

## **CAMP D'ENTRAINEMENT DU CA FRIBOURG A MARINA DI PIETRASANTA (I) 15 AU 22 MARS 2008**

*by Adrien Krause*

---

**Samedi 7h30, parking du stade St-Léonard. Le grand départ pour Marina va être donné sous les ordres du starter... Et c'est parti !**

Le voyage commença dans l'ambiance morne d'un départ bien trop matinal pour certains athlètes. Arrivé à la frontière, Sacha se rendit compte que, dans la précipitation, il s'était trompé de passeport. En effet, ce dernier était décoré de 2 jolis petits trous ! Après avoir dû mendier 5 francs à Carlo, qui au passage n'a toujours pas reçu le du de son prêt : ), et remplir quelques papiers, nous continuâmes notre périple à travers l'Italie du Nord. Aux alentours des 16h00, le magnifique bus rouge *Swiss-Athletics* précédé par le sublime bus blanc *Ottet* étaient enfin parqués devant l'hôtel *Villa Ombrosa* tenu par l'atypique Fernando et sa souriante femme. Les premiers jours furent plus ou moins durs pour les frêles cuisses de certains participants en manque d'entraînement ou déjà entamés par une semaine précédente déjà bien éreintante... L'ambiance était toujours au beau fixe et le temps plutôt clément. Le mardi soir, une sortie fut organisée pour, notamment, fêter comme il se devait les 20 ans de Leticia. Pour quelques athlètes, la fin de soirée tourna au vinaigre en rentrant trop tard de la plage ou était entreposés quelques bateaux qui leur servirent de siège pour contempler le magnifique ciel étoilé... Durant la nuit, Pascal boucha malencontreusement l'évier et la jubilaire attrapa un virus qui, au petit matin, heureusement s'estompa.

Le mercredi fut placé sous le signe du repos et de la détente. La matinée, les entraîneurs avaient décidé de nous emmener dans un espace détente. Sauna, jacuzzi, tout y était pour apaiser les derniers esprits encore brumeux. L'après-midi, nous nous sommes rendus à Pise. Le temps était au beau fixe et nous avons eu le bonheur de déguster une glace devant la tour toujours penchée, tout ceci dans la bonne humeur la plus totale.

Le jeudi, la température augmenta de quelques degrés et les athlètes les moins frileux firent même trempette ! Les entraînements se déroulaient toujours aussi bien malgré des cuisses toujours plus lourdes et quelques blessés plus ou moins légers. Vendredi, dernier jour d'entraînement, déjà. Après notre séance d'entraînement du matin, nous avons pu admirer un relais pour le moins original: un 3X133m composé de Michel, Boubou et Carlo, les 3 « anciens » du CAF qui tout au long de la semaine ont apporté leur joie de vivre. Ces derniers ont parcouru leur tour de piste déguisé en mousquetaires et l'épée leur a fait office de témoin. A noter que Pierre aurait dû y participer mais des douleurs aux genoux en ont décidé autrement. L'après-midi qui suivit, la majorité des athlètes durent se confronter aux fameuses « séries du vendredi ». Peu de dégâts étaient à déplorer après cet ultime effort, contrairement aux années précédentes. Le soir, nous avons eu droit au fameux discours d'adieu de Fernando, apparemment surchauffé par l'événement. La suite de la soirée se termina dans une ambiance bonne enfant.

Le samedi fut le jour du retour. Le magnifique bus rouge *Swiss-Athletics* précédé par le sublime bus blanc *Ottet* reprirent la route. Déjà la nostalgie de cette belle semaine achevée se faisait ressentir. Passés la frontière, nous fûmes accueillis en Suisse par la neige et le froid. Le retour à la réalité fut rapide...

**Merci à tout le monde pour cette magnifique semaine et tout particulièrement à Pierre qui était peut-être au camp pour la dernière fois cette année et qui a toujours été présent pour nous. Un dernier clin d'œil encore aux miss du CAR, pour leur présence et leur bonne humeur, ainsi que pour leurs délicieux beignets !**