



La feuille de chou des kayakistes de Grauland

Edito :

C'est la rentrée, faudra bien s'y faire, encore une ! Bon, on va laisser les soucis de fournitures de classe et reprises de boulot de côté et penser à ce qui fait nos récréations hebdomadaires, à savoir l'EAU et tout ce qu'on peut y faire... là y'a matière !!!

On respire un bon coup et on y retourne... Alors là... plein de choses sympas, grandes manifs sportives, loisirs aussi et ça fait du bien !!!

Courage les grenouilles, on est là pour mettre des couleurs à la vie et servir le pastis (quand y'en a vraiment besoin s'entend...)

Ceci dit, n'oubliez pas de verser votre aumône sous la forme d'un petit chèque... et oui, on veut pas faire les rabat-joie, mais faut bien payer sa licence !!! (Pour les adhérents du CKC : chèque à l'ordre du CKC Grau du Roi... et pensez à signaler votre pagaie couleur)... A vot' bon cœur... Merci ! Bonne lecture à tous et bonne rentrée

Les poux de la rédaction



LE PETIT MOT DU PRESIDENT

La saison de kayak de mer 2005 se termine. Une saison où vous avez su profiter des événements extra-graulandais pour découvrir les autres facettes du canoë-kayak, de naviguer sur d'autres formes d'embarcations aux noms à dormir debout (kendo, topolino, blunt et j'en passe...). Un seul petit regret c'est d'avoir réservé qu'une toute petite place aux sorties Loisirs Mer !!!!

Eh ben !! Voilà, la saison 2006 est là alors, profitons pour réserver et mettre nos sorties Loisirs Mer à l'honneur sans toute fois oublier que nous serons les hôtes des championnats de France Mération 2006... Il y aura du taff, des teuffs à gogo et surtout du plaisir à se retrouver ensemble.

Ah oui !!!! Dernière chose, «qui dit nouvelle saison dit nouvelle licence », dégainer vos Bic, Waterman, Pilot, Conté, Parker, Pentel, Standler pour une licence du bonheur.

Votre humble serviteur

CALENDRIER

Tous les MERCREDIS

Soirées club – Sorties kayak – pirogue Rendez vous à 18h30 à la base du Vidourle (Club CKC Grau du Roi)

Tous les SAMEDIS

Sorties mer kayak pirogues – Rendez vous à 14h30 – prévoyez serviettes, lunettes et crème solaire

Vendredi 2 septembre

Palavas – Les Vendredis de Palavas... celui là et tous les autres : Navigation à 18h30 suivie de l'habituel barbecue apéro...

3 – 4 septembre 2005

Fête des Association au Grau du Roi – Le CKC GDR tiendra un Stand,

venez nombreux... ce sera la fête comme chaque année avec Apéro offert par ma Mairie et animations sportives multiples...

Dimanche 11 septembre 2005

Mini marathon de Comps – Programme : suivez les mail, nous vous l'envoyons dès réception

Dimanche 18 septembre 2005

1000 pagaies - Traversée de Palavas – Challenge INTER ENTREPRISE

24-25 septembre 2005

Sortie Loisir Club – Banyuls (voir plus loin les détails)

Et en prévision, l'AG Club aura lieu en Octobre.

FOURAS 2005

Les Championnats de France de Mération ont eu lieu à FOURAS (17) les 26-27 et 28 Août... On y était !!!



Thibaud NOLLANT
Champion de France K1 Cadet

Bienvenu au Camping « L'Espérance » Tous quichés au fond, loin des toilettes (tant mieux pour le bruit) et au bord de la mer... ça c'était cool ! Manquait juste un peu de place mais bon, on s'est tenu chaud et la promiscuité a fait que tout le monde a été « sage » la nuit... ou presque !

Bizarre ce pays où il fait chaud le jour et froid, humide et venteux le soir et la nuit... les Languedociens sont passé maître au jeu de l'oignon qui se pèle et se dépèle à volonté... Premier entraînement

mardi avec le soleil et des conditions météo de rêve, parcours pour les V6 Dame et les kayaks, suivi d'une journée épouvantable mercredi où toute la petite troupe (grosse quand même) s'est vue cloisonnée dans le marabout pour cause de pluie – Virginie n'était pas là (elle était où ???) on a même pas pu jouer au « Jungle Speed » !

Elles sont sorties quand même les filles du Grau, le soir à la pointe de la Fumée (pas de l'Epée Virginie !!!) faut dire, pas facile de jongler avec les marées, un coup elle est là, un coup elle est plus là ... C'était pas not' mer celle là ! Fallait prendre rendez-vous, et y'avait du monde !

Pour ce qui est des résultats des courses, outre la SUPERBE médaille d'Or de Titi en K1 Cadet (Môma a versé toutes les larmes de son camel!!!) et la non moins SUPERBE médaille d'Or de notre Marité nationale en V1 Dame... vous trouverez tous les résultats sur le site du club (plus un lien sur le site de la fédé)... Belle récolte pour les roussillonnais en général...

Un grand bravo aux filles de Rana Iti du Grau (**Nath, Kty, Val, Lolo et Martine**) qui ont courageusement terminé à cinq (Notre devise : « Abandon !!! JAMAIS »), Mjo s'étant faite débarquer à mi course (à cause des sales bêtes à coquille que vous n'aviez pas toutes mangées... Ben vous faisiez quoi !!!) et qui ont voulu l'empoisonner en pleine course... (Rassurez vous tout va bien et Mjo sera de retour sur SA mer qui ne se résume pas à un parc à huîtres géant !)...

En tout cas, chapeau bas pour l'organisation de la partie nautique, orchestrer les départs et les arrivées en se jouant des marées capricieuses, ils sont forts les charentais !!!

Merci à **Evelyne** pour sa bonne humeur et sa joie de vivre, et à **Pierre-Yves** pour sa présence et sa gentillesse, on imagine

bien les difficultés de la tâche (on va y passer !!!) Ha !!! on oubliait !!! Merci et Bravo à l'Elu qui n'a pas hésité à se mettre à l'eau (mocassins et pantalon) pour nous aider à tirer la pirogue de la lise... Exemple à suivre !!!

Il s'est passé tellement de choses lors de cette semaine folle, qu'il est difficile d'en faire le tour... Nous terminerons donc sur la soirée « repas festif » organisée pour ces 5èmes championnats de France et qui, c'est certain, laissera des traces (sur ordonnance pour ceux qui ont attrapé une bronchite chronique) et pour les autres, car il suffisait juste d'y assister pour le croire... En résumé, pas d'apéro (?) pas de toit (?) dommage il pleuvait (un peu) pas de lumière (?) pas de musique (ah si, un groupe folko qui a dansé une bonne partie de la soirée dans un coin sans estrade... on a rien vu ! ... une barquette de moules, 3 sardines et des frites obtenues avec ruse (ou rien), une bouteille de vin pour 12 (heureusement la tarte était bonne...), une bagarre de tahitiens, vite maîtrisée... et une foule en doudoune, polaires et capuches serrés les uns contre les autres pour avoir chaud... Mais voilà, les plus malins et les plus courageux aussi (car il fallait se lever tôt pour ranger le marabout...) sont ceux qui ont poursuivi la fête au Casino, avec musique, chapeaux de paille multicolores, bibine à volonté et plus si affinité...

Bon, d'après les organisateurs, ils ont mis la barre « très haut » dur dur de relever le déficit pour 2006 (hi hi hi !!!) Ben on va essayer quand même !!!

La passation à notre Pierrot local a été des plus cérémonieuses, un petit rappel du « Grau 2000 » a tout de suite donné un aperçu des couleurs de ce que sera le cru « Grau 2006 »... Pensez aux lunettes de soleil, ce sera si FORT que vous risquerez d'en perdre la vue !!!!

A nous de jouer donc... On compte sur vous tous, bénévoles, amis des sports nautiques de toutes pagaies et de toutes tailles, de tous horizons pour faire que 2006 soit inoubliable dans le sens le plus charmeur du terme...

Banyuls - 25-26 Sept 2005

Sortie Loisir CKC

Le CKC Grau du Roi organise une « Sortie Loisir » Kayak de mer, le WE du 24-25 septembre à Banyuls.

Nous logerons au camping municipal « La Pinède » avec un coût global environ 9 € par pers

Faites vite savoir qui est intéressé par cette sortie (camping ou villa) pour que nous puissions organiser et réserver ...

Inscription : Pierre - pierre.truong@agriculture.gouv.fr

LICENCES 2005-2006

100 € - licence pleine

90 € - licence Etudiant

80 € - licence pleine Etudiant disposant d'un kayak perso

80 € - licence pleine Adhérent disposant d'un kayak perso

80 € - licence Enfant moins de 13 ans

70 € - licence semestre (Septembre à Février ou Mars à Août)

50 € - Adhésion (si déjà licencié dans un autre club) ou

Licence (si déjà adhérent dans un autre club)

50 € - carte d'abonnement 5 séances

5 € - carte découverte

A payer par chèque à l'ordre du CKC Grau du Roi

IMPORTANT : Un certificat médical est obligatoire et doit être joint au chèque de paiement de la licence 2006 pour validation par la ligue.



Carnet Rose...

Ugo a vu le jour le 9 août 2005 sous les yeux incrédules de Moony sa maman et Vianney son Papa... Il pèse 4.050 kg et mesure 52 cm... un futur rugbyman Petit Ugo !!!

Sois le bienvenu chez les grenouilles et toutes nos félicitations à tes parents (surtout à Maman...)

PETITES ANNONCES

Philippe KERMORGANT vend (cause départ à l'étranger) deux V1 :

V1 dbstrat modele tea (mars 2003) prix 1000€

V1 dbstrat modele 2005 - prix 1500€

Visibles à Brest - tel 02 98 32 15 42 mail PhKermorgant@wanadoo.fr

Mjo vend patins à glace neufs taille 38 - blancs avec protèges lames

- agréés Fédération Française de Patinage Artistique - 40€ - tel :

06.19.90.90.12



INFO INFO INFO...

Nous sommes tombés (aïe ça fait mal !) par inadvertance, sur le célèbre « pine d'huître de Marennes Oléron », il séjournait incognito à Fouras mais son « appendis » l'a trahit !!!!
Difficile de passer inaperçu quand on est muni d'un tel glaive... Enlève ton masque JC on t'a reconnu !!!!



Bla Bla Bla Bla A Grauland...

Connaissez vous l'Hurepoix ??? **Val** vient de là, ça explique en partie beaucoup de choses...

Kty « extra-popole » d'où sa nouvelle tente de « célibataire » qu'on se le dise...

A Fouras, **Roger's** s'est fait tiré par **Manu**, si si, on a la photo ! Depuis Roger a le poil soyeux...

Au menu de samedi, petit boudin du Père **Denis**... Ha c'était pas la Pergola !!! **Val** a vu des jumeaux du même âge !!! Ca c'est l'Hurepoix... Et **Mjo** a pris un filet de pêche pour une tente... son côté grenouille sans doute !!! Décidément, la Charente, ça travaille ... Pour une fois que **Kty** était « chaude et Open » personne n'en a profité. Pourtant on dit bien « faut pas gâcher !!! »... à suivre...

Confit de Melon aux épices et citron vert (de Mjo)

Ingrédients : [2 gros melons, 500 g de sucre roux morceaux (la péruche), une cl à café d'extrait de vanille liquide, 1 cl à café de cannelle en poudre, 2 cl à café de gingembre en poudre, 3 citrons vers]

. Peler les melons et les évider. Les couper en petits morceaux fins de façons à ce qu'il deviennent presque transparents à la cuisson

. Verser le melon dans une cocotte (si possible en fonte), allumer le feu et laisser dégorger doucement.

. Ajouter le sucre roux, laisser fondre, puis le gingembre et la cannelle

. Peler le zest d'un des trois citrons (rincez le avant) et découper de fines lanières puis ajouter à la préparation

. Oter la pulpe des 3 citrons (enlever toutes les peaux) et ajouter à la préparation.

. A feu doux, laisser confire environ 1 heure (cocotte fermée) en allant remuer de temps en temps.

. Eteindre le feu et laisser refroidir la cocotte fermée.

Le lendemain :

. Rallumer le feu sous la cocotte et porter à ébullition

. Préparer vos bocaux (en verre, couvercle en métal), les rincer à l'eau chaude

. Verser le contenu de la cocotte dans les bocaux (bien à ras) et retourner les bocaux à l'envers. Laisser ainsi pendant 15 mn environ (pour stérilisation)

Conseil d'utilisation :

Servir frais en nappage sur : de la faisselle ou du sorbet melon ou citron vert, ou de la glace vanille....
Bon appétit !

Pour vos annonces et articles :

clubkayakgrau@free.fr ou «boîte à idées» au club

PETITE PHRASE DU MOIS

«Quand on voit ce que font les pigeons aux statues, on remercie le ciel de ne pas avoir donné d'ailes aux vaches»