

Rallye de pentecôte au camping La Moubra à Crans-Montana

Comment avons-nous été désignés volontaires pour vous raconter le week-end de Pentecôte ?

Que veut dire Proprioception ?

Vous le découvrirez à la lecture de ce récit.

Vendredi les premiers équipages arrivent, s'installent et montent les bédouins. Le premier repas du soir se fait sous les bédouins pour les uns, chez soi pour les autres.

Samedi matin arrivé du reste de la troupe. Nous sommes au total 18 équipages.

Nous scrutons le ciel car au programme est prévue une ballade le long du bisse du Tsittoret.

(La prise d'eau de ce bisse se situe dans les alpages de haute altitude et il s'écoule dans les hauts des alpages de moyenne altitude. La ballade se déroule ainsi à la limite de deux paysages et végétations. Ce bisse a été construit au 15^{ème} siècle. Il en prend sa source dans la Raspille, rivière qui sépare géographiquement le Haut-Valais du Bas-Valais). Des nuages semblent bien stagner sur les hauteurs, mais il en faut plus pour décourager toute cette troupe. 10h15 nous nous réunissons et Francis nous communique les informations utiles. Nous nous déplaçons en voiture ou scooter vers le lieu de départ. Nous longeons le bisse, passons vers la cave du Scex (prononcez comme vous le voulez) et après 30 à 40 min de marche nous arrivons au coin grillade. Chacun s'affère à chercher du bois pour le feu, à confectionner des pics pour cervelas, saucisses et chamalos. Un peu plus loin nous apprécions la buvette afin de nous réchauffer avec une bonne boisson chaude. Des produits du terroir y sont vendus comme de la « kirschenmarmelade ». Et oui Liliane ce n'est pas ce que tu penses. Il y a bien le mot kirsch mais ce n'est pas cette fameuse boisson.

Retour au point de départ pour récupérer les véhicules, descente à pied jusqu'au camping pour certains.

L'apéro canadien du soir se transforme en apéro Magnin afin de fêter leur nouveau camping car. Les Géo's nous annoncent « la surprise ». Parmi ces derniers, il y a des fans inconditionnels de Top Chef, Master Chef et donc un concours est organisé. 4 équipes sont composées par tirage au sort. Chaque équipe reçoit un sac surprise dans lequel se trouvent des ingrédients. Exemple d'un sac : courgettes, cenovis, mettwurst, bananes-crisps, tomates séchées, galettes. Nous devons confectionner un apéro pour le lendemain soir. La consigne est claire. Il faut revisiter les ingrédients, les transformer et tout doit être utilisé.

La soirée se poursuit avec une raclette organisée par les Géo's.

Dimanche matin le pain est livré par la boulangère (merci les Géo's) et à 10h00, grâce à la présence d'un moniteur agréé tout spécialement venu pour nous, un décrassage suite aux efforts de la veille est organisé. Gilles nous fait faire différents exercices avec les bras, les mains, le tronc, de drôles d'exercices d'équilibre en fermant un oeil puis l'autre et des exercices d'agilité avec des balles. Un nous a fait particulièrement rire lorsqu'il a fallu expirer à fond et rentrer son ventre. Spontanément Martine baptise cet exercice « Brélaz ». Eclat de rire !

Là nous apprenons ce qu'est la proprioception. Cette dernière désigne l'ensemble des récepteurs, voies et centres nerveux impliqués dans la sensibilité profonde, qui est la perception de soi-même, consciente ou non, c'est-à-dire de la position des différents membres et de leur tonus, en relation avec la situation du corps par rapport à l'intensité de l'attraction terrestre.

Nous apprenons également le bienfait d'expulser complètement l'air en soi et ne plus respirer pendant quelques secondes. Cet exercice semble faire du bien aux différentes cellules du corps.

Après 45 minutes soutenues nous terminons par un jeu d'adresse. Nous aurions du nous en douter, les vainqueurs ont gagné le droit d'écrire cet article.

Le reste de la journée est libre. Marche pour les uns, montée en téléphérique pour les autres (journée gratuite des remontées mécaniques). En fin d'après-midi les cyclistes du tour de Suisse arrivent à Cran-Montana.

Tout d'un coup vers 15h00, une drôle d'agitation est perceptible sur le camping. Mais que se passe-t-il ? C'est le concours apéro ! Dans chaque équipe ça coupe, ça râpe, ça cuit, ça confectionne. 18h45 nous dressons nos plats et les 4 membres du jury regardent, examinent, goûtent, évaluent sans pitié. Ils pensaient nous piéger mais ne savaient pas à qui ils avaient à faire. De supers plats, pleins d'originalité sont présentés. Ils ont été scotchés, bluffés.

Le verdict tombe. L'équipe gagnante est annoncée et les prix sont distribués.

La soirée se poursuit avec une pasta party aux trois sauces et un succulent dessert dont on se ressert de chocolat...

Bravo les Géo's !

Lundi est journée libre. Dernier repas en commun à midi pour ceux se trouvant au camping puis petit à petit les équipages prennent le chemin du retour.

Un grand merci aux Géo's pour l'organisation impeccable et à tous pour la bonne humeur véhiculée tout au long du séjour.

Olivier, Catherine, Bastien