100 m Courses jeunesse 1,1 – 1,8 km	FSG Sâles www.a-travers-sales.ch course@a-travers-sales.ch
Di / So 16.06.2019	40^{ème} NEIRIVUE – LE MOLÉSON Neirivue – Halle de gym 10,6 km Dénivellation 1290 m Courses jeunesse au village 0,5 – 1,0 – 2,0 km Championnats Suisses & Fribourgeois	CS Neirivue www.neirivue-moleson.ch info@neirivue-moleson.ch
Ve / Fr 30.08.2019	SOIREE POPULAIRE SUR PISTE Bulle – Stade de Bouleyres 5'000 m Championnats Fribourgeois	Sporting Athlétisme Bulle www.sabulle.ch www.chronometrage.ch benoit.fragniere@websud.ch
Di / So 15.09.2019	39^{ème} COURSE EN FORET DE ROMONT Romont – Montagne de Lussy 14,7 km Dénivellation 103 m Courses jeunesse 0,4 - 0,8 – 2,0 – 3,0 km Juniors / Populaires 7,5 km Walking / Nordic 7,5 km	CARC Romont www.carc.ch/course-en-foret marcel.wider@gmail.com
Sa / Sa 12.10.2019	24^{ème} COURSE CONTRE LA MONTRE «Chupia Pantè» Marsens – Ferme communale 5,91 km (départ individuel) Dénivellation 132 m Courses jeunesse 0,7 – 1,0 – 2,0 – 2,3 km	CS Marsens www.chupia.ch informations@chupia.ch
Di / So 03.11.2019	43^{ème} TROPHEE DE LA VALLEE DU FLON Porsel – Halle de gym 12,5 km Dénivellation 220 m Courses jeunesse 1,0 – 2,0 km Juniors / Populaires 5,5 km Walking / Nordic 5,5 km	CS Vallée du Flon www.csvf.ch/index.php/trophee info@csvf.ch
2019	Un semi-marathon 21,1Km de plaine ou de montagne dans le monde... Temps de passage d'un marathon valable	Votre résultat officiel doit être justifié et annoncé avant le 11 novembre 2019 benoit.fragniere@websud.ch
Sa / Sa 16.11.2019	44^{ème} CORRIDA BULLOISE Bulle – Grand-Rue	Corrida Bulloise www.corrida-bulloise.ch

	6,15 – 8,15 km Jeunes 0,75 – 1,15 – 1,75 – 3,15 km Populaires 3,15 – 6,15 km Walking / Nordic 7,75 km	info@corrida-bulloise.ch
--	--	--

Organisation 2019 43ème coupe par CS Marsens

Soirée de clôture, le 23 novembre 2019

Lieu à définir ?

Le coordinateur de la Coupe journal LA GRUYERE

Benoît Fragnière, Chemin du Comte-Michel 6, 1630 Bulle, Tél. 079 440 49 35

e-mail : benoit.fragniere@websud.ch

informations et classements sur le site:

<https://www.chronometrage.ch/node/605>

La parole est donnée à Maëlle Minnig



Concerne : remerciement et informations pour la course adaptée de la Coupe de la Gruyère 2019

Nous y voilà ! Une année de passée et comme d'habitude nous n'avons rien vu, le temps file, nous vivons, nous rions, nous pleurons, nous partageons et nous découvrons. Si seulement nos journées pouvaient avoir 48h ! Mais serions-nous tout aussi impliqués ? Parfois, avec tous les projets qui déboulent dans ma petite tête je me dis que oui.

Grâce à chacun de vous, un de mes projets a pu voir le jour et avec succès. Grâce à vous, le sport pour tous a fait un pas vers l'intégration dans notre canton. Grâce à vous nous avons tous pu nous épanouir lors des 10 manches de la Coupe. Grâce à vous le handicap perd du terrain et l'acceptation de la différence fais son chemin. Grâce à vous tous nous pouvons affirmer haut et fort que cette première édition 2018 était réussi.

Je reste infiniment reconnaissante de votre investissement dans ce projet et vous remercie du fond du cœur pour vos dons magnifiques !

Que votre année soit remplie de bonheur, que vous puissiez vous épanouir et ne pas voir les jours défilés et surtout n'oubliez jamais que le Bonheur se trouve dans l'intensité des moments et qu'il n'a pas de valeur alors prenez en soins et regardez la vie autour de vous comme elle est belle !

Merci à :

- ***Vous coureurs, organisateurs, familles, institutions, ...***
- ***La Gym Hommes Broc pour le bénéfice de la tombola***
- ***Willy Chrono pour le chronométrage de chaque manche www.chronometrage.ch***
- ***L'état de Fribourg et son département de la santé et des affaires sociales***
- ***Nicole Niquille***
- ***Cabinet physiothérapie JMC Cuennet Sàrl à Marly***
- ***La jeunesse de Riaz***
- ***La jeunesse de Vuippens***
- ***Hibernatus SA à Bulle***
- ***Buchs Orthopédie à Bulle***
- ***PhysioBulle à Bulle***
- ***Cinelec SA à Matran***
- ***SMI à Bulle***
- ***Orthoconcept SA à Fribourg***
- ***GESA à Bulle***
- ***Fournitech SA à Villarsel-le-Gibloux***
- ***La Paroisse de Vuippens-Marsens***
- ***Clean My car à Bulle***
- ***L'office du tourisme de Moléson***
- ***Hubert-Etter à Vuadens***

- **Montagne attitude, Trango Sport Nature, Dupasquier Sport et Trilogie sport pour les prix de la remise de la Coupe 2018.**

Concernant la Coupe de la Gruyère 2019,

La catégorie adaptée sera à nouveau présente avec quelques légères modifications. Nous avons pu obtenir le label **Special Olympic** pour cette prochaine édition. Cela implique donc une prise de conscience par chacun sur la ligne à suivre de ce label, pour nous il n'y a pas de modification car c'est les mêmes critères que nous avons observés l'année passée. Grâce à ce label, nous espérons avoir une plus grande visibilité et donc une participation augmentée et homogène sur les différentes manches. *Special Olympic* va créer une page pour chaque course dans son site web, comprenant la date de l'événement et la distance de course à parcourir.

Special Olympics Switzerland

Email unified@specialolympics.ch

<https://specialolympics.ch/fr/sportarten/athletisme/>

Malheureusement, nous avons constaté un très faible intérêt pour la catégorie fauteuil roulant, nous n'allons donc pas reconduire cette catégorie pour l'édition 2019 mais nous restons ouverts et à l'écoute de toutes propositions éventuelles. En effet les participants désiraient faire des plus grandes distances, je suis en cours de réflexion pour essayer de satisfaire ce point. De ce fait, si nous n'avons pas de chaise nous n'avons pas besoin de WC adaptés et un parcours de forêt peut être envisagé (attention tout de même à ne pas mettre des parcours trop exigeants).

Un changement majeur à lieu pour cette année chaque **catégorie sera séparée hommes et femmes** pour les classements et les résultats. Concernant les finances d'inscriptions nous restons à un maximum de CHF 10.- par participants, à noter que la solution du tarif à la distance (p.ex. le même tarif que les poussins) était très chouette cette année.

Les distances également ne changent pas nous gardons un parcours qui avoisine les 1000 mètres maximums. Pour ceux qui désirent changer de parcours vous pouvez sans autre si ce dernier correspond toujours aux dit critères, je vous laisse toutefois m'informer.

Un autre point important à prendre en compte est le fait que plusieurs institutions vont participer plus activement cette année ce qui implique pour elle une certaine organisation étant donné que les weekends les effectifs sont diminués. Nous pourrions essayer de faciliter leur tâche en offrant des horaires de départ un peu retardé dans la matinée par exemple, faire un départ aux alentours de 11h si la course est le matin. Comme vous avez pu le constater il a aussi été demandé par les institutions que la cérémonie protocolaire ne soit pas trop tard après la course pour une question d'organisation interne.

De plus, l'année passée quelques manches ont effectué un départ commun avec les écoliers, si le cœur vous en dit et que les effectifs des différentes catégories ainsi que les parcours le permettent je vous laisse le choix de regrouper ces deux départs. Cela permet une grande motivation pour les coureurs et une intégration encore plus grande.

Cette année nous avons aussi la chance de participer au carnaval de Broc qui nous permet donc de récolter quelques sous pour la suite de la saison. Par ce fait, je suis dans la possibilité d'offrir comme cette année, la participation à la Coupe de la Gruyère aux différents motivés afin de diminuer le risque de non-participation pour des raisons financières. Je vais également faire des flyers et contacter à nouveau les institutions de la région pour les informer de la continuité de ce projet. J'espère que nous aurons encore plus de succès cette année. Au plaisir de tous vous voir au taquet !

Je reste à votre entière disposition en cas de questions, de propositions ou de besoins financiers particuliers concernant cette catégorie.

Sportivement,

Maëlle pour la Coupe de la Gruyère et sa catégorie adaptée 2019

Maëlle Minnig

Rte des Bugnons 30

1633 Marsens

079 295 85 79

minnig47@gmail.com