BULLETIN

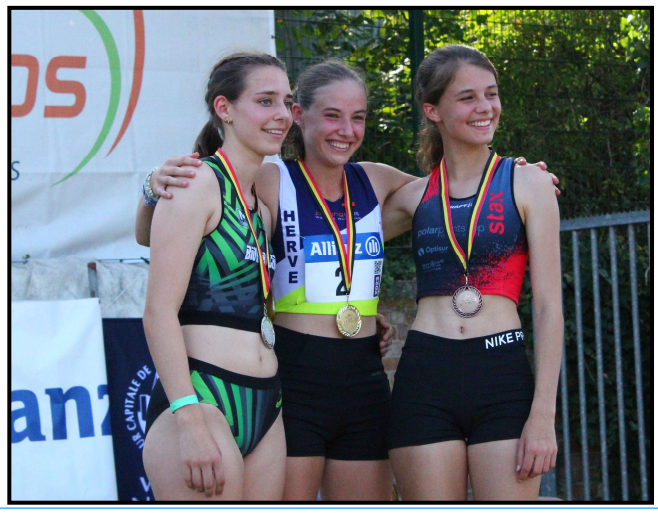
Belgique - België
P.P - P.B.
4650 Herve
BC10483
P501125

TRIMESTRIEL

N° 270

OCTOBRE - NOVEMBRE
DECEMBRE
2023

HERVE
ATHLETIQUE CLUB



HERVE ATHLETIQUE CLUB

association sans but lucratif Matricule LBFA 384

BUREAU DE DEPOT HERVE P501125
EDITEUR RESPONSABLE : G.DENIS Voie des Aubépines, 18 4650 HERVE TEL : 087/678.004

Adresses utiles

Herve Athlétique Club (matricule 384)

Président

Guy Denis
Voie des Aubépines, 18
4650 Herve
☎ 087/67.80.04
president@herv.club

Secrétaire

Yvon Provoost
Voie des Maçons, 43
4630 Soumagne
☎ 04/377.41.43
0485/36.94.92
secretaire@herv.club

Trésorière

Élodie Denis
Voie des Aubépines, 18
4650 Herve
☎ 0498/384633
tresorier.herv@gmail.com

Autres membres du comité

Freddy Bonhomme
☎ 087/67.90.07
Yannick Bonhomme
☎ 0497/15.37.97
Léon Charlier
☎ 087/66.03.68
Pierre Ficher
☎ 0495/75.92.71
Cédric Rans
☎ 0476/81.96.65

Stade

Rue du Stade
4650 Herve
☎ 087/66.17.23
Fax : 087/44.57.97
Site Internet :
htpp:www.herv.be
E-mail : info@herv.club

Entraîneurs

Gilles Baltus
☎ 0499/46.95.53
Régis Blanchy
☎ 0476/92.46.83
Yannick Bonhomme
☎ 0497/15.37.97
Dorian Deflandre
☎ 0499/33.12.24
Nicolas Dethier
☎ 0496/25.48.06
Maxime Grifgnée
☎ 0492/03.42.52
Clémence Hamers
☎ 0476/41.05.87
Coline Hamers
☎
Sébastien Hamers
☎ 0478/59.57.79
Corentin Hick
☎ 0498/79.45.77
Romain Hick
☎ 0499/23.17.98
Sacha Kempeneers
☎ 0475/53.44.85
Alice Mercenier
☎ 0498/24.76.51
Aubry Moreau
☎ 0495/11.48.33
Pauline Noyelle
☎ 0478/83.54.05
Aurore Pauly
☎ 0494/48.35.74
David Qualizza
☎ 0497/83.64.94
Cédric Rans
☎ 0474/45.76.33
Clara Ruzziconi
☎ 0497/11.06.88
Grégoire Schnackers
☎ 0495/19.46.98
Denis Sohet
☎ 0473/75.19.44
Nora Vanwerst
☎ 0495/42.89.30
Vinciane Wuidard
☎ 087/35.17.88

Trimestriel 270

Sommaire

Editorial	3
Le mot du secrétaire	4
Revue des différents Championnats	4
Infos club	4
Calendrier 4ème trimestre	6
Formalités pour les cross	6
Calendrier Indoor et Cross	6
Résultats piste	7
Top 10 belge	15
Records piste battus	15
Course sur route –Trails-Courses d'orientation	16
Horaire des cross	16
Challenge cross	17
Calendrier des cross	18
Souper du club	19

Photos de la page de couverture :

Clément Deflandre, Rémi Schyns et Élia Cappa au championnat de Belgique ; Léa Gomez-Mariné au championnat LBFA, Cyril Dauchat au championnat de Belgique.

N° de compte du club

AXA BE13 8002 1734 4039

Trimestriel Herv AC

samedi 14 octobre 2023 N° 270

Bons résultats aux différents championnats francophone et de Belgique. Nouvelle saison qui commence, accueil de nombreuses nouvelles recrues . Préparation pour la saison hivernale .

EDITORIAL

Les championnats du monde et la rentrée scolaire, tout cela est déjà très loin dans nos mémoires et nous voici déjà en octobre.

Dans notre club, nous avons organisé les championnats de Belgique d'épreuves multiples qui furent un succès, merci à tous les bénévoles. Nous avions également l'organisation de notre stage d'été qui s'est déroulé dans une excellente ambiance. Merci à tous les moniteurs qui ont encadrés tous ces jeunes athlètes.

Début septembre, nous avions la reprise de l'école d'athlétisme et de psychomotricité. Cette rentrée fût comme les années précédentes exceptionnelle, nous avons dû arrêter les inscriptions dès le premier jour et même refuser certains car nous arrivions à saturation et il nous aurait été impossible d'encadrer nos jeunes athlètes correctement. Nous souhaitons par la même occasion la bienvenue à nos nouveaux athlètes ainsi qu'à leurs parents.

Nous sommes également arrivés à la fin de la saison de piste. Lors du dernier trimestre certain championnats de Belgique et LBFA se sont déroulés durant cette période. Vous trouverez tous nos résultats en détail dans ce trimestriel.

Je voudrais malgré tout revenir ici, sur les titres obtenus lors des championnats de Belgique et LBFA 2023. Titre de Champion de Belgique : Clément Deflandre au 3000m Steeple/ Cyril Dauchat au Décathlon / Simon Jeukenne au 1500m / Léa Gomez-Mariné au triple saut / Florent Hervers à la longueur / Régis Thibert au 5000m. Nous avons également 2 médailles d'argent et 4 de bronze.

Aux championnats LBFA nous avons obtenus cinq titres avec : Caroline Bloch à la perche / Anne Laure Hervers à la hauteur et épreuves multiples / Florent Hervers à la longueur/ Lucas Cordonnier au 400m haies / Cyril Dauchat au disque. Lors de ces championnats nous avons également obtenus 7 médailles d'argent ainsi que 8 de bronze. Nous n'oublions évidemment pas tous nos autres athlètes qui ont participés à ces championnats et qui ont réalisé également de très bonnes performances personnelles.

Lors de ces compétitions beaucoup de records personnels et du club ont été améliorés, félicitations à tous.

Pour terminer, voici quelques dates concernant nos organisations futures : samedi 28 octobre, il y aura le Troisième mémorial Stéphane Dmyterko (semi-marathon) à 14h00 / le 12 novembre, les 4 Cimes (course de 33km) et le 24 Novembre la corrida de Herve à 19h30. Pour ces trois organisations, nous aurons besoin de vous, parents et athlètes,

pour leur bon déroulement. Si vous êtes disposés à nous aider, merci de prendre contact avec un membre du comité.

Le 07 janvier 2024 aura également lieu notre cross annuel sur le site du F.C. Charneux.

La soirée repas aura lieu le 25 novembre au Hall omnisport d'Aubel.

Et nous voici déjà arrivé à l'aube de la saison 2023/2024, qui débutera avec les cross et les indoors. En espérant que chacun d'entre vous atteigne ses objectifs personnels.

Guy

Le mot du secrétaire.

Après les vacances et la rentrée scolaire, arrive pour l'athlétisme, le début de la nouvelle saison, en effet une saison d'athlétisme se déroule du 1er Novembre au 31 Octobre. Qui dit nouvelle saison, dit rentrée des certificats médicaux nécessaires pour pouvoir bénéficier de l'assurance qui couvre tous les athlètes en cas de blessures pendant la pratique de leur sport favori, et renouvellement des cotisations couvrant la redevance à la ligue et l'assurance.

Le montant de celle-ci a été fixé à 150 € et de 100 € pour l'Athlé des Minis et le groupe à allure libre (GAL)

En pratique:

✪Payer la cotisation.
Voir montant page suivante.

✪Rentrer le certificat médical

✪Vous recevrez votre dossard pour la saison 2023/2024 (dossard à garder jusqu'à la fin de saison soit le 31 octobre 2024).

La nouvelle saison commence par les cross et les épreuves en salle dont vous trouverez le programme dans le bulletin. Pour participer aux compétitions, il est souhaitable, voire obligatoire de porter les couleurs du club. Les maillots sont en vente lors des entraînements.

Bienvenue aux nouveaux, bonne continuation aux autres et merci à tous, athlètes et bénévoles, qui avez permis que HERV soit un club qui monte.

Y. Provoost

Infos Clubs

1. Commençons ce 1er bulletin de l'année athlétique en souhaitant **la bienvenue à tous, nouveaux et nouvelles, qui rejoignent notre club.**

Saison 2023-2024

La rentrée athlétique pour nos jeunes athlètes de l'athlé des minis (6 et 7 ans) et de l'école d'athlétisme (8 à 13 ans) se fera le 28 août au stade. Responsable : Sébastien Hamers pour l'école d'athlé et Nora Van Werst pour l'athlé des minis.

Pour les athlètes à partir de la catégorie cadet (né en 2010 ou avant), les entrainements continuent durant tout l'été (voir avec votre entraineur). Si vous souhaitez commencer l'athlétisme et que vous êtes né en 2010 ou avant, voici les possibilités qui s'offrent à vous : Athlètes nés en 2008, 2009 ou 2010, vous pouvez rejoindre soit :

- **le groupe orientation** qui vous permettra de découvrir ou de vous perfectionner dans les différentes disciplines de l'athlétisme (sprint, haies, lancers, sauts hormis la perche). *Responsable : **Vinciane Wuidard***
- **le groupe course** qui vous permettra de découvrir ou de vous perfectionner dans les sprints et les haies. Il est adapté aux athlètes qui souhaitent s'orienter vers une filière exclusivement « course à pied » (sprint et haies). *Responsable : **Cédric Rans***
- **le groupe demi-fond** qui vous permettra de découvrir ou de vous perfectionner dans les épreuves du demi-fond (800m et plus). Il est adapté aux athlètes qui souhaitent s'orienter vers une filière exclusivement demi-fond. *Responsable : **Dorian Deflandre***
- **le groupe perche** qui vous permettra de découvrir ou de vous perfectionner dans le saut à la perche. Ce groupe est déjà accessible aux athlètes de la catégorie minimes. Les entrainements dans le groupe perche sont à faire en parallèle avec des entrainements dans un des trois autres groupes. *Responsable : **Gilles Baltus***

Chaque athlète est libre de choisir le groupe dans lequel il souhaite s'entraîner. Le choix du groupe qu'il souhaite rejoindre est à effectuer en début de saison (les premières semaines de septembre) mais ce dernier n'est pas figé. Les athlètes peuvent, en concertation avec les entraîneurs concernés, changer de groupe en cours ou en fin de saison. Il est également possible de combiner les entrainements dans deux groupes différents selon les désirs de l'athlète.

Les athlètes minimes 2 (nés en 2011) peuvent déjà intégrer un de ces groupes dès le mois de juillet s'ils le souhaitent.

Pour les athlètes nés en 2007 ou avant, vous pouvez rejoindre soit :

- **le groupe piste** qui vous permettra de découvrir ou de vous perfectionner dans les différentes disciplines de l'athlétisme (sprint, haies, sauts hormis la perche et les épreuves combinées). *Responsable sprint* : ***Denis Sohet*** *Responsable haies, sauts horizontaux et épreuves combinées :* ***Yannick Bonhomme***
- **le groupe demi-fond** et fond qui vous permettra de découvrir ou de vous perfectionner dans les épreuves du demi-fond et du fond (800m et plus). ***Responsable : Dorian Deflandre***
- **le groupe lancers** qui vous permettra de découvrir ou de vous perfectionner dans les épreuves de lancers (poids, disque, javelot et marteau). *Responsable :* ***David Qualizza***
- le groupe perche qui vous permettra de découvrir ou de vous perfectionner dans le saut à la perche. *Responsable :* ***Gilles Baltus***
- **le groupe hauteur** qui vous permettra de découvrir ou de vous perfectionner dans le saut en hauteur. *Responsable :* ***Vinciane Wuidard***

Il est également possible de combiner les entrainements dans deux groupes différents selon les désirs de l'athlète, principalement pour les athlètes des groupes perche ou lancers qui peuvent intégrer également le groupe piste.

- **la section hors-stade** est divisée en 2 groupes : *Responsables* **Aurore Pauly et Régis Blanchy**
  - **le groupe hors-stade** pour les personnes souhaitant principalement s'entrainer pour les courses hors-stade (jogging, trail) avec un objectif de performance.
  - **le groupe allure libre (GAL)** pour les personnes souhaitant principalement s'entrainer pour les courses hors-stade dans un but de loisirs. Ce groupe accueille également les débutants en course à pied, mais ayant une base d'endurance.

Les entraineurs de la section hors-stade sont généralement présents sur la piste en même temps et conviennent ensemble du groupe le plus adapté à chaque athlète ou nouvel arrivant.

Horaires d'entrainement

- Athlé des minis : mercredi de 15h00 à 16h30.
- Ecole d'athlétisme : lundi et mercredi de 17h00 à 18h30
- Groupe orientation : mardi et jeudi de 17h15 à 19h00.
- Groupe course : mardi et jeudi de 18h00 à 20h00 et samedi de 10h00 à 12h00. Le dimanche et le lundi sont consacrés à une séance de renforcement musculaire.
- Groupe demi-fond/fond :
  - U16 : lundi de 18h00 à 20h00, le jeudi de 17h15 à 19h00 et le samedi de 10h00 à 12h00.
  - A partir de 18 ans : lundi de 18h00 à 20h00, le mercredi de 18h30 à 20h30 et le samedi de 10h00 à 12h00.
  - Des entrainements supplémentaires à domicile sont possible selon l'implication des athlètes.
- Groupe piste : lundi, mardi et jeudi de 18h00 à 20h00 et le samedi de 10h00 à 12h00. Le lundi est consacré à une séance de renforcement musculaire. Des entrainements supplémentaires et une planification personnalisée sont possible selon l'implication des athlètes.
- Groupe perche : mercredi de 17h30 à 19h00 et le samedi de 10h00 à 12h00. Groupe hauteur : samedi de 9h30 à 11h00.
- Groupe lancers : mardi et jeudi de 18h00 à 20h00 et samedi de 10h00 à 12h00.
- Groupe hors-stade : mardi de 18h00 à 20h00 + programme à domicile.
- Groupe allure libre : mardi et jeudi de 17h45 à 19h00.

Pour les athlètes nés en 2007, 2008 et 2009 du groupe orientation, un entrainement de perfectionnement est possible le samedi de 10h00 à 12h00 dans les différentes disciplines : hauteur, perche, sprint, haies, sauts horizontaux, lancers, demi-fond

Contact

Vous souhaitez rejoindre notre club ? N'hésitez pas à contacter notre direction technique (DT@herv.club) ou l'entraineur responsable du groupe que vous souhaitez rejoindre soit en vous rendant au stade aux heures d'entrainement de celui-ci soit en le contactant par téléphone ou email.

Remarque

a. Les entraineurs de chaque groupe se chargent d'informer les athlètes des différentes compétitions auxquelles il peuvent participer.

b. Durant les vacances scolaires ainsi que les vacances d'été, les entraînements sont maintenus hormis pour la psychomotricité et l'école d'athlétisme. En ce qui concerne les vacances d'été, chaque groupe sera averti de l'horaire en vigueur pendant cette période.

c. Les athlètes qui ne sont pas totalement en ordre (paiement de la cotisation et remise du certificat médical ou attestation sur l'honneur) pour le **1er décembre** se verront refuser l'accès aux entraînements.

2. Cotisations

- athlète : 150 €
- athlète de la section Hors stade (GAL) sans dossard, mais en ordre d'assurance : 100 €
- Athlé des Minis : 100 €.

Une réduction de 10 € est accordée par membre supplémentaire d'une même famille.

3. Boutique du Club.

Pour participer aux compétitions (cross, indoor, piste), il est obligatoire de porter le maillot jaune et bleu du club. Cela permet en plus aux entraîneurs de vous repérer et de vous encourager notamment lors des cross. Il existe également des T-shirts bleus disponibles au prix de 10,00 €.

Vous pouvez vous adresser à Alice Mercenier ou aux autres moniteurs.

Articles disponibles:

- T Shirt club 10 €
- Singlets 25 €
- Tops : 25 €

Spikes d'occasion : prix à convenir

5. Assurance

Que faire en cas d'accident survenu lors des entraînements ou d'une compétition ?

Vous devez directement prévenir votre entraîneur ou le juge-arbitre de la compétition, ensuite vous présenter au secrétariat du club afin d'y enlever un bulletin de déclaration d'accident, disponible également sur le site : www.herv.be, qui devra être complété par le médecin. Cette déclaration doit être remise dans les 10 jours au secrétariat afin qu'elle puisse être transmise à l'assurance.

Lors de cette procédure pensez à faire un double de tout les documents. La compagnie ARENA prendra contact avec vous dès réception de la déclaration.

Lors des remboursements mutuelle n'oubliez pas de demander un document du remboursement.

Calendrier du 4ème trimestre 2023

Dates	Heure	Lieu	Categorie	Hommes	Dames	Rem.
22 oct.	**11hr00**	**Berlare**		**Lotto Cross Cup (Nieuwdonk) - relais par catégories**		
28 oct.	14hr00	Herve		1/2 marathon de Herve **Mémorial Stéphane Dmyterko** **Nous avons besoin de signaleurs; contactez un membre du comité si vous êtes disponible**		
29 oct.		**Roulers**		**Lotto Cross Cup**		
05 nov.	12hr30	Amermont		Cross de HF		**Club**
12 nov.		Battice		37ème Cimes du Plateau de Herve 33 km **Nous avons besoin de signaleurs; contactez un membre du comité si vous êtes disponible**		
12 nov.	12hr30	Spa		Cross de Spa à La Fraineuse		**Club**
19 nov.		**Hulshout**		**Championnat de Belgique de cross**		
26 nov.	12hr30	Seraing		Cross de Seraing		**Club**
03 déc.	12hr30	Hergenrath		Cross d'Eupen		**Club**
09 déc.		Bruxelles		**Championnat de Belgique de cross Masters**		
10 déc.		Bruxelles		**Championnat d'Europe de cross**		
16 déc.		Louvain-la-Neuve		Critérium LBFA pentathlon		
17 déc.	12hr30	Naimette		Cross de Liège		**Club**

Formalités pour participer au cross

Pour participer à un cross

Les athlètes à partir de Cadets doivent obligatoirement posséder le dossard 2024 pour participer.

Pour les benjamins (à partir de 07 ans), pupilles et minimes qui n'ont pas de dossard ils devront s'adresser au secrétariat du cross pour en obtenir un

Dans le calendrier du trimestre lorsqu'il est indiqué "Club" cela signifie que 2 à 3 moniteurs de l'école des Jeunes sont sur place pour l'échauffement des enfants.

Calendrier indoor et cross 2024

06-07 janvier	Championnats provinciaux (Louvain-la-Neuve)
07 janvier	Cross à Charneux (Herve)
13 janvier	Championnats LBFA Cadets/Scolaires Indoor + LBFA relais 4x200 (Louvain-la-Neuve)
14 janvier	Cross de Huy **Championnat provincial**
21 janvier	**Lotto Cross-Cup de Hannut - Championnats LBFA**
27 janvier	Championnats LBFA Toutes Catégories Indoor (Louvain-la-Neuve)
03 février	IFAM à Gand + Championnat de Belgique 4x200m
04 février	Cross du WACO
10-11 février	Championnats de Belgique et LBFA Indoor d'épreuves multiples (Gand)
11 février	**Lotto Cross-Cup de Diest**
11 février	Cross de Flémalle (Les Trixhes)
18 février	Championnats Belgique Toutes Catégories Indoor à Louvain-la-Neuve
24 février	Championnats de Belgique Masters Indoor à Louvain-la-Neuve
02 mars	Championnats de Belgique Indoor Cadets-Scolaires à Gand
03 mars	Championnats Belgique Juniors/Espoirs Indoor à Louvain-la-Neuve
17 mars	Cross de l'ATC (remise des médailles Ben-Pup-Min)
17 mars	Championnat LBFA de lancers long hivernaux (Marche)
23 mars	**Remise des prix du challenge cross de la province de Liège**

Résultats Piste

MEETING INTERNATIONAL DE LIEGE 12/07/20223

100m T. Cat. Dames
6 VIOLLE Chloé 12"80
8. ALEGRE Julia 13"58

100m T. Cat. Hommes
19. PIROTTE Thimotée 11"28
23. MOREAU Aubry 12"19

400m Scolaires Hommes
3. DAUCHAT Cyril 51"54

400m T. Cat. Dames
17. FRANS Valentine 61"84

400m T. Cat. Hommes
15. RYSENAER Baptiste 51"40

1500m T. Cat. Hommes
6. THIBERT Régis 3'42"88

3000m steeple T. Cat. Hommes
6. SCHYNS Rémi 8'31"53

NUIT DE L'ATHETISME HEUSDEN 15/07/2023

100m Seniors Dames
5. VIOLLE Chloé 12"65

800m Cadets 2008
7. JONAS Thibaut 2'06"13

800m Scolaires Dames 2006
6. DEMBOUR Fanny 2'32"67

800m Scolaires Hommes 2008
20. BONHOMME Hugo 2'17"23

1500m Juniors. Dames
4. CAPPA Élia 4'41"17

1500m Juniors. Hommes
1. THIBERT Régis 3'46"79
6. JEUKENNE Simon 3'55"30

DAMPICOURT 15/07/2023

100m T. Cat. Dames
7. FRANS Valentine 12"90
FRANS Emma 13"48

300m T. Cat. Dames
1. FRANS Valentine 42"20
5. FRANS Emma 44"90

HANNUT 16/07/2023

100m T. Cat. Dames
8. GOMEZ-MARINE Emma 14"08

100m T. Cat. Hommes
20. SCHYNS Romain 12"83

200m T. Cat. Hommes
18. SCHYNS Romain 25"83

Longueur T. Cat. Dames
8. GOMEZ-MARINE Emma 4 m 25

Poids Cadettes
5. DURU Sacha 7 m 46

Disque Cadettes
2. DURU Sacha 23 m 29

Poids Seniors Hommes
2. HICK Corentin 11 m 11

Disque Seniors Hommes
3. HICK Corentin 32 m 29

NINOVE 22/07/2023

100m T. Cat. Dames
37. FRANS Valentine 12"91
51. FRANS Emma 13"43

100m T. Cat. Hommes
62. RYSENAER Baptiste 11"81

200m T. Cat. Hommes
68. RYSENAER Baptiste 23"56

800m T. Cat. Hommes
67. JEUKENNE Hugo 1'59"41
93. JONAS Thibaut 2'05"94
94. FICHER Pierre 2'05"97

1500m T. Cat. Hommes
150. BONHOMME Hugo 7'30"13

5000m T. Cat. Hommes
42. PIERRON Thomas 15'12"31

200m T. Cat. Dames
31. VIOLLE Chloé 25"91
33. FRANS Valentine 26"07
48. FRANS Emma 27"30

1500m T. Cat. Dames
71. WILLEMS Florence 5'15"48

3000m steeple T. Cat. Dames
8. CAPPA Élia 10'36"04

Hauteur T. Cat. Dames
5. HERVERS Anne-Laure 1 m 71

HANNUT 23/07/2023

400m T. Cat. Hommes
7. MARLIER Quentin 52"68

100m T. Cat. Hommes
1. PIROTTE Thimotée 11"43

HEUSDEN 23/07/2023

800m Cadets
2. GREFFE Antoine 2'09"71

CHAMPIONNAT BELGIQUE T. CAT. BRUGGE 29-30/07/2023

Déplacement à Brugge pour 9 Herviens; Anne-Laure blessée n'ayant pu défendre ses chances. Nos athlètes ont ramené 3 podiums dont 1 titre de champion de Belgique pour **Clément Deflandre** au 3000m steeple.

Nous comptons également 1 médaille d'argent pour **Rémi Schyns** au 3000 mètres steeple et.1 médaille de bronze pour **Élia Cappa** au 3000m steeple.

Félicitation à tous et à toutes,

200m Dames
19. VIOLLE Chloé 25"73

400m Hommes
21. RYSENAER Baptiste 50"97

5000m Espoirs Hommes
8. COLLARD Arnaud 14'32"18

Perche Dames
5. BLOCH Caroline 3 m 40

Longueur Hommes
11. HERVERS Florent 6 m 62

1500m Dames
22. CHARLIER Julie 4'37"97

3000m steeple Dames
3. CAPPA Élia 11'05"76

3000m steeple T. Cat. Hommes
1. DEFLANDRE Clément 8'41"03
2. SCHYNS Rémi 8'43"17

100m haies Dames
17. VIOLLE Chloé 14"93

HERENTALS 02/08/2023

400m Cadettes
2. DESMET Lucile 68"86

1500m Cadets
1. DELMOITIEZ Victor 4'33"61

5000m Seniors Hommes
2. SMETS Florent 16'47"92

Longueur Cadettes
3. DESMET Lucile 4 m 19

LOUVAIN 05/08/2023

800m T. Cat. Hommes
37. STINI Zacaria 1'58"21
47. JEUKENNE Hugo 2'00"11
69. FICHER Augustin 2'04"33
71. FICHER Pierre 2'05"10
86. PIRSON Nathan 2'12"31

3000m T. Cat. Dames
10. CAPPA Élia 9'57"10

12. CHARLIER Julie 10'02"70

800m T. Cat. Dames
48. BRANDT Emmy 2'33"54

1500m T. Cat. Hommes
18. SCHYNS Rémi 3'48"48
27. COLLARD Arnaud 3'53"82
90. BRUWIER Guillaume 4'26"71
98. TONKA Rémy 4'50"15

3000m T. Cat. Hommes
4. DEFLANDRE Clément 8'03"13
35. PIERRON Thomas 8'47"28
68. BONHOMME Hugo 9'34"99

300m T. Cat. Dames
12. VIOLLE Chloé 40"87

5000m T. Cat. Hommes
30. RONDAL Benjamin 16'19"70

CHAMPIONNAT D'EUROPE JUNIORS JERUSALEM 07-10/08/2023

3000m Juniors (série –29)
10. JEUKENNE Simon 8'30"42

1500m Juniors (série - 24)
11. THIBERT Régis 3'54"35

HUIZINGEN 12/08/2023

1500m T. Cat. Hommes
63. STINI Zacaria 4'06"41
66. PIERRON Thomas 4'07"79

1500m T. Cat. Dames
28. CAPPA Élia 4'38"62

400m T. Cat. Dames
15. VIOLLE Chloé 58"78

SPA 12/08/2023

80m Minimes Filles
CHEFNEUX Manon 12"86
BULTOT Louise 13"38

80m Minimes Garçons
3. WERTZ Valenton 11"58

100m T. Cat. Dames
4. BLOCH Caroline 13"27
10. HUYNEN Céline 13"76

100m T. Cat. Hommes
TAANI Mohamed Théo 13"15

60m Pupilles Garçons
9. VERMEULEN Fabio 11"43

60m Benjamines
6. LEJEUNE Ophélie 11"97

60m Benjamins
7. DETIFFE Iouri 10"39

60m Pupilles Filles
1. OUZZANE Asma 9"32
9. WERTZ Zoé 10"69

400T. Cat. Dames
4. HUYNEN Céline 68"37

Hauteur Benjamins
9. DETIFFE Iouri 0 m 95

Longueur Benjamines
7. LEJEUNE Ophélie 2 m 10

Poids Pupilles Garçons
7. VERMEULEN Fabio 3 m 36

Disque Minimes Filles
6. CHEFNEUX Manon 13 m 71
9. BULTOT Louise 10 m 54

Poids Pupilles Filles
4. OUZZANE Asma 5 m 39
6. WERTZ Zoé 4 m 95

Hauteur T. Cat. Hommes
3. TAANI Mohamed Théo 1 m 60

Disque Minimes Garçons
3. WERTZ Valentin 18 m 09

Disque Cadets
3. TAANI Mohamed Théo 26 m 22

Poids Masters Hommes
1. NOIRFALISE Benjamin 10 m 52

Hauteur Minimes Filles
9. BULTOT Louise 1 m 10
. CHEFNEUX Manon 1 m 10

Longueur Minimes Garçons
3. WERTZ Valentin 4 m 19

Disque Masters Hommes
1. NOIRFALISE Benjamin 32 m 97

ST MARD 12/08/2023

100m haies T. Cat. Dames
1. BRUWIER Clara 16"75

200m T. Cat. Dames
8. BRUWIER Clara 30"03

110m haies Scolaires Hommes
1. DAUCHAT Cyril 14"47

Perche T. Cat. Hommes
1. DAUCHAT Cyril 3 m 50

JAMBES 13/08/2023

100m T. Cat. Dames
8. HANNUS Béryl 13"72
12. PYR Élodie 14"66

100m T. Cat. Hommes
6. GILIS Matéo 11"71
SCHYNS Romain 12"45

400m T. Cat. Dames
8. D'AFFNAY Julia 65"04

Hauteur T. Cat. Dames
3. DEDOYART Camille 1 m 53
5. D'AFFNAY Julia 1 m 40

☆☆☆

CHAMPI ONNATS DE BELGIQUE EPREUVES COMBINEES HERVE 18-19/08/2023

Décathlon Scolaires Hommes
1. DAUCHAT Cyril 7072 pts

100m	11"42
Longueur	6 m 07
Poids	14 m 98
Hauteur	1 m 82
400m	51"22
110mh	14"50
Disque	41 m 69
Perche	3 m 90
Javelot	50 m 73
1500m	4'35"13

Heptathlon Seniors Dames
5. VIOLLE Chloé 4612 pts

100mh	14"96
Poids	7 m 48
Longueur	5 m 48
Hauteur	1 m 58
200m	25"61
Javelot	25 m 73
800m	2'24"37

Octathlon Cadets
10. SNOECK Manoah 3935 pts

100m	12"45
Longueur	5 m 62
Poids	13 m 15
Hauteur	1 m 45
100mh	15"79
Perche	2 m 60
Javelot	25 m 01
1000m	2'56"07

Décathlon Seniors Hommes
7. HERVERS Florent 5589 pts

100m	11"23
Longueur	6 m 81
Poids	10 m 06
Hauteur	1 m 84
400m	53"34
110mh	17"58
Disque	26 m 25
Perche	3 m 90
Javelot	33 m 10
1500m	5'50"58

☆☆☆

BRUXELLES 19/08/2023

100m T. Cat. Dames
FRANS Valentine 13"02
RUZZICONI Clara 13"58

100m T. Cat. Hommes
PIROTTE Thimotée 11"36
SCHINS Diamory 11"89
RYSENAER Baptiste 11"93

200m T. Cat. Dames
FRANS Valentine 26"93

200m T. Cat. Hommes
RYSENAER Baptiste 23"53
SCHINS Diamory 23"61

400m T. Cat. Hommes
4. LEJEUNE Guillaume 51"61

Longueur T. Cat. Hommes
9. PIROTTE Thimotée 5 m 09

KORTENBERG 19/08/2023

1500m steeple Cadets
1. BROUWIER Victor 4'40"65

2000m steeple Scolaires Hommes
1. BROUWIER Mathis 6'24"82

PERWEZ 20/08/2023

1500m T. Cat. Hommes
1. FICHER Augustin 4'23"45
4. FICHER Pierre 4'31"71

CHAMPIONNATS LBFA CADETS-SCOLAIRES 26/08/2023

Ce samedi avait lieu les championnats LBFA pour les cadets et scolaires à Naimette.

Notre délégation forte d'une trentaine d'athlètes n'a pas démérité puisqu'elle revient avec 10 médailles, 2 titres et de nombreux records personnels dont 2 records du club. Bravo à toutes et tous.

Nos champions (2) :

* **Cyril Dauchat** au disque scolaires
* **Lucas Cordonnier** remporte le 400m haies scolaires.

Nos vice-champions (3) :

* **Camille Dedoyart** à la perche
* **Loïc Deloyer** à la perche cadets
* **Cyril Dauchat** au poids scolaires

Il faut y ajouter 5 médailles de bronze

100m Scolaires Dames
HANUS Béryl 14"07

100m Cadettes
D'AFFNAY Julia 13"57
BRAGARD Cléo 13"86

100m Scolaires Hommes
GILIS Matéo 11"92

200m Scolaires Dames
HANUS Béryl 28"97
BRUWIER Clara 29"49
PYR Élodie 30"26

200m Cadettes
D'AFFNAY Julia 27"95

200m Scolaires Hommes
GILIS Matéo 23"84

800m Cadettes
THYS Camille 2'29"49

800m Scolaires Dames
7. BRANDT Emy 2'29"92
8. DAMBOUR Fanny 2'32"86

800m Cadets
4. JONAS Thibaut 2'07"47

800m Scolaires Hommes
9. FICHER Augustin 2'03"53
PIRSON Nathan 2'13"66

1500m Scolaires Dames
7. GUILLEMIN Éloïse 5'59"00

1500m Cadettes
9. BECKERS Olivia 5'34"04
11. DESMECHT Juliane 5'56"28

1500m Scolaires Hommes
3. JEUKENNE Hugo 4'10"26

1500m Cadets
6. GREFFE Antoine 4'24"95
9. DELMOITIEZ Victor 4'35"42

3000m Scolaires Hommes
7. KAISER Charles 9'45"89

80m haies Cadettes
BRAGARD Cléo 13"44

100m haies Scolaires Dames
6. BRUWIER Clara 16"63

110m haies Scolaires Hommes
ALDENHOFF Adrien 22"74

300m haies Cadettes
PELZER Éléonore 56"00

300m haies Cadets
3. SCHYNS Romain 42"96

400m haies Scolaires Hommes
1. CORDONNIER Lucas 56"08
ALDENHOFF Adrien 68"00

2000m steeple Scolaires Hommes
3. BONHOMME Hugo 6'42"79
4. CRUTZEN Samuel 6'55"19

Hauteur Scolaires Dames
7. DEDOYART Camille 1 m 53

Hauteur Cadettes
6. GOMEZ-MARINE Emma 1 m 40

Hauteur Cadets
11. TAANI Mohamed Théo 1 m 60

Perche Scolaires Dames
2. DEDOYART Camille 2 m 80
3. HAMERS Coline 2 m 60

Perche Cadets
2. DELOYER Loïc 3 m 40

Longueur Cadets
3. SNOECK Manoah 5 m 78

Triple-saut Cadettes
8. HAMERS Capucine 9 m 19

Disque Cadettes
8. DURU Sasha 20 m 80

Disque Scolaires Hommes
1. DAUCHAT Cyril 45 m 03

Javelot Cadettes
8. DESMECHT Juliane 15 m 35

Javelot Cadets
9. SNOECK Manoah 29 m 46

Poids Scolaires Hommes
2. DAUCHAT Cyril 14 m 68

BRUXELLES 27/08/2023

400m T. Cat Hommes
RYSENAER Baptiste 50"67

400m haies T. Cat. Dames
7. VIOLLE Chloé 62"42

3000m steeple T. Cat. Hommes
2. DEFLANDRE Clément 8'35"39
4. SCHYNS Rémi 8'42"13

HANNUT 27/08/2023

60m Pupilles Filles
5. OUZZANE Asma 9"45

100m T. Cat. Dames
4. RUZZICONI Clara 13"43
10. ALEGRE Julia 13"66

1000m Pupilles Filles
3. OUZZANE Asma 3'37"84

Hauteur T. Cat. Dames
2. GOMEZ-MARINE Emma 1 m 45

Longueur T. Cat. Dames
3. GOMEZ-MARINE Léa 4 m 92

Longueur Pupilles Filles
2. OUZZANE Asma 3 m 65

Balle de hockey Pupilles Filles
11. OUZZANE Asma 20 m 02

RIXENSART 30/08/2023

800m T. Cat. Hommes
FICHER Pierre 2'07"27

3000m Dames
3 WILLEMS Florence 11'33"58

Ferme des Beaux-Monts

Salle pour banquets, séminaires, réceptions,…

Organisation d'évènements gastronomiques

Gsm : 0475/85 65 34

Rue des Martyrs 11b – 4650 HERVE
Tél : 087/44.01.30

LINX FINANCE S.A.

BAGUETTE • HALLEUX • FLAMENT

FSMA n° 060560 A-cB N° d'entreprise : 0.473.638.647

AXA

Courtiers en assurances
Agence AXA Banque

Entreprise générale de toitures

em LIEGEOIS SPRL

Rue Moreau 34
4650 HERVE
Tél.: 087/67.44.44
Fax : 087/66.04.75

info@toituresliegeois.be
www.toituresliegeois.be

RENOVATIONS • TRANSFORMATIONS

GROMMET
www.grommet.be

Idema Sport

Tél. : 087 32 17 17
Fax : 087 31 29 99

www.idemasport.com
info@idemasport.com

Z.I. Les Plénesses -
Rue de l'Avenir 8 - B 4890 THIMISTER

Automotors VERVIERS
by autosphere

Avenue du Parc 20,
4650 Herve

Tél. : +32 87 31 59 49
info.verviers@autosphère-motors.be

SEAT ŠKODA Commercial Vehicles

ENERGIE SOLAIRE
www.ENERSOL.be
Thermique & Photovoltaïque
à BATTICE - 087/68.68.22

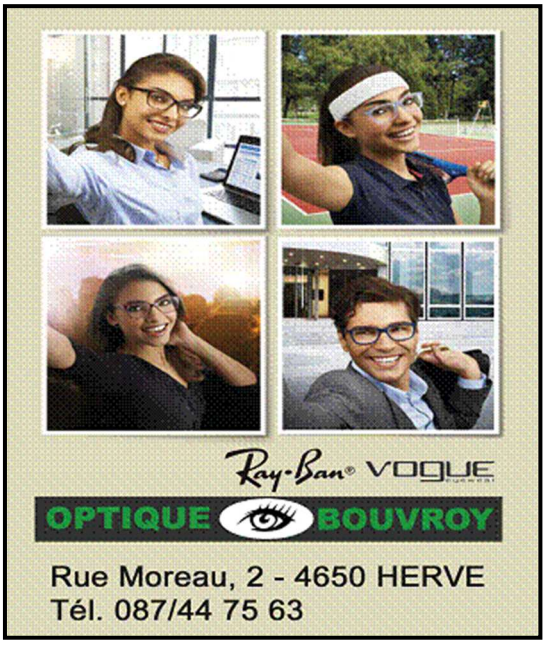
NOUVEAU À BATTICE
XRUN
un pas plus loin
MAGASIN SPÉCIALISÉ
ATHLÉTISME > RUNNING > TRAIL > MARCHE
Large choix en chaussures, textiles et accessoires
REMISE POUR LES MEMBRES DU CLUB
XRUN.BE XRUNSPORTS

Création et entretien
d'espaces verts
O.R. Espaces verts
Remacle Olivier
0472658189

m.BONTEN S.A.
CONSTRUCTION GENERALE & MENUISERIE
Expérience & savoir-faire depuis 1946

Oritex
TEXTILE ▸ BRODERIE ▸ SÉRIGRAPHIE
Votre partenaire en textile publicitaire,
professionnel et sportif
Travaux réalisés en nos ateliers
Tél : 087 22 39 45 - info@oritex.be - www.oritex.be
Rue de l'Avenir, 10 - Zoning des Plenesses - 4890 Thimister

CHARLIER & DETIFFE
Assurances | Agences Crelan | FWA



Perche T. Cat. Hommes

3. DAUCHAT Cyril	3 m 85
6. DELOYER Loïc	3 m 55

FLEURUS 02/09/2023

100m T. Cat. Dames

7. RUZZICONI Clara	13"37
8. ALEGRE Julia	13"58
9. FRANS Emma	13"63

300m T. Cat. Dames

5. FRANS Emma	44"45

300m T. Cat. Hommes

2. RYSENAER Baptiste	36"13

CHAMPIONNATS BELGIQUE CADETS - SCOLAIRES LE 02-03/09/2023

Ce week-end avaient lieu à Gentbrugge les championnats de Belgique cadets et scolaires, 18 de nos athlètes avaient réussi les minimas et y ont participé. Ils ont ramené 2 podiums, 2 médailles de bronze pour **Cyril Dauchat** au 110m haies scolaires et **Lucas Cordonnier** au 400m haies scolaires avec un nouveau record du club. .

Les autres athlètes présents ont fait leur possible battant au passage des records personnels.

Félicitation à tous et à toutes,

100m Scolaires Hommes

27. GILIS Matéo	12"03

1500m Scolaires Hommes

12. JEUKENNE HUGO	4’06"09

3000m Scolaires Hommes

7. BROUWIER Mathis	8’57"59

110m haies Scolaires Hommes

3 DAUCHAT Cyril	14"50

400m haies Scolaires Hommes

3. CORDONNIER Lucas	55"38

2000m steeple Scolaires Hommes

9. BONHOMME Hugo	6’39"68
10. KAISER Charles	6’41"55

400m Cadets

4. FICHER Augustin	53"94

Javelot Scolaires Hommes

7. DAUCHAT Cyril	42 m 95

1500m Cadets

8. GREFFE Antoine	4’20"09
10. BRUWIER Guillaume	4’20"54
15. DELMOITIEZ Victor	4’32"25

300m haies Cadets

11. SCHYNS Romain	44"87

Perche Cadets

4. DELOYER Loïc	3 m 80

800m Scolaires Dames

7. DEMBOUR Fanny	2’25"67
11. BRANDT Emmy	2’ 30"72

Hauteur Scolaires Dames

8. DEDOYART Camille	1 m 50

Perche Scolaires Dames

5. DEDOYART Camille	2 m 90
11. HAMERS Coline	2 m 40

400m Cadettes

19. D’AFFNAY Julia	64"74

1500m Cadettes

21. THYS Camille	5’18"36

MEETING JEUNES EUPEN 09/09/2023

Benjamines	60m	Long	Balle H.	600m	Total
12. HOCK Estelle	11"60	2 m 28	12m18	2'24"12	483

Benjamins	60m	Long	Balle H.	600m	Total
5. VAN EMELEN Gauth	10"52	3 m 08	27m06	2'05"28	1203
7. ROYEN Noah	9"99	2 m 95	21m42	2'12"42	1120
15. LORQUET Théo	10"52	2 m 44	14m06	2'16"51	787
21. LORQUET Sam	10"55	2 m 54	11m35	2'24"17	678
22. HANZEN Romain	11"09	2 m 77	18m84	2'35"76	604
27. DEMANDT Mathis	12"55	2 m 31	20m02	2'41"09	337
29. NOIRHOMME Loïs	11"00	2 m 12	9m79	DNF	271

Pupilles Filles	60m	Long	Poids.	1000m	Total
1. OUZZANE Asma	9"71	3 m 58	6 m 00	3'37"22	1661
8. FANIELLE Lise	10"08	3 m 32	6 m 02	3'48"45	1366
15. SCHAUS Marine	10"36	3 m 19	6 m 13	4'21"67	1068
16. BASTIN Aurore	10"29	3 m 37	5 m 28	4'37"65	980
17. BOVY Lison	10"29	2 m 79	3 m 07	4'05"38	914
21. COLLARD Clémence	10"65	2 m 82	4 m 17	4'38"51	807
23. HOCK Clémence	10"25	2 m 51	4 m 04	4'09"61	707

Pupilles Garçons	60m	Long	Poids	1000m	Total
2. BRAGARD Tim	9"34	4 m 08	7 m 44	3'41"59	1856
3. BOURDON Axel	9"49	3 m 80	6 m 67	3'30"42	1796
14. HAUSMANN Maxime	9"93	3 m 38	5 m 90	3'59"93	1320
15. CORMAN Gilles	10"15	2 m 94	5 m 67	3'49"79	1245
17. PEREZ Jan	9"89	3 m 06	4 m 84	4'07"25	1145
19. DELHOUGNE Gauthier	9"94	3 m 10	5 m 60	4'21"60	1104
20. LEJACQUES Clément	10"73	2 m 89	5 m 93	4'09"74	1002
21. DENOEL Maxime	10"41	3 m 05	4 m 21	4'21"44	909
24. VERMEULEN Fabio	1143	2 m 38	3 m 19	4'55"56	403

Minimes Garçons	80m	Hauteur	Disque	Poids	1000m	Total
3. SCHAUX Guillaume	13"50	1 m 47	31 m 06	8 m 97	3'43"59	2427
4. WERTZ Valentin	11"53	1 m 37	22 m 78	6 m 58	3'40"57	2383
10. COLLARD Baptiste	13"04	1 m 22	15 m 74	5 m 50	3'49"81	1663

Minimes Filles	80m	Hauteur	Disque	Poids	1000m	Total
6. LAMBERT Maya	11"46	1 m 32	17 m 49	7 m 06	3'51"56	2185
11. BEAUMAIKERS Julie.	11"83	1 m 27	12 m 81	5 m 92	3'35"60	1991
16. SCALCO Laureen	12"41	1 m 17	20 m 56	6 m 89	4'16"57	1732
22. CHEFNEUX Manon	12"98	1 m 02	13 m 56	6 m 01	3'58"38	1402
23. BULTOT Louise	13"63	1 m 20	12 m 39	4 m 87	3'47"89	1392

WANDA DIAMOND LEAGUE 08/09/2023

1000m Scolaires Dames
3. CHARLIER Julie 3'02"60

Disque Scolaires Hommes
8. DAUCHAT Cyril 36 m 85

Hauteur Scolaires Dames
5. DEDOYART Camille 1 m 55

TRIER (D) 08/09/2023

10.000m Hommes
2. COLLARD Arnaud 29'27"34

3000m U20 Hommes
3. JEUKENNE Simon 8'13"00
4. THIBERT Régis 8'13"39

2000m Steeple U20 Dames
1. CAPPA Élia 7'06"35

ZAGREB 10/09/2023

3000m Steeple Hommes
8. DEFLANDRE Clément 8'24"27

LOMMEL 16/09/2023

100m T. Cat. Dames
2. RUZZICONI Clara 13"40
8. ALEGRE Julia 14"04

200m T. Cat. Hommes
1. SCHINS Diamory 23"33

200m T. Cat. Dames
1. RUZZICONI Clara 29"10
2. ALEGRE Julia 31"21

CHALLENGE DE MEU ST MARD 16/09/2023

Tétrathlon Pupilles Garçons
19. BRAGARD Tim 1593 pts
60m 9"51
Longueur 3 m 82
Balle hock 26 m 78
1000m 3'44"32

Tétrathlon Benjamins
15. VAN EMELEN Gauthier 1325 pts
60m 10"20
Longueur 3 m 23
Balle hock 28 m 46
600m 2'04"49

VERVIERS 17/09/2023

100m T. Cat. Hommes
2. HERVERS Florent 11"32

100m T. Cat. Dames
7. ELSEN Pauline 14"80

1500m T. Cat. Hommes
6. FICHER Augustin 4'16"44
FICHER Pierre 4'27"81
BASTIN Michel 5'10"50

60m Benjamins
1. ROYEN Noah 9"82
5. LORQUET Théo 10"29
8. LORQUET Sam 10"38
DETIFFE Youri 11"12

60m Pupilles Filles
2. OUZZANE Asma 9"35
7. GIRRETZ Maé 9"90
SCHAUS Marine 10" 53
HAMERS Célestine 10"67

60m Pupilles Garçons
9. CORMAN Gilles 10"24
VERMEULEN Fabio 11"85

400m haies Scolaires Hommes
2. ALDENHOFF Adrien 65"51

150m Minimes Filles
3. GIRRETZ Emy 21"74
9. BEAUMAIKERS Juliette 22"18
DEMEZ Louise 23"76

150m Minimes Garçons
2. WERTZ Valentin 23"17
8. COLLARD Baptiste 27"07

300m haies Cadettes
3. HAMERS Capucine 52"49
5. PELZER Éléonore 54"92

Hauteur T. Cat. Hommes
1. HERVERS Florent 1 m 85
6. BRASSEUR Antoine 1 m 60
7. TAANI Mohamed Théo 1 m 55

Longueur T. Cat. Dames
6. FRANS Valentine 4 m 83
7. D'AFFNAY Julia 4 m 79
11. BRAGARD Cléo 4 m 23
13. HOUET Julie 4 m 23

Perche T. Cat. Hommes
5. HERVERS Florent 4 m 00

Disque T. Cat. Dames
7. MERCENIER Alice 21 m 89

10. FRANS Valentine 20 m 16
12. BRAGARD Cléo 17 m 98
13. PELZER Éléonore 17 m 40

Javelot Seniors Dames
2. MERCENIER Alice 20 m 03

Disque Minimes Filles
2. GIRRETZ Emy 17 m 33
5. DEMEZ Louise 15 m 29
6. BEAUMAIKERS Juliette 12 m 20

Disque Minimes Garçons
1. SCHAUS Guillaume 28 m 30

Hauteur Minimes Filles
1. GIRRETZ Emy 1 m 35
2. BEAUMAIKERS Juliette 1 m 30
6. DEMEZ Louise 1 m 20

Hauteur Pupilles Garçons
10. CORMAN Gilles 1 m 00
13. VERMEULEN Fabio 0 m 90

Longueur Minimes Garçons
2. WERTZ Valentin 4 m 16
3. SCHAUS Guillaume 4 m 14
7. COLLARD Baptiste 3 m 64

Longueur Pupilles Filles
1. OUZZANE Asma 3 m 91
10. GIRRETZ Maé 3 m 29
11. HAMERS Célestine 3 m 07
12. SCHAUS Marine 3 m 03

Perche Minimes Garçons
1. SCHAUS Guillaume 2 m 20
3. WERTZ Valentin 1 m 90

Disque Masters Hommes
3. PELZER Frédéric 19 m 90

Javelot Masters Hommes
2. PELZER Frédéric 21 m 97

Longueur Benjamins
2. ROYEN Noah 3 m 21
10. LORQUET Théo 2 m 73
12. LORQUET Sam 2 m 65
15. DETIFFE Youri 2 m 40

Poids Cadets
1. SNOECK Manoah 12 m 88

Poids Juniors Dames
1. FRANS Valentine 7 m 39

Poids Pupilles Filles
1. GIRRETZ Maé 7 m 21
4. OUZZANE Asma 6 m 56
10. SCHAUS Marine 5 m 70
14. HAMERS Célestine 4 m 73

Poids Pupilles Garçons
10. CORMAN Gilles 5 m 24
13. VERMEULEN Fabio 2 m 92

Disque Scolaires Hommes
1. BRASSEUR 26 m 28

Disque Cadets
2. TAANI Mohamed Théo 20 m 64

Balle de hockey Benjamins
3. ROYEN Noah 22 m 57
5. DETIFFE Youri 21 m 98
13. LORQUET Sam 15 m 48
14. LORQUET Théo 14 m 41

Javelot Cadettes
1. PELZER Éléonore 22 m 99

CHAMPIONNATS BELGIQUE RELAIS 04/09/2022

4x100m Scolaires Dames
10. HERV 55"27
Luyten E, Hanus B, Bruwier C, Pyr E..

4x100m Cadettes
15. HERV 53"71
Brixhe N, D'Affnay J, Bragard C, Gomez E ..

4x100m Scolaires Hommes
6. HERV 45"27
Série 45"11
Gilis M, Spronck N, Grandjean R, Cordonnier l.

4x100m T. C. Dames
11. HERV 52"27
Ruzziconi C, Bloch C, Frans E, Alegre J

4x400m T. Cat. Mixte
4. HERV 3'40"59
Paulochangani G, Violle C, Lejeune G, Frans V

SERAING 24/09/2023

100m T. Cat. Dames
D'AFFNAY Julia 13"64
CHEFNEUX Maud 14"71

300m T. Cat. Dames
8. D'AFFNAY j; 44"72

300m T. Cat. Hommes
SNOECK Manoah 38"53

800m T.Cat. Hommes
9. FICHER Augustin 2'01"45
FICHER Pierre 2'07"11

Poids Cadets
2. SNOECK Manoah 12 m 41
4. TAANI Mohamed Théo 7 m 85

Longueur T. Cat. Dames
6. CHEFNEUX Maud 4 m 45

CRITERIUM NATIONAL BPM NIVELLES 30/09/2023

Hauteur Minimes Garçons
7. SCHAUS Guillaume 1 m 53

Longueur Minimes Garçons
14. WERTZ Valentin 4 m 40
1Disque Minimes Garçons
11. SCHAUS Guillaume 27 m 73

MANHAY 07/10/2023

60m Pupilles Filles
1. OUZZANE Asma 9"43

1000m Pupilles Filles
1. OUZZANE Asma 3'36"81

Hauteur T. Cat. Hommes
1. TAANI Mohamed Théo 1 m 66

Longueur T. Cat. Hommes
4. TAANI Mohamed Théo 5 m 19

Triple-saut T. Cat. Dames
3. HAMERS Capucine 9 m 32

Balle hockey Pupilles Filles
3. OUZZANE Asma 23 m 44

CHAMPIONNAT D'EUROPE MASTERS À PESCARA 21-09/01-10/2023

100m Masters W35
7. HUYNEN Céline 17"31

4x400mixte Masters 35
5 BELGIQUE 4'17"77
Huynen C

Longueur Masters W35
11. HUYNEN Céline 4 m 48

Top 10 belges

Cadets

GREFFE Antoine	9ème au 1500m 6ème au 1500m steeple
SNOECK Manoah	8ème au 300m haies 5ème en longueur 7ème au poids 9ème au javelot
BROUWIER Victor	2ème au 1500m st
DELOYER Loîc	4ème à la perche

Scolaire Hommes

DAUCHAT Cyril	1er au 1500m 1er au 3000m 5ème au 110m haies 2ème au 800m 10ème à la perche 5ème au poids 7ème au disque 3ème au javelot 1er au décathlon
CORDONNIER Lucas	3ème au 400m haies
JEUKENNE Hugo	5ème au 2000m steeple
BROUWIER Mathis	8ème au 2000m steeple

Scolaires Dames

CHARLIER Julie	6ème au 800m 2ème au 1500m 1ère au 3000m 5ème au 2000m st
DEDOYART Camille	5ème en hauteur 10ème à la perche

Juniors Hommes

THIBERT Régis	2ème au 800m 1er au 1500m 1er au 3000m 8ème au 5000m
JEUKENNE Simon	5ème au 1500m 2ème au 3000m
MONSEZ Bastien	8ème au 3000m steeple
MONSEZ Lucas	10ème au 3000m st

Juniors Dames

CAPPA Élia	3ème au 5000m 2ème au 3000m st
FRANS Valentine	7ème au 400m haies
HERVERS Anne-Laure	2ème en hauteur 5ème à l'heptathlon
GOMEZ-MARINE Léa	2ème au triple-saut

Seniors Hommes

SCHYNS Rémi	2ème au 3000m steeple
DEFLANDRE Clément	1er au 3000m steeple 3ème au 3000m

Seniors Dames

VIOLLE Chloé	9ème à l'heptathlon

Records du Club améliorés en 2023

1500 m steeple Cadettes	CHARLIER Julie	5'12"42
100 m haies Cadets	CORDONNIER Lucas	14"14
300 m haies Cadets	CORDONNIER Lucas	41"08
1500 m steeple Cadets	JEUKENNE Hugo	4'40"10
1500 m Scolaires Dames	CAPPA Élia	4'36"26
3000 m Scolaire Dames	CAPPA Élia	10'22"86
2000 m steeple Scolaires Dames	CAPPA Élia	7'08"02
400 m haies Scolaires Dames	FRANS Valentine	63"77
Triple-saut Scolaires Dames	GOMEZ-MARINE Léa	11 m 34
Marteau Scolaires Dames	CHARLIER Émilie	23 m 22
400 m Senior Dames	VIOLLE Chloé	58"61
4x200 m Dames	Rans A, Violle C, Frans V, Jennes E	1'44"97
4x400 m Dames	Violle C, Frans E, Frans V, Ernst J	4'05"27

400 m Scolaires Hommes	RYSENAER Baptiste	50"96
2000 m steeple Scolaires Hommes	JEUKENNE Simon	5’52"08
3000 m Scolaires Hommes	JEUKENNE Simon	8’27"52
800 m Juniors Hommes	THIBERT Régis	1’49"22
Perche Juniors Hommes	STRAET Pierre	5 m 20
400 m Seniors Dames	VIOLLE Chloé	59"93
3000 m steeple Seniors Hommes	SCHYNS Rémi	8’34"85

Cette année nous retrouvons 104 performances rentrées ou améliorées dans le TOP 10 du club, malheureusement peu de nouvelles performances chez les jeunes. Celles-ci se répartissent de la façon suivante

0 Benjamins	0 Benjamines	1 Pupilles garçons	0 Pupilles filles
0 Minimes garçons	1 Minimes filles	12 Cadets	8 Cadettes
10 Scolaires Hommes	15 Scolaires Dames	7 Juniors Hommes	9 Juniors Dames
20 Seniors Hommes	14 Seniors Dames	0 Masters Hommes	7 Masters Dames

Course sur route - Trails -Course d’Orientation -Triathlon

Championnat de Belgique 10 km sur route 05-08-23

A. Dames

22. Maureen Kremer 36’36
45. Anne Hansez 39’22
59. Florence Willems 42’29

B. Hommes

61. Benjamin Rondal en 33’12

Jogging de Chaîneux 01–09-23 (7,5km)

6. François Girretz 30’38
8. Clément Weber 30’40
9. Florentin Delhez 31’10
17. Cédric Weusten 31’54

Namur 10–09-23 (11km)

11. Maureen Kramer 38’43

Rotterdam 10 km 03–09-23

A. Dames

7. Maureen Kramer 35’58

B. Hommes

11. Arnaud Collard 29’44

Jogging de la police et des pompiers 17–09-23 (8,6km)

1. Sébastien Carabin 28’37
7. Cédric Weusten 32’55

Tour du lac d’Eupen 07–10-23 (14,9km)

11. Olivier Remacle 1h03’07
36. Eddy Tonka 1h07’35

Horaire des cross de la Province de Liège

12h30	Cross court H (à partir de Juniors)	
12hr45	Cadettes/Cross court D/	
13h00	Cadets	
13h15	Scolaires Hommes	
13h40	Juniors/Seniors/ Masters H (35 ans	
14h25	Scolaires Dames	
	Juniors/Seniors/Masters D (35 ans	
14h55	Benjamines	2016
	Benjamins	2016
15h02	Benjamines	2015
	Benjamins	2015
15h09	Pupilles Filles	2014
15h17	Pupilles Filles	2013
15h25	Pupilles Garçons	2014
15h33	Pupilles Garçons	2013
15h41	Minimes Filles	2012
15h51	Minimes Filles	2011
16h01	Minimes Garçons	2012
16h11	Minimes Garçons	2011

CHALLENGE CROSS DE LA PROVINCE DE LIEGE

Règlement

1. Le CP Liège organise un challenge de régularité 'Cross' pour toutes les catégories 'Dames' et Hommes'. Le challenge n'attribue des points qu'aux seul(e)s athlètes affilié(e)s à un club de la Province de Liège.

2. Le challenge se dispute sur l'ensemble des cross repris dans ce folder.

3. Les athlètes des catégories BPM qui n'ont pas le dossard officiel de l'année 2024 pourront obtenir un dossard d'un jour et devront s'acquitter d'un droit non remboursable de 5,00 € couvrant l'assurance du 'jour' pour pouvoir participer. **Les dossards d'un jour ne seront pas admis sur le podium.**

4. Toutes les organisations reprennent toutes les épreuves reconnues par la L.B.F.A. et toutes les organisations respecteront l'horaire prévu dans ce folder à l'exception du 'Cross international de Hannut' et du cross du RFCL (cross relais)
   Lors de chaque manche du 'Challenge' (sauf à l'occasion du 'Cross international de Hannut'), un **'podium' sera prévu pour toutes les catégories** : **y seront admis les athlètes dossardés 2024 ou étrangers, sauf à l'occasion des Champ. Provinciaux,** où il faut être licencié à un club de la province de Liège.

5. Tou(te)s les athlètes classé(e)s dans les catégories 'Benjamin (e)s, Pupilles et Minimes' recevront un souvenir.

6. Le classement final de chaque catégorie sera établi sur les 7 meilleurs résultats obtenus sur l'ensemble du challenge. Si pour l'une ou l'autre raison, un cross ne devait avoir lieu, le classement se ferait quand même sur 7 résultats.
   Un bonus sera accordé en fin de challenge aux participant(e) ayant couru plus de 7 épreuves, à savoir : 3 points par cross supplémentaire au-dessus de 7.

7. Les benjamin(e)s nés en 2016 et 2015, course mixte, participeront régulièrement aux différentes manches du 'Challenge' sur une distance maximale de 600 m.

8. Catégories Ben./Pup./Min. à tous les cross : le calcul des points sera établi par année ---> Année 'N' et Année 'N+1'.
   Les athlètes ne courant pas la course correspondant à leur année de naissance ne seront pas classés.

9. Les catégories Scol. et Jun./ Sen./Mas. Dames s'alignent au départ de la même course - Distance à parcourir différente pour les Scol.- et font l'objet de 'Classements' séparés.
   Idem pour les Jun./Sen./Mas. Hommes - Distance à parcourir identique - Classements séparés.

10. En cas d'ex-aequo dans le classement final du 'Challenge', les places ---> points obtenus lors du championnat provincial primeront.

11. Le calcul des points se fait de la manière suivante : 1ère place : 50 pts, 2ème : 45 pts, 3ème 42 pts, 4ème : 40 pts, 5ème : 39 pts, … 43ème et places suivantes : 1 pt. Remarque : Bonus (voir ci-avant)
    Un bonus de 5 pts sera ajouté à toutes les places obtenues lors du 'Championnat provincial' et lors de la dernière épreuve du challenge.

12. Le classement provisoire après chaque épreuve sera publié sur les sites de : Herve athlétique club : herv.be et Comité provincial Liège : liege.lbfa.be

13. Les athlètes **Ben, Pup et Min** qui ne seront pas en ordre de 'dossard' pour la nouvelle saison à l'occasion du 'Cross du LACE (03 décembre 2023) se verront retirer les points des cross précédents.
    Aucun point ne sera accordé si l'athlète n'a pas terminé sa course.

14. La remise des souvenirs aux participant(e)s des catégories Ben./Pup./Min. aura lieu à l'occasion de la dernière manche du challenge.
    La présence et/ou la participation à celle-ci est obligatoire pour recevoir son souvenir.

15. La remise des prix de chaque catégorie (voir ci-avant) aura lieu dans le courant du mois de mars 2024 en un endroit qui sera précisé et communiqué ultérieurement.
    La présence des lauréat(e)s est obligatoire pour l'obtention des prix.

16. Tout litige et/ou cas particulier au sujet du challenge est de la compétence du 'Comité provincial' et sera traité par celui-ci.
    Toutes réclamations concernant le classement d'une course est de la compétence du juge arbitre du jour.

CALENDRIER DU CHALLENGE CROSS DE LA PROVINCE DE LIEGE

05/11/2023	HF	Cross de Stavelot Chemin d'Amermont	4970 STAVELOT
12/11/2023	SPA	Cross de Spa/La Fraineuse Avenue A. Hesse, 41	4900 SPA
26/11/2023	SER	Cross de Seraing Stade Ph. Wathelet Avenue des Puddleurs	4100 SERAING
03/12/2023	LACE	Euregio cross Rue d'Aix, 33	4728 HERGENRATH
17/12/2023	RFCL	Cross de Liège (relais) Stade Naimette Xhovémont Boulevard Philippet, 83	4000 LIEGE
07/01/2024	HERV	Cross de Herve Terrain de Football, Cours Beaupré	4654 CHARNEUX
14/01/2024	HUY	**Championnats provinciaux** Cross de Amay Chaussée de Tongres, 235	4540 AMAY
21/01/2024	FCHA	Cross-Cup de HANNUT Stade L. Gustin Chemin d'Avernas	4280 HANNUT
04/02/2024	WACO	Cross du WACO - Rue Edmont de Selys-Longchamps, 115 (face au château de Longchamps)	4300 WAREMME
11/02/2024	FLEMALLE	Cross des Roches - Terrain de football Rue du Beau Site	4400 FLEMALLE-HAUTE
18/02/2024	MALM	Cross de Malmedy Av du Pont de Warche,1	4960 MALMEDY
17/03/2024	ATC	**Remise des médailles - Ben/Pup/Min** Cross de l'ATC - château d'Otrange Rue des Combattants	4360 OREYE

Remise des prix le 23 mars 2024

Souper du Club et Remise des Prix 2022

Samedi 25 Novembre, 18h30

Lieu *: Hall omnisports d'AUBEL* (Rue de la Kan, 1, 4800 AUBEL)

Nous vous préparons un trio de Pâtes et un dessert en auberge Espagnole.

Trio de pâtes Adultes : 12 euros

Trio de pâtes Enfants (<12 ans) : 8 euros

Renseignements complémentaires :
Natacha Jeukenne-Mazzei: 0472 22 99 28
Catherine Dethier-Wouters: 0473 400 592
En cas de désistement, merci de nous prévenir !!!

Si vous désirez participer au souper du Club nous vous demandons de remplir ce talon d'inscription et de le déposer au secrétariat du club pour ***le 15 Novembre*** *au plus tard. Ou de vous inscrire par le site internet du club (herv.be) pour le* ***15 novembre*** *au plus tard*
(Payement le jour-même
Le Comité.

PS: Tous les Benjamins-Pupilles-Minimes ayant participé à un minimum de 8 compétitions (cross+piste) sur la saison, recevront un cadeau aux couleurs du club.

Talon d'inscription :

Nom : Prénom :

Menu : ……..x Menu(s) Adulte (12€)

……x Menu(s) Enfant (8€)