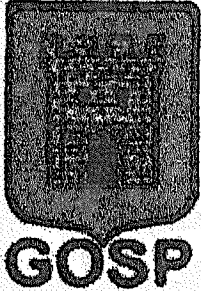


# ROYAL GOSSELIES-SPORTS

Belgique-Belgie.  
PP. - PB  
6180. Courcelles.  
BC 31357.  
P001561

Cercle d'Athlétisme LBFA n° 24 (GOSP).

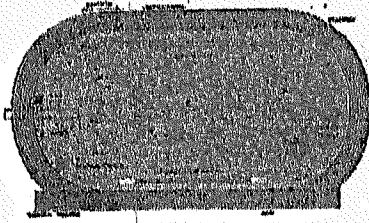


Bulletin d'information Bimestriel n° 1 du 29 février 2020.  
Bureau de Dépôt  
6180. Courcelles



Editeur responsable : Gonet Michel  
Rue de Heigne, 6  
6230 Viesville  
071/ 35 97 33

Sébastien DEGREVE.  
Rue des Ecoles n° 10.  
1490 . COURT ST ETIENNE.



**DECATHLON**



**ROYAL G.O.S.P. ATHLÉTISME- (L.B.F.A.)**

Saison 2019-2020 (du 1<sup>er</sup> novembre 2019 au 31 octobre 2020) :

**Entraînements dirigés:**

Lundis et Vendredis au stade Jonet, rue Jonet 267 à Charleroi de 18 à 20 hrs.  
(accès libre dès 17hrs. pour les adultes)

Mercredis au stade Jonet rue Jonet 267 à Charleroi (initiation jeunes) de 13hrs 30 à 15hrs 30.

Tenue conseillée : short, t-shirt, training, k-way, chaussures de jogging, spikes.

ne pas oublier :

**le certificat médical à faire remplir par votre médecin**  
disponible chez Michel GONET ou Brigitte VANDERBEKE.

**Cotisation** : de kangourous à masters : 90 euros comprenant licence, dossard,  
accès à la piste et aux vestiaires pendant les heures du club,  
(Remise: - 10 euros dès le 2<sup>e</sup> membre vivant sous le même toit)

**Mallot du club** : 35 euros (indispensable pour participer aux compétitions !!!!).

50 euros ( nouveau modèle ).

**Membre sympathisant** : uniquement pour les adultes : 50 euros.  
(assurance, accès à la piste et aux vestiaires pendant les heures du club)

Compte : BE 79 0003 2554 5033 BIC : BPOTBEB1  
Asbl Royal Gosselies Sport Athlétisme, 6 rue de Heigne, 6230 Viesville

Michel GONET : 0495450167



Viesvill

## Prestations de nos membres.

### 03 – 11 – 19 : CROSS DU MOHA A OBOURG :

Nous retrouvons pour cette ouverture de la saison, notre benjamine ELENA Tricot. Elle en terminera avec une bonne sixième place, dans le temps de 2'31.34.

A moins de sept secondes de la première ..... Que demander de mieux ?

### 16 - 11-19. CROSS DE LA DODAINÉ DE NIVELLES :

*En ce samedi de la mi-novembre, notre benjamine (deuxième année, s'est offerte une première victoire lors de cette organisation proposée par les responsables du C.A.B.W. Notre athlète, ELENA Tricot ne pouvait pas débiter, la saison hivernale, d'une meilleure manière. Que du bonheur pour ses parents et de sa sœur Madison.*

### 17 – 11 – 19. CROSS DE L'A.C.L.O.

*Notre cercle était bien représenté lors de cette nouvelle organisation de nos amis les Loups, dans le parc de Saint Vaast.*

*La prestation de nos jeunes débute en fanfare, puisque notre benjamine, ELENA Tricot, remporte à nouveau sa course devant son adversaire de la veille à*

*Nivelles... .... Seconde épreuve mais pour les benjamins garçons, nouvelle victoire d'un de nos affiliés. LOYD Zeh- Eyette, à la suite d'une course exemplaire aura l'audace et le culot de s'emparer de cette magique et unique première place ... ..*

*Nous retrouvons, sur cette même épreuve, SIMON Dumortier pour une prestation courageuse et remarquable. Sur la distance des pupilles garçons, nous retrouvons GREGOIRE Doumont, pour une brillante prestation et une méritée dixième place. Notre second pupille, CAMRON Zeh – Eyette terminera un peu plus loin, mais nous ne sommes pas en état de vous signaler le moindre chrono car il n'y a pas le moindre temps au-delà de la dixième place ... ..*

*Par contre en minimes garçons, sur la distance de 1000 m, nous retrouvons son frère aîné, NOLAN, pour une nouvelle victoire dans le très beau temps de 5'25.00. Pas mauvais du tout sa moyenne au kilomètre ... Nous retrouvons dans cette même épreuve, notre CLEMENT Cheverier pour une belle 21<sup>o</sup> place, sur ce circuit très éprouvant. Félicitations à toi, pour ta disponibilité. Notre cadette Pierjacomini LAURE sera créditée d'une très remarquée septième place, en ce dimanche ensoleillé, dans le tout bon chrono de 6'49. Laure s'améliore à chaque course, preuve de sa régularité aux séances au stade Jonet ... .. Lors du cross des cadets, nous retrouvons LOIC Thiran, pour une belle dixième place, dans le temps de 7'25. Il sera suivi par son compagnon de club, HUGO Doumont, classé à la 14<sup>o</sup> place, dans le temps de 7'52.*

*Pour la première fois cette saison nous retrouvons notre scolaire fille, Boulfiham YASMINE, sur la distance de 2500 m. Notre talentueuse athlète sera classée à la neuvième place avec un temps de 11'41. Terminons ces commentaires en signalant que notre secrétaire sera, à nouveau, classé à la place qui lui revient et cela suivant son engagement, sa motivation et surtout l'âge de ses concurrents ... ..*

**Résultats de la dernière course de l'année des routiers : Corrida des Saint Innocents du 29 décembre 2019 :**

14,3Km Chimay : 3 participants pour 2 podiums !!!

**Mario Cirelli 1er V4 1:06:28, 4:40 au Km**

**Mohamed Kadim 2e V3 1:07:51, 4:46 au Km**

**Michel Di Cataldo 6e V3 1:12:48, 5:07 au Km**



**Résultats du cross de Lessines ce dimanche 5 janvier 2020:**

**Ben.d.: Eléna 1ère**

**Pup.d.: Line 32e**

**Cross court h.: Michel 16°**



**Résultats du meeting  
indoor ce 11/01/2020 à  
Dampicourt :**

**Mas 50 : Toni : Poids 7m54 (RP), Triple saut 8m99 (RP, RC)**



**Résultats du cross de Châtelaineau du dimanche 12 janvier 2020:**

23 présents pour 4 podiums !!!!

**Kang.h.: Raphaël 8e**

**Ben. d.: Mia 1ère, Eléna 2e, Lise 21e**

**Ben.h.: Loyd 1er, Gaël 7e, Gabriel (stagiaire) 19e,  
Tom 22e, Simon 23e, Sacha 41e, Issa 56e**



**Pup.d.: Salma 9e, 24e Line, Inès 38e**

**Pup.h.: Grégoire 21e, Camron 33e, Hamza 43e**

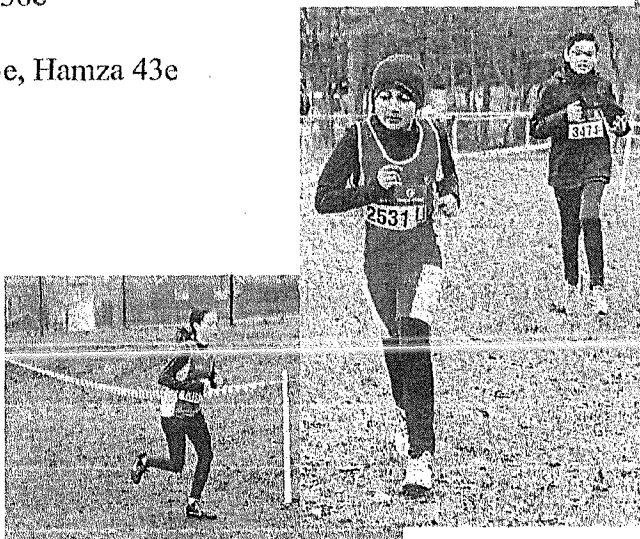
**Min.h.: Nolan 1er, Clément 23e**

**Cad.f.: Laure 14e**

**Cad.h.: Hugo 17e**

**Cross court d.: Laetitia 7e**

**Cross court h.: Michel 24e**



- 23 – 11 – 19 : MEETING EN SALLE DU M.O.H.A. :

Lors de cette manifestation, nos jeunes se permirent de remporter cinq podiums. Zeh-Eyette LOYD remporte le lancer du poids de 1 kg avec un jet mesuré à 7 m 09. Il remporte également le saut en hauteur avec un bond à 1 m 13... .. Et termine son 60 m plat, dans le temps de 9.63 ... Pas mal pour un début et une troisième place. Première place pour ELENA Tricot lors de son 60 m plat, dans le temps de 9.98. Pour une benjamine, c'est de bonne augure pour la suite de sa saison en salle. Elena sera créditée d'une troisième place lors du saut en hauteur (0m 90). Notons pour Zeh Eyette NOLAN, un saut à 4 m 02 en longueur, un temps de 8.94 sur le 60 m plat et 10.84 sur la même distance mais avec des haies. Pour son frère, CAMERON, 5 m 19 au poids et 10.23 sur le 60 m plat. LINE Patoux était au poids (5m19), en hauteur (0m95) et sur le plat (10.06). CELESTE Boosko au poids (4 m 91) et 11.95 sur le 60 m plat.

- 07 – 12 – 09 : CROSS DE L' O.S.G.A. A BAUDOUR :

Nous nous retrouvons, ce samedi, dans le Parc de Baudour, pour une nouvelle organisation de Michel PLUMAT et de toute son admirable équipe. Comme bien souvent, le temps est ensoleillé et la température bonne, pour la saison. Notre équipe se trouvait sur place, bien avant le premier départ et c'est sous les regards de leurs responsables, que nos jeunes et moins jeunes prirent part à leur épreuve avec, des résultats très positifs pour la plupart d'entre eux ... Première course, celle des benjamines avec nos deux stars des labourés. Sur une distance de 600 m, MIA Dallaturca et ELENA Tricot, partent côte à côte avec l'intention de ne pas se faire prendre par surprise. Après une centaine de mètres, nos jeunes virent en tête mais accrochées par deux autres filles, aussi talentueuses. Au moment de quitter le terrain de football, pour entrer dans le parc de Baudour, ELENA s'est vue, perdre une chaussure malgré le fait qu'elle se trouvait en tête de l'épreuve. Pas moyen de tenter de remettre sa chaussure, car cet incident allait lui faire perdre, au minimum, une bonne trentaine de seconde ... C'est avec un courage énorme, que notre benjamine s'est farci le reste de son trajet, avec une seule chaussure, pour terminer à une magique dix-huitième place... Pendant ce temps, son amie, sa copine de club, MIA Dallaturca, s'est attelée à garder la tête de l'épreuve, malgré les soucis rencontrés par notre autre chance de podium. C'est à force de caractère que notre seconde Puce a terminé, avec brio, la dernière ligne droite pour offrir notre premier podium de la journée. Seul représentant de notre cercle, dans la catégorie des benjamins, SIMON Dumortier sera classé à une très belle 14<sup>e</sup> place, tout en gardant son allure régulière mais engagée. Arrivée, quelques minutes avant le départ de l'épreuve des pupilles, MAYELI Yattara, sous les regards de son papa, a fait preuve de courage, pour sa première prestation pour notre cercle. Merci pour ta prestation, ton courage Même distance, mais pour les garçons ; nous retrouvons Zeh- Heyette CAMRON, pour un 1000m. Pour une prestation courageuse, sous les encouragements des siens Pour les minime garçons et sur la distance de 1500 m, nous retrouvons l'aîné de la famille, NOLAN

# Les frères Zeh-Eyette en forme à Petigny



Les frères Zeh-Eyette ont été très performants lors de la course de 300m à Petigny. Ils ont terminé en 1'05'' et 23'08'' respectivement.



Les frères Zeh-Eyette ont été très performants lors de la course de 300m à Petigny. Ils ont terminé en 1'05'' et 23'08'' respectivement.

Résultat du meeting de Dour ce samedi 14 décembre 2019:

Ben.d.:

Eléna 2e avec 2m88 à la longueur

Résultats de la corrida de Petigny de ce samedi 21 décembre 2019:

300m.: Loyd 1er en 1'05"

5 kms: Nolan 5e (1er min) en 23'08

Résultats de la Corrida de Gerpennes de ce samedi 21 décembre 2019 :

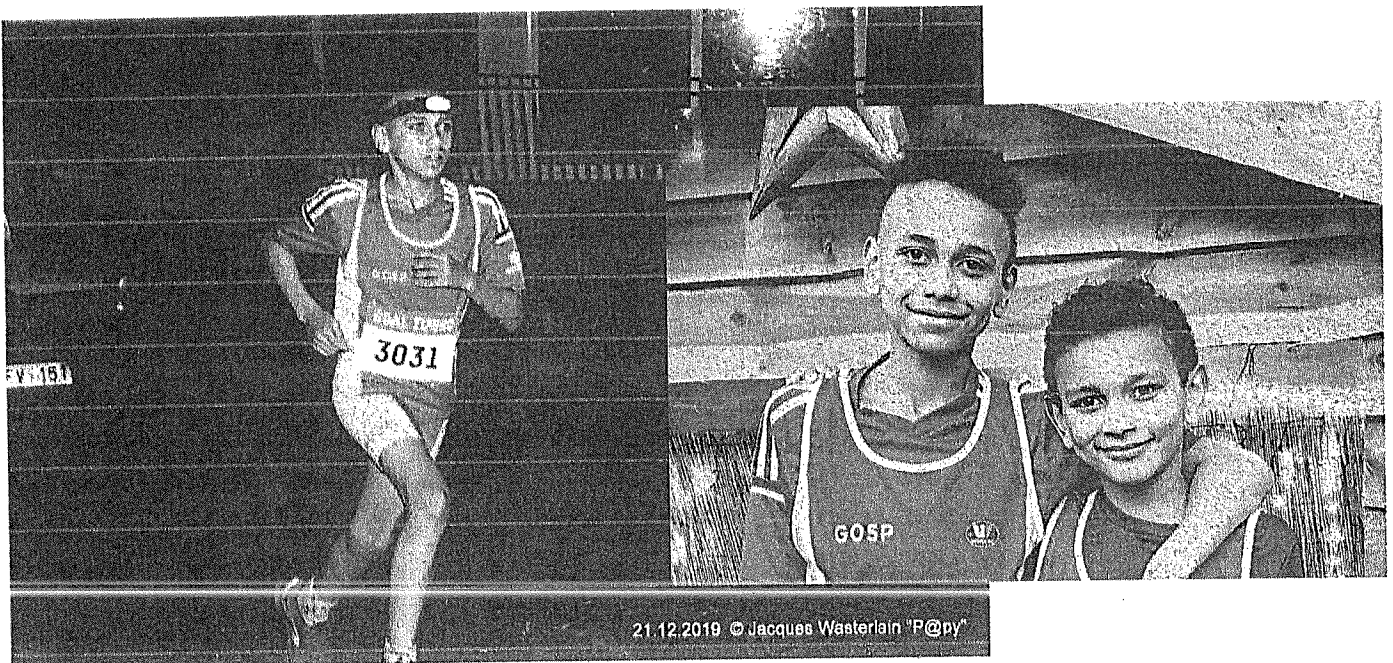
Mario Cirelli 46'24, 4'34 au kilo

Christian Saelmackers 46'47, 4'36 au kilo

Mohamed Kadim 48'06, 4'44 au kilo

Résultat du meeting de sauts à Obourg ce dimanche 22 décembre 2019:

Min.g.: Nolan 1<sup>er</sup> avec 1m47



- 07 - 12 - 09 : CROSS DE L' O.S.G.A. A BAUDOUR : (suite).

*NOLAN, pour une très belle prestation qui ne peut, malheureusement, lui permettre de monter sur la troisième place du podium.*

*NOLAN peut être satisfait de sa prestation car il y avait du beau monde sur la ligne de départ de son épreuve. Sur la même distance mais pour les cadettes filles, nous retrouvons avec une immense joie, Pierjacomini LAURE, qui réalise une brillante prestation car LAURE sera classée à la quatorzième place de sa course ...*

*Engagé, pour l'instant, en cross court, notre secrétaire MICHEL, réalise sa course habituelle car il quitte une année assez pénible, avec ses petits bobos ... ..*

*Parmi nos séniors, CHLOE Theys, engagée sur 4000 m, sera classée à une prometteuse 12<sup>e</sup> place, après une prestation prometteuse pour la suite de sa saison. Bonne sortie de notre délégation, preuve du travail accompli depuis de longs mois, par toutes et tous, sous la surveillance de qui vous savez ... ..*

- 05 - 01 - 2020. Cross de l' A.C.L.E A LESSINES :

*Première organisation de 2020 et cela depuis de nombreuses années, en ce qui concerne la province du Hainaut . Notre cercle était représenté par une délégation minimale. Temps pluvieux et à quelques heures de la fin du réveillon de la Saint Sylvestre, font que notre cercle est représenté, lors du premier départ, lors de celui des benjamines filles, par ELENA Tricot.*

*Sous les regards et les encouragements de ses parents, ELENA ne laisse à personne, le droit de prendre la tête de la course dès la ligne droite de départ entamée.*

*A chaque instant, notre benjamine contrôle la présence de ses adversaires ainsi que le rythme de la course. Pas le moindre ralentissement, mais il lui reste assez de vitesse, pour éloigner ses amies de la victoire finale.*

*Seconde fille du Gosp présente sur le circuit très humide, LINE Patoux, réalise sa prestation habituelle et sera classée à mi classement, sous les regards et encouragements de son papa.*

*Dernier représentant, MICHEL, notre secrétaire sera l'auteur d'une course courageuse et certainement motivée par les prestations de ses deux jeunes filles.*

*Bonne sortie et surtout une bonne invitation aux athlètes présents pour notre cross de l'amitié qui s'approche très vite .....*

.20/6 CRAC Charleroi 1.50euro en préinscription, 5 euros sur place

|                               |      |
|-------------------------------|------|
| Ben. : 60,600,longueur,poids  | idem |
| Pup. : 60,1000,hauteur,poids  | idem |
| Min. : 80,1000,disque,hauteur | idem |

.21/6 GOSP Charleroi Championnats de Belgique de marche athlétique

.12/7 RCAS Schaerbeek (parking gratuit le dimanche) 2euros/épreuve

|   |                  |
|---|------------------|
| Ben. : 1km marche, 60,hauteur,hockey,poids          | idem             |
| Pup. : 1km marche, 60,disque,hauteur,poids          | idem             |
| Min. : 1km marche, 80,150,300,hauteur,javelot,poids | idem + le disque |

.22/8 MOHA Obourg 2euros/épreuve en préinscription

|   |                                  |
|---|----------------------------------|
| Ben. : 60,600,hockey,longueur           | 60,600,longueur,poids            |
| Pup. : 60haies,1000,disque,longueur     | 60haies,1000,disque,longueur     |
| Min. : 80haies,150,1000,hauteur,javelot | 60haies,150,1000,hauteur,javelot |

.20/9 CSF Forest : finale challenge DE MEU uniquement pour les athlètes qualifiés !!

.20/9 CRAC Charleroi 1,50 euro/épreuve en préinscription (5 euros sur place)

|                     |      |
|---------------------|------|
| Ben. : 60,hockey    | idem |
| Pup. : 60,longueur  | idem |
| Min. : 150,longueur | idem |

.26/9 CABW Nivelles Critérium des jeunes uniquement sur sélection et qualification !!!

.3/10 UAC Châtelineau 1euro/épreuve (1,50 à partir des cadet(te)s)

|                              |                          |
|------------------------------|--------------------------|
| Ben. : 60,600,longueur,poids | 60,600,hockey,longueur   |
| Pup. : 60,1000,hauteur,poids | 60,1000,hockey,longueur  |
| Min. : 80,1000,hauteur,poids | 80,1000,javelot,longueur |

.25/10 RSCA Anderlecht 2euros/épreuve

|                        |      |
|------------------------|------|
| Ben. : 60,hauteur      | idem |
| Pup. : 60,1000,hauteur | idem |
| Min. : 80,1000,hauteur | idem |

Contacts : Michel GONET :0495450167, Laetitia 0483044184, Julos : 0479847042



- 12 - 01 - 2020 : 30 ° CROSS DE CHÂTELET A TAILLIS - PRES :

Changement de site, pour nos amis de l'U.A.C. Le parc de Châtelet est remplacé par les environs de la piste. Un temps très froid et beaucoup trop de circuits, surtout pour les aînés, font de cette nouvelle organisation, un test pour les prochaines années.

Nos benjamins ouvrent les débats. Zeh - Eyette LOYD, fait ce qu'il faut pour offrir, la victoire, à son entraîneur. Un temps de 2'09 sur 580 m, c'est remarquable pour ce jeune. Et pourtant à la lecture du classement, on se doit de constater la 7<sup>o</sup> place de Casado GAEL, qui en était à sa première prestation ....En effet c'est un exploit de terminer à moins de dix secondes du podium. Qu'il en soit félicité. Dans cette même épreuve, notons la prestation de TOM Mayard, de SIMON Dumortier ainsi que de SACHA Mayard et d'ISSA Meknassi.

Ensuite ce sont les benjamins avec notre duo de charme. Pas le moindre doute pour le haut du podium. La victoire pour MIA Dallaturca sur sa copine ELENA Tricot. La décision s'est faite à moins de 100 m de l'arrivée. Notons dans cette course la belle prestation d'une nouvelle LISA Robeyns qui se classe à mi classement.

En pupilles filles et sur la distance de 1060 m, nous retrouvons quelques nouvelles dont SALMA Scyeur. SALMA se permet un départ digne d'une course de 60 m. En effet au bout de la ligne droite de départ, notre affiliée avait déjà une bonne avance sur ses concurrentes. Ce n'est, qu'au-delà de la mi-course, que SALMA a vu ses adversaires revenir sur elle et ensuite la dépasser, pour le sprint final.

Malgré le fait que c'était sa première prestation, elle sera classée à une fabuleuse 9<sup>o</sup> place. Un peu plus loin, nous retrouvons LINE Patoux et INES Mayard, pour une prestation très remarquable.

Nos pupilles garçons, Dumont GREGOIR (21<sup>o</sup>), Zeh-Eyette CAMRON(33<sup>o</sup>), Meknassi HAMZA( 43<sup>o</sup>) franchissent la ligne d'arrivée, avec le sentiment du travail bien effectué. En cadet, nous retrouvons Doumont HUGO, sur la distance de 2610 m, pour un moment sportif de qualité. Lors de la course des minimes, NOLAN Zeh-Eyette sera en tête pendant la majorité de la distance. Mais lors de la dernière attaque, il devra céder la première place et donc la victoire, pour quelques secondes. Signalons la première et toute bonne prestation de CLEMENT Cheverier.

En cross court Dames, nous retrouvons LAETITIA Van Aarschot, pour une courageuse et magique 7<sup>o</sup> place au classement de l'épreuve. C'est le meilleur classement de LAETITIA depuis son arrivée au Gosp, il y a de cela juste dix ans. En cadettes filles, signalons la 14<sup>o</sup> place de LAURE Pierjacomini. Encore une belle prestation de notre cadette. Preuve que l'entraînement régulier, paye ... ..

Pour en terminer, juste une prestation courageuse pour le moins jeune de nos amoureux des courses à travers champs. Vous avez deviné de qui il s'agissait .. Très bonne et très remarquable sortie de notre cercle chez nos amis Castellinois. Une pensée pour le travail des entraîneurs et cela tout au long de l'année ... ..

# Pari réussi pour le Cross de l'Amitié

Délocalisée au parc de Monceau, la course organisée par le GOSP

**P**our sa 18<sup>e</sup> édition, exceptionnellement délocalisée à Monceau avant de chercher un tout nouveau site pour les éditions futures, le Cross de l'Amitié a particulièrement ravi les foules, ce dimanche.

C'est dans une atmosphère hautement appréciable que s'est déroulé le 18<sup>e</sup> Cross de l'Amitié du GOSP, ce dimanche. Exceptionnellement délocalisé au parc Nelson Mandela de Monceau, le circuit proposé a ravi les foules. « Nous avons dû travailler d'arrache-pied, l'organisation que demandait un tel déménagement n'étant pas négligeable, mais nous ne pouvons que nous satisfaire d'un tel succès, c'était impeccable ! », résumait Michel Gonet, secrétaire du club gosselien. « Puis il faut dire que le cadre était magique, avec un circuit passant devant le château. Et le beau soleil est venu contribuer à tout cela, on pouvait donc difficilement espérer mieux. Car en plus des participants, le site était peuplé de bon nombre de badauds venus se promener dans le parc et ayant pu apprécier le spectacle, ce qui n'a qu'amplifié la réussite de l'événement. »

**PLUS DE 300 PARTICIPANTS**  
Mais l'emblématique membre du

GOSP estime que l'affluence aurait pu être encore plus importante : « Seuls les plus jeunes, à savoir ceux nés entre 2007 et 2011, étaient autorisés par la Fédération à bénéficier d'un dossard d'un jour s'ils n'étaient pas affiliés, mais passé cet âge, cela n'était pas possible à moins de faire partie d'une fédération étrangère ou travailliste. Au total, nous avons frôlé les 300 participants si l'on ne considère que les athlètes LBFA, nombre que l'on dépassait largement en comptant tous les autres. C'est donc impeccable pour un changement de site et en tenant compte aussi du fait que le CRAC n'avait pas placé notre course dans son planning (voir ci-contre) — quelques représentants du club ayant cependant participé — sans quoi nous aurions certainement dépassé les 400... »

En termes de résultats, on soulignera les succès des membres des clubs carolos : Loyd Zéh-Eyette (benjamins) et Mia Dallaturca (benjamines) pour le GOSP ; Maxence Lallemand (pupilles), Oscar Bourgeois (minimes), Florentin Joly (cadets) et Bérengère Malevé (Masters) pour l'ACTE ; Lofli Kamfoud (cross court) et François Decamk (seniors) pour le CRAC ; Isabelle Lembourg (seniores) pour l'UAC. 

CÉDRIC MARTIN



Sous les différents noms de l'Amitié, son Mandé midi. Ils leurs bas

STRIKES ET MÈS... PAVEMENTS... VOS... DE LA... JUNGLES... ET... MOINS... SAUVE...

## Des médailles carolos à Louvain-la-Neuve



les athlètes carolos se sont une nouvelle fois éclatés, ce samedi, à l'occasion des championnats destinés aux juniors et TC (toutes ca-

la hauteur et sur 60 mètres haies, et une troisième médaille d'or pour le club carolo, celle de Florian Dehont vainqueur du 200



- 26 – 01 – 2020 : 18 ° CROSS DE L'AMITIE A MONCEAU SUR SAMBRE.

Pour la première fois depuis sa création, notre cross de l'amitié s'est vu obligé de quitter les installations du Collège saint Michel de Gosselies. Nos proches vécurent quelques mois pénibles car ce n'est qu'à la fin octobre que la décision est tombée. Nous voici, cette année dans le Parc du Château de Monceau sur Sambre, grâce au travail de certains qui réalisèrent des véritables prouesses afin de proposer à nos athlètes, un circuit digne de cette édition.

Le rendez-vous fut proposé pour 09.00, pour toutes et tous.

C'est donc avec immense joie que le premier départ fut réalisé par le juge arbitre et sous les commentaires de notre magique LUC CARLIER, présent depuis sa création. Le soleil était de la partie et cela pour toute la journée sous une température estivale. Que demandez de mieux ? Les athlètes étaient là, en nombre comme lors des précédentes organisations et le public présent dans le parc du Château, tout ce joli monde a pu apprécier les nombreuses courses mises au programme de cette journée dédiée au crosscountry ... ..

Première épreuve le 600 m pour les benjamines filles, lance sous le coup de midi. Quelques heures de folie pour jeunes et moins jeunes, dont une Victoire de MIA Dallaturca avec quelques secondes d'avance sur sa copine du Gosp, ELENA Tricot. Ensuite nous pointons, JESSICA Renson pour une 11<sup>o</sup> place, ensuite Félix EMILIE pour une 12<sup>o</sup> place. LISA Robeyns suit à la 15<sup>o</sup> place, LUCIE D'Elia à la 21<sup>o</sup> place. Ensuite, distance identique et à nouveau une victoire de Zeh-Eyette LOYD du Gosp. Une prestation de qualité avec GAEL Casado à la 5<sup>o</sup> place, à trois secondes du podium. TOM Mayard à la 7<sup>o</sup> place, SIMON Dumortier à la 11<sup>o</sup> place et SACHA Mayard, pour une 21<sup>o</sup> place. Ensuite ce sont les minimes garçons qui prestent sur la distance de 1560 m. Duel de toute beauté avec NOLAN Zeh – Eyette et l'athlète de Thuin pour une victoire. Une seconde place couronne les efforts de NOLAN.

Un second membre de notre cercle lors de cette épreuve, Cheverier CLEMENT sera classé à une remarquable 16<sup>o</sup> place. Du bon travail pour sa première participation à notre cross. En minimes filles, pas la moindre participante de notre cercle.....

Notre seule représentante, en pupilles filles (SALMA Scyeur), s'est admirablement comportée, puisqu'elle en termine, avec son 1000 m, à la cinquième place. C'est-à-dire à moins de dix secondes de son premier podium.

Sur une distance identique, nous retrouvons, notre seul affilié (CAMRON Zeh – Eyette) pour une prestation courageuse au vu des difficultés rencontrées sur ce circuit, sans le moindre temps de repos. Une 17<sup>o</sup> place courageuse et méritée. Notre cadette Pierjacomini LAURE, réalise sa course habituelle et sera créditée d'une remarquable cinquième place.

Nos deux cadets présents au départ d'un circuit de 2000 m, effectueront une première prestation de qualité pour le Gosp, puisque LOIC Thiran sera classé à la huitième place et que son copain HUGO Doumont héritera de la neuvième place, pour également sa première participation à notre cross ....

## Résultats de notre cross de Gosselies à Monceau sur Sambre

ce 26 Janvier 2020 :

18 athlètes présents pour 3 podiums, bravo à vous.

Ben D: Mia 1ère, Eléna 2ème, Jessica 11ème, Emilie 12ème, Lisa 15ème, Lucie 21ème

Ben G: Loyd 1er, Gaël 5ème, Tom 7ème, Simon 11ème, Sacha 21ème

Pup D: Salma 5ème

Pup H: Cameron 17ème

Min H: Nolan 2ème, Clément 16ème

Cad D: Laure 5ème

Cad H: Loïc 8ème, Hugo 9ème



## Résultats des Championnats du Hainaut de cross à

Gaurain ce 2  
février 2020 :

9 présents pour 3 podiums

Kang.G. : Raphaël

Ben F: Eléna 1ère,  
Mia 2°

Ben G: Loyd 1er

Pup G : Cameron 13°

Min: Nolan 16°

Cad F: Laure 15°

Ce D: Laeti 11°

CC H. Michel 32e



# MERCI

*Voici notre dernière édition du cross de l'amitié terminée.*

*Je viens donc , comme responsable de cette importante organisation ,pour notre cercle , votre cercle et également pour l'athlétisme Hennuyer , voir Francophone , vous remercier pour votre investissement personnel, familial , politique , communal , provincial et fédéral . Contrairement aux autres années, je m'abstiendrai de citer des noms, des associations, des sociétés, sponsors, rien de tout cela.*

*Par contre ce que je peux vous certifier, c'est de mon total remerciement.*

*Juste une attention spéciale pour les deux gardiens de la surveillance de notre circuit en cette nuit magique et agitée de la veille de notre cross.*

*A l'ASBL les caves du Château, pour leur autorisation à prester dans leur parc magique et ensoleillé en ce dimanche 26 janvier 2020.*

*A notre responsable, du parc, sur place en ces deux jours importants pour notre club.*

*A notre sponsor, impliqué depuis la création de notre cross et ses créations florales.*

*A tous les parents qui nous ont fait l'honneur et la joie de nous accompagner dans cette journée dédiée à notre jeunesse , malgré leurs charges familiales.*

*A la participation de tous nos membres, comme athlète, bénévole , spectateur ....*

*A cette personne , à cette famille sportive , qui peut me résoudre le moindre problème concernant notre cercle .*

*A cette personne, qui depuis le début, m'assiste, jour et nuit, pour que mon club, notre club soit , plus qu'un petit club de la LBFA ... ..*

*A cette équipe du secrétariat et des inscriptions qui sont nickel ... ..*

*A ces aidants de la mise en état de tout atelier : parking, buvette, entrée ... ..*

*A tous ces absents, ces détracteurs, à qui nous proposons de venir nous aider dans*

*A nos affiliés ; empêchés par la grippe, une blessure ou toutes autres raisons ... ..*

*Merci à vous de ma part et de tous nos responsables ... ..*

**LA SÉCURITÉ,  
C'EST AUSSI  
MON SPORT!**



**VOUS ÊTES TÉMOIN  
D'UN ARRÊT CARDIAQUE?  
PAS DE PANIQUE! AGISSEZ!  
LE PIRE EST DE NE RIEN FAIRE!**

**EN EFFECTUANT 3 GESTES  
SIMPLES, VOUS POUVEZ  
SAUVER UNE VIE.**

## RECONNAÎTRE L'ARRÊT CARDIAQUE

La victime perd conscience, tombe, ne réagit pas quand on lui parle, quand on la stimule? Dégagez les voies respiratoires.

Si vous ne détectez aucune respiration ou bien que sa respiration vous semble très irrégulière, passez directement à l'étape suivante.



## APPELER

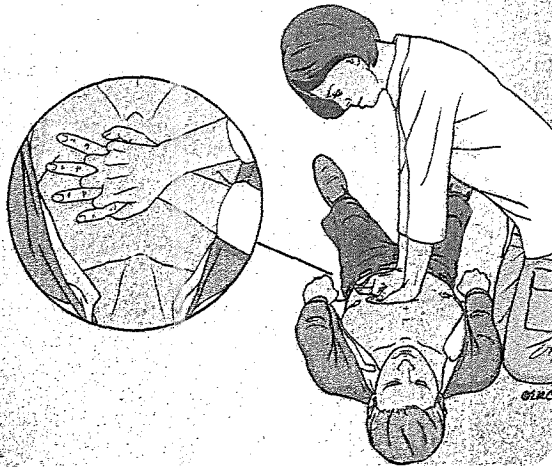
Appelez immédiatement les secours en composant le 112.



## MASSER

Massez le cœur de la victime sans tarder :

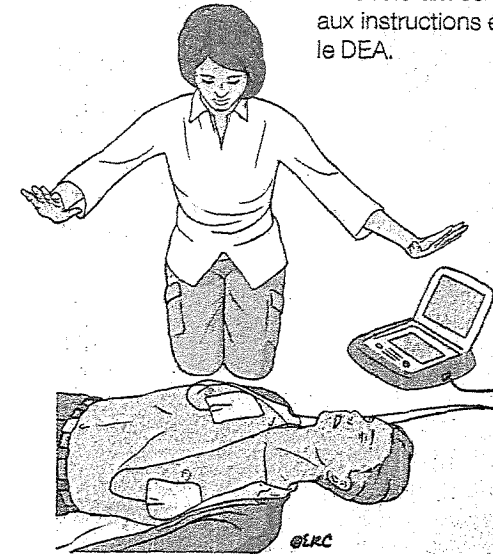
- Allongez la victime sur le dos.
- Dégagez sa poitrine de ses vêtements.
- Positionnez vos mains l'une sur l'autre.
- Placez-les au centre du thorax.
- Appuyez avec votre corps, bras tendus, de tout votre poids.
- Enfoncez vos mains de 5 cm et relâchez bien entre chaque pression à un rythme de 100 fois par minute.



## DÉFIBRILLER

Définibrillez à l'aide d'un DEA :

- Ne quittez pas la victime et continuez à masser! Faites-vous aider pour que l'on vous apporte le DEA près de la victime.
- Allumez le DEA et placez les électrodes sur la victime en vous référant scrupuleusement aux instructions émises par le DEA.



## PERMETTRE L'ARRIVÉE DES SECOURS

Faites-vous aider pour faciliter cette arrivée.

Faites dégager les accès et demandez à quelqu'un d'aller à leur rencontre.

# Plusieurs titres provinciaux pour nos Carolos

C'est ce dimanche que se déroulaient les championnats du Hainaut de cross, à Gaurain-Ramecroix, avec une belle maison pour les Carolos. Le président du CRAC, Alain Pillot, a tenu à souligner une « très bonne participation (de ses membres) malgré une météo exécrable et un parcours très boueux », tout en se félicitant des résultats: « Notre club engrange huit podiums sur 23 athlètes. »

## L'UAC EN NOMBRE

De son côté, l'UAC avait envoyé la plus grosse délégation pour un club carolo. « Pas moins de 51 ath-

lètes y ont participé », nous Jean-Michel Lempereur, membre du comité carolinnois. « Au niveau des performances, retenons la belle 2<sup>ème</sup> place (sur 16) de Sofia El Hamel, cadette première année, alors que Roxane Clappe (junior) loupe de peu la troisième place de sa course. Chez les seniors, Florent Lacroix et son épouse Marine Jormaux terminent respectivement le 3.000m à la 6<sup>ème</sup> place et le 1.750m à la 7<sup>ème</sup> place. » Et d'ajouter encore: « Chez les jeunes, on remarquera la 1<sup>ère</sup> place (sur 26) de Lucas Modave ainsi que la belle 5<sup>ème</sup> place (sur 34) d'Aïna Mazza-



Loyd Zeh-Eyette devant. © J.C.

la luma. En minimes, Louane Taignière termine 7<sup>ème</sup>, Noémie Somville 8<sup>ème</sup> et Emma Brackevoy 9<sup>ème</sup>. »

On notera aussi pour le GOSP les deux titres provinciaux obtenus par les jeunes Éléna Tricot — juste devant sa partenaire de club Mia Dallaurca — et Loyd Zeh-Eyette alors qu'à l'ACTH, Emilie Loriaux (Masters) et Maxence Lallemand (pupilles) sont aussi montés sur la plus haute marche. ●

G.E.M.

Retrouvez plus de photos sur [www.laformationcarolo.be](http://www.laformationcarolo.be)

## Les podiums carolos

**1<sup>ère</sup> catégorie féminine**  
 Pâmo Gentile : 3<sup>e</sup> en benjamin : 2011.  
 Bastien Loncks : 2<sup>e</sup> en cadets 2005.  
 Séverin Grégoire : 3<sup>e</sup> en cadets 2006.  
 Leïla Oubouskour : 1<sup>ère</sup> en scolaires 2004.  
 Cyril Beis de : 1<sup>er</sup> en scolaires 2004.  
 Grégorian Berger : 3<sup>e</sup> en junior.  
 Aïna Oubouskour : 2<sup>e</sup> du cross court (seniors).

Loyd Kanfoud : 3<sup>e</sup> senior du cross court (seniors).

**2<sup>ème</sup> catégorie féminine**  
 Lucas Modave : 1<sup>er</sup> en pupilles 2010.  
 Sofia El Hamel : 2<sup>e</sup> en cadettes 2009.

**3<sup>ème</sup> catégorie féminine**  
 Lucie Lechat : 2<sup>e</sup> en cadettes 2005.  
 Emilie Loriaux : 1<sup>ère</sup> en Masters.  
 Maxence Lallemand : 1<sup>er</sup> pupilles 2009.  
 Florentin Joly : 2<sup>e</sup> cadets 2005.  
 Nicolas Mortier : 1<sup>er</sup> junior sur le cross court (4<sup>e</sup> toutes catégories).

**4<sup>ème</sup> catégorie féminine**  
 Éléna Tricot : 1<sup>ère</sup> en benjamines 2011.  
 Mia Dallaurca : 2<sup>e</sup> benjamines 2011.  
 Loyd Zeh-Eyette : 1<sup>ère</sup> en benjamines 2012.

**5<sup>ème</sup> catégorie féminine**  
 Pascal Ledier : 3<sup>e</sup> M45 sur le cross court (10<sup>e</sup> toutes catégories).



Les clubs carolos étaient particulièrement bien représentés ce dimanche à l'occasion des championnats du Hainaut de cross, à Gaurain-Ramecroix, avec pas moins de sept titres au total, dont ceux de Leïla Oubouskour du CRAC (1), Lucas Modave de l'UAC (2) ou encore Éléna Tricot du GOSP. ● ● (photo : Jules Claude et DR.)



| Challenge BPM MOHA - manche 3 - 09/03/2019 |                         |                   |  |  |
|--|-------------------------|-------------------|--|--|
| SPRINT                                     | HAIES                   | POIDS             | LONGUEUR                                     | HAUTEUR                                    |
|  |                         |                   |  |  |
| 60 m BEN F 15H15                           | 60 m H PUP F 14H00      | Poids MIN F 12H00 | Longueur PUP F 12H00                         | Hauteur BEN H 12H00                        |
| 60 m BEN G à la suite                      | 60 m H PUP G à la suite | Poids MIN G 13H00 | Longueur PUP G 13H00                         | Hauteur BEN F 13H00                        |
| 60 m PUP G à la suite                      | 60 m H MIN F à la suite | Poids PUP F 14H30 | Longueur BEN G 14H00                         | Hauteur MIN F 17H15 Hauteur<br>MIN H 17H15 |
| 60 m MIN G à la suite                      | 60 m H MIN G à la suite | Poids PUP G 16H30 | Longueur BEN F 15H45                         |  |
| 60 m PUP F à la suite                      |                         |                   |  |  |
| 60 m MIN F à la suite                      |                         |                   |  |  |
|  |                         |                   | Perche H <sub>départ</sub> =1,68 m MIN H & D |  |
|  |                         |                   | Perche H <sub>départ</sub> =1,98 m TC H & D  |  |
|  |                         |                   |  |  |
|  |                         |                   | 15H00 MIN H & D + TC H & D                   |  |
|  |                         |                   | Perche H <sub>départ</sub> =2,98 m H         |  |
|  |                         |                   | Perche H <sub>départ</sub> =2,78 m D         |  |
|  |                         |                   |  |  |
|  |                         |                   | 12H00 TC H & D                               |  |

2 sautoirs

1 - Préinscriptions souhaitées - via formulaire en ligne uniquement pour les athlètes dossardés 2019-2020 - 2,00€

**Date limite des préinscriptions : 05/03/2020 à 17h00**

**Pas d'inscriptions par mail**

<https://mons-obourg-hainaut-athletisme.events.idloom.com/bpm07032020>

2 - L'horaire est susceptible d'être modifié suivant le nombre de participants

3 - Chrono électronique

3 - Pour les concours et les courses : clôture des inscriptions **45 minutes avant l'épreuve**

4 - 4,00 € par épreuve sur place

**Les athlètes ne précisant pas leurs records sur les courses seront répartis aléatoirement dans les séries**



**Résultat du Festival du Sprint à Dour ce dimanche 9 février 2020 :**

très belle prestation de notre unique représentante !!

Ben.d.: Eléna 2e de la finale en 9"94

**Résultat du cross "ADEPS" inter-écoles ce mercredi 12 février 2020 à Beloeil:**

Ben.d.: Mia 2e /171

Ben.h.: Simon 20e/158

Tous les deux qualifiés pour la finale à Chevetogne le 25 mars !!!!



**Résultats du meeting indoor à Obourg ce 15 Février 2020 :**

Ben. F.: Elena: longueur 2m88, poids 4m31, 60m. 10"02

Ben. G.: Simon: longueur 2m42, 60 m. 11"05

Pup. F.: Ljine: longueur 3m28, hauteur 1m05, 60m. 10"03, 60m. haies 12"74

Céleste : longueur 2m61, hauteur 0.90m., 60m 12"15

Min. G. : Nolan: poids 7m34, 60 m. 8"85



**Challenge BPM Eric De Meu (manche qualificative du Bw), Triathlon Cadet(te)s & Meeting ouvert**
**Piste de Perwez**
**Qualification provinciale**

Centre Sportif de Perwez

Rue des Marronniers, 17 - 1360 Perwez

Accès par la Rue du Ravel.



|                      | Masculin                                | Féminin                                |
|----------------------|---|--|
| Benjamins/benjamines | Tétrathlon:60, 600, L, Ba               | Tétrathlon:60,600, L, Po               |
| Pupilles             | Tétrathlon:60, 1000, L, Ba              | Tétrathlon:60, 1000, H, Po             |
| Minimes              | Pentathlon:80, 1000, L, Po, J   3000 MA | Pentathlon:80,1000,H, Po, J            |
| Cadet(te)s           | Triathlon*: L, J, 1000m   3000 MA       | Triathlon*: L, J, 800m   3000 MA       |
| Scolaires            | Javelot, 3000 MA**                      | Javelot, 3000 MA**                     |
| Juniors              | Javelot                                 | Javelot                                |
| Seniors              | Javelot                                 | Javelot                                |
| Masters              | Javelot                                 | Javelot                                |
| TC                   | 100m, 200m, 400m, 800m, 1000m, 5000 MA  | 100m, 200m, 400m, 800m, 1000m, 5000 MA |

\* **Note aux cadet(te)s** : La réglementation est identique à celle des épreuves combinées IAAF (nombre essais, faux départ, vent). L'inscription est aussi possible aux épreuves individuelles pour cadet(te)s. Cependant, l'athlète cadet(te) s'inscrivant uniquement sur 800m ou 1000m participera dans les courses TC. L'athlète cadet(te) s'inscrivant uniquement au javelot 500g ou 600g participera dans les concours universels (non spécifiques aux triathlons cadet(te)s).

\*\* **Note aux scolaires** : distance 3000M Marche non homologable pour les scolaires, proposée en initiation.

**Horaire (par épreuve)**

| Heure | Courses                |         | Hauteur | Longueur | Poids | Javelot                | Balle |
|-------|------------------------|---------|---------|----------|-------|------------------------|-------|
|       | Catég                  | Dist    |         |          |       |                        |       |
| 10h30 | TC H/D                 | 400m    |         |          |       | Jav Cad D (tria)       |       |
| 11h00 | TC D                   | 800m    |         |          |       | J 400-500g (sauf tria) |       |
| 11h10 | TC H                   | 800m    |         |          |       |                        |       |
| 11h20 | TC D                   | 200m    |         |          |       |                        |       |
| 11h30 | TC H                   | 200m    |         | Cad D    |       | J Cad H (tria)         |       |
| 11h45 | TC H/D                 | 1000m   |         |          |       |                        |       |
| 12h15 | TC H/D                 | 100m    |         |          |       | J 700-800g             |       |
| 13h00 | MH                     | 80m     |         | PH       | PF    |                        |       |
| 13h20 | MF                     | 80m     |         |          |       |                        |       |
| 13h40 | BH                     | 60m     | MF      |          |       | MH                     |       |
| 14h00 | BF                     | 60m     |         |          |       |                        |       |
| 14h20 | PF                     | 60m     |         |          |       |                        | BH    |
| 14h40 | PH                     | 60m     |         |          |       | MH                     |       |
| 14h50 |                        |         |         | BH       |       |                        |       |
| 15h00 | Cad D (tri)            | 800m    |         |          |       | MF                     |       |
| 15h15 | Cad H (tri)            | 1000m   | PF      |          | BF    |                        |       |
| 15h30 | Cad/Sco H/D<br>+ Min G | 3000 MA |         | MH       |       |                        |       |
| 15h45 |                        |         |         |          |       |                        | PH    |
| 16h00 | TC H/D                 | 5000 MA |         |          | MF    |                        |       |
| 16h45 |                        |         |         |          | BF    | J 600g (sauf tria)     |       |

16h-18h



Les 600m et les 1000m se dérouleront à partir de 16h00 et jusque 18h selon la fin des concours par catégorie



**Note** : Les accompagnateurs disponibles pour donner un coup de mains à l'organisateur ou aux juges sont invités à se présenter spontanément au secrétariat de la compétition ou auprès du juge-arbitre portant un brassard tricolore.

**Les épreuves TC sont autorisées pour les athlètes H/F de cadets à masters (sauf 5000m Mar. - sco. à mas.).** Cette réunion d'athlétisme prévoit exclusivement des épreuves universelles (Règle IAAF 147.1) lorsque plusieurs catégories concourent ensemble selon l'horaire.

Engins pour masters selon catégories/spécifications prévues par l'horaire

Pour le javelot (cadets à masters), chacun des athlètes aura droit à trois essais et les huit athlètes ayant accompli les meilleures performances valables auront droit à trois essais supplémentaires. Si l'horaire ne peut être tenu au regard du nombre d'inscrits, chaque athlète aura droit à 4 essais.

**Extraits règlement du challenge LBFA BPM :**

Art. 10.12 : Hauteur des barres pour les qualifications et la finale :

• Pupilles : 0.80 / 0.85 / + 5 cm.

• Minimes : 1.00 / 1.05 / + 5 cm.

Le dernier concurrent ne peut pas choisir sa barre.

Art. 10.13 : Disposition concernant les concours : En qualification quel que soit le nombre d'athlètes participant, le nombre d'essais aux lancers, à la longueur et à chaque barre à la hauteur est ramené à 2.

**Rappel - Inscriptions :**

Inscriptions sur place le jour-même. Clôture des inscriptions 30 minutes avant l'épreuve. Pour Eric DeMeu, inscription uniquement aux épreuves combinées pour les BPM (sauf 3000MA pour min. G), pas d'inscription aux épreuves individuelles. L'athlète qui ne s'aligne pas sur une épreuve ne peut pas prendre part aux épreuves suivantes. Les cadets/cadettes et scolaires ne seront pas autorisés à s'inscrire aux deux distances de marche (choix à faire 3000MA ou 5000MA).

Athlètes étrangers et BPM uniquement : Dossard d'un jour = 5 euros.

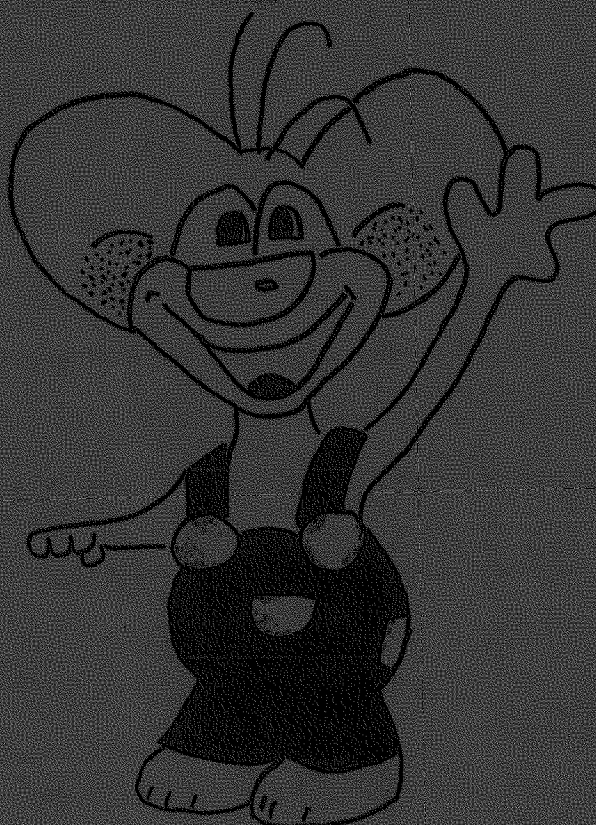
Droit d'inscription: Gratuit pour BPM des clubs du Brabant wallon. Tétrathlon & Pentathlon : 5 euros, Triathlon : 4,5 euros et 1,5 euros/épreuve pour les autres, sauf marche 3€/épreuve.

**Horaire des épreuves combinées (par catégorie)**

| Heure   | BF  | PF    | NF    | CF   | BH       | PH       | NH       | CH    |
|---------|---|-------|-------|------|----------|----------|----------|-------|
| 10h30   |   |       |       | Jav  |          |          |          | Long  |
| 11h00   |   |       |       |      |          |          |          |       |
| 11h30   |   |       |       | Long |          |          |          | Jav   |
| 11h45   |   |       |       |      |          |          |          |       |
| 12h15   |   |       |       |      |          |          |          |       |
| 13h00   |   | Poids |       |      |          | Longueur | 80m      |       |
| 13h20   |   |       | 80m   |      |          |          |          |       |
| 13h40   |   |       | Haut  |      | 60m      |          | Jav      |       |
| 14h00   | 60m   |       |       |      |          |          |          |       |
| 14h20   |   | 60m   |       |      | Balle    |          |          |       |
| 14h40   |   |       |       |      |          | 60m      | Poids    |       |
| 14h50   |   |       |       |      | Longueur |          |          |       |
| 15h00   |   |       | Jav   | 800m |          |          |          |       |
| 15h15   | Poids   | Haut  |       |      |          |          |          | 1000m |
| 15h30   |   |       |       |      |          |          | Longueur |       |
| 15h45   |   |       |       |      |          | Balle    |          |       |
| 16h00   |   |       | Poids |      |          |          |          |       |
| 16h15   | Longueur  |       |       |      |          |          |          |       |
| 16h-18h | Les 600m et les 1000m se dérouleront à partir de 16h00 et jusqu'à 18h00 selon la fin des concours par catégorie |       |       |      |          |          |          |       |



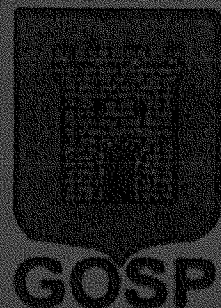
Chaire  
Pier



AVEC LE SOUTIEN DE L'ADEPS, DE INFRASPORT, DE L'ECHEVINAT DES SPORTS DE CHARLEROI,



vous invite, ainsi que votre famille, à venir voir les meilleurs marcheurs du moment !!!!



# CHAMPIONNATS DE BELGIQUE TC DE MARCHE ATHLETIQUE

# ET GRAND PRIX DE CHARLEROI DE MARCHE ATHLETIQUE

Dimanche 21 juin 2020 dès 10h30

Lieu : Stade Jonet, Rue Jonet 267 à 6000 Charleroi



Vestiaires (douche chaude) - Vaste parking.  
Buvette et petite restauration à prix démocratique.

Inscription préalable souhaitée auprès de l'organisateur : [secretariat@gosp.be](mailto:secretariat@gosp.be) ou 0495/45 01 67

## Championnats de Belgique TC de Marche Athlétique



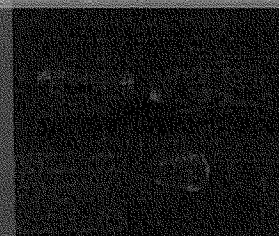
|       |           |                |
|-------|-----------|----------------|
| 10h30 | TC Dames  | 10.000m marche |
| 11h45 | TC Hommes | 20.000m marche |



## Grand Prix de Charleroi de Marche Athlétique



|       |             |               |
|-------|-------------|---------------|
| 14h15 | Min. H/D    | 2.000m marche |
| 14h45 | Ben/Pup H/D | 1.000m marche |
| 15h00 | Cad. H/D    | 3.000m marche |
| 15h30 | Sen. H/D    | 5.000m marche |
|       | TC H/D      | 5.000m marche |



Notes : - les athlètes cadets/cadettes ne peuvent réglementairement pas participer sur les distances des championnats TC de Marche Athlétique.

- les athlètes ne peuvent s'inscrire que sur une et une seule distance lors de cette réunion.

L'horaire est donné à titre indicatif et peut subir une modification pendant le déroulement de la journée, notamment en fonction du nombre de participants.

L'organisateur décline toute responsabilité en cas d'accident, perte ou vol pouvant survenir avant, pendant et après les épreuves.

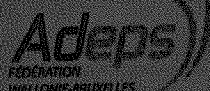
Pour tous renseignements :

Michel Gonet : 0495/45.01.67 - Tél./fax : 071.35.97.33 [secretariat@gosp.be](mailto:secretariat@gosp.be). Site : <http://www.gosp.be>

Ne pas taper sur la voie publique.



En partenariat avec le



Charte du mouvement sportif de la Fédération Wallonie-Bruxelles



# ROYAL GOSSELIES-SPORTS

Belgique-Belgie

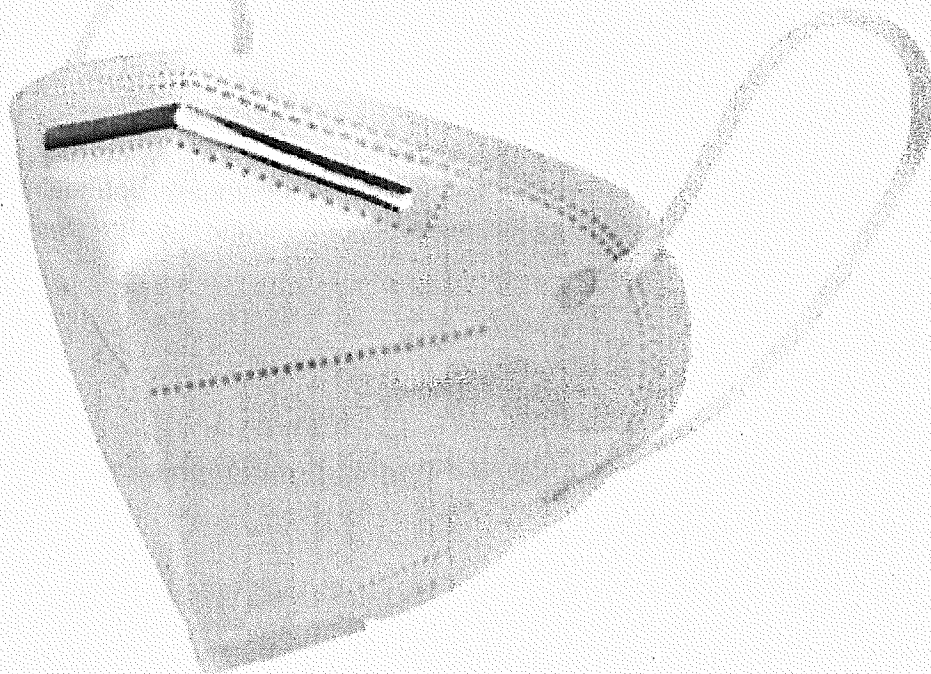
PP - FB

6180. Courcelles.

BC 31357

Cercle d'Athlétisme LBFA n° 24 (GOSP).  
Bulletin d'information n°2 du 30 MAI 2020.  
Bimestriel P001561.

Bureau de Dépôt  
6180 Courcelles



Éditeur

responsable: Gonet Michel  
Rue de Heigne 6.  
6230 Viesville.  
071/35 97 33

Sébastien DEGREVE.  
Rue des Ecoles n° 10.  
1490. COURT ST ETIENNE.

## Nouvelles du secrétariat

Voici quelques courriers concernant celui qui nous est arrivé sans prévenir.....

Monsieur,

07/05/20 .

Comme indiqué dans notre communiqué du 30 avril 2020, après avoir envoyé un courrier le 22 avril à la Première Ministre et à la Ministre des Sports afin de demander l'accès aux stades extérieurs pour les athlètes, sous certaines conditions, la LBFA a rédigé et envoyé, au Cabinet de la Ministre, un plan de déconfinement progressif, en trois phases, pour la reprise dans les cercles.

Notre document insiste sur le fait que notre sport est un sport individuel, sans contact, qui, à cette période de l'année, se déroule à l'extérieur, dans un espace de 5000 m<sup>2</sup> minimum, et a la particularité de rassembler de nombreuses disciplines qui permettent aux athlètes et aux entraîneurs d'utiliser les diverses aires d'entraînement spécifiques, distantes de plusieurs dizaines de mètres.

La première phase de ce plan, qui débutait ce lundi 4 mai, prévoit notamment la reprise des entraînements, au sein des cercles, sous forme de petits groupes, en respectant les règles sanitaires en vigueur, sur le même site au même moment.

Nous n'avons reçu, à ce jour, aucune réponse à ce sujet.

En espérant pouvoir revenir à vous rapidement, nous vous invitons à appliquer les différentes consignes mentionnées dans la vidéo « Déconfinement du monde sportif – Phase 1 », publiée hier.

Salutations sportives,

**Frédéric KIMMLINGEN**

Directeur Technique

Le 16 mai 2020 à 08:53, Michel Gonet <michel.gonet@proximus.be> a écrit :

Bonjour chères sportives .

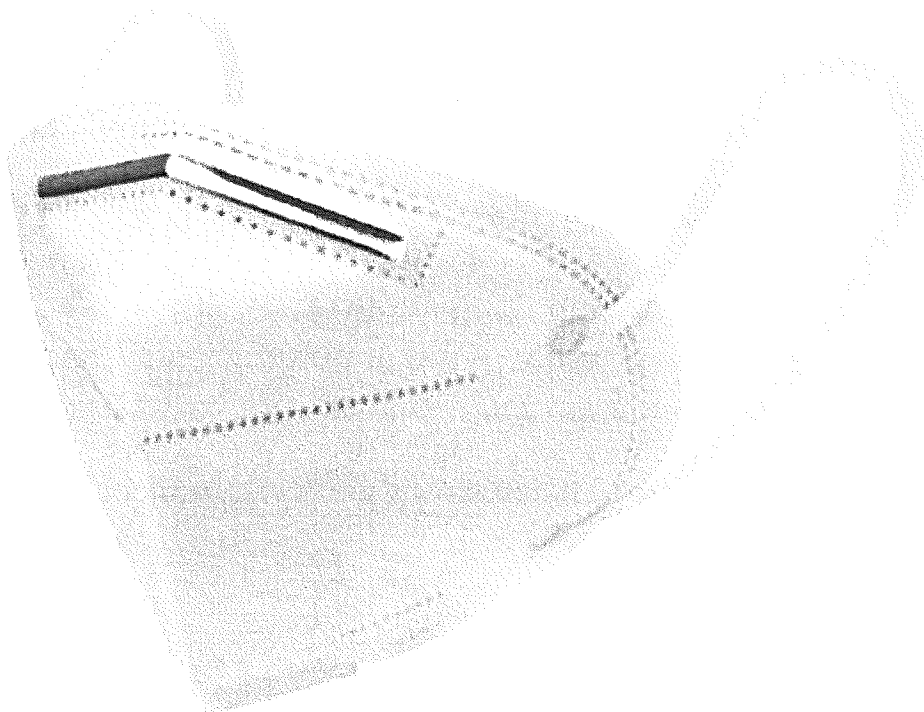
Le planning de reprise Covid 19 à partir du 18 mai 2020 se trouve sur le site du G.O.S.P. pour tous nos membres et accessibles à tout moment . Par mesure de sécurité et dans l'attente d'une éventuelle amélioration prochaine de la situation sanitaire , nous devons nous en tenir à cette proposition .

Pour le mercredi , la séance sera , pour le moment , consacrée aux Kangourous , Benjamins , Pupilles et Minimes , garçons et filles . Il est demandé , à chacun et chacune , de la patience , de la tolérance et de la confiance , en des jours meilleurs .

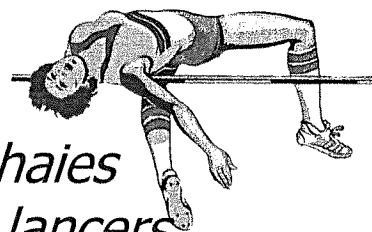
Mes amitiés sportives

ÉDITION  
SPÉCIALE

***CORONAVIRUS***



UNE NOUVELLE ORGANISATION POUR LA  
JEUNESSE SPORTIVE DE NOTRE ENTITE

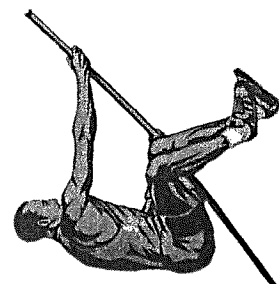


*Cross-country - sprint - haies  
fond - demi-fond - sauts - lancers*

*Entraîneur diplômé à la disposition de ses athlètes*

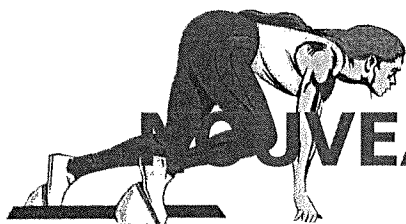


# Initiation



# à l'ATHLETISME

Dispensant une formation générale donnant accès à tous les sports !



## NOUVEAU AU STADE JONET.



Centre Sportif du Stade Jonet .  
Rue Jonet N° 267 à 6000 Charleroi.

Le mercredi entre 13.30 et 15.30

Le lundi et vendredi entre 17.00 et 20.00 (toute l'année).

Stage en début juillet et un autre à la fin des vacances d'août .

***Renseignements et inscriptions :***

*Michel Gonet : 0495 45 01 67*

*Tél/fax : 071/35.97.33*

***[fc660045@skynet.be](mailto:fc660045@skynet.be)***

*[www.gosp.be](http://www.gosp.be)*



# G.O.S.P.

## Planning de reprise covid19 à partir du 18 mai 2020

(tout point non-prévu sera rediscuté entre les responsables du club)

Masque ou bandana obligatoire pour l'échauffement

A disposition : gel, essuie-tout, masques (si possible à apporter soi-même)

Cônes pour indiquer les positions lors de l'échauffement

Pas de station immobile dans la tribune ni autour du stade

Pas de buvette ni de vestiaire !!!! Venir en tenue et repartir dès l'entraînement terminé !!!

Les bisous et poignées de main en pensée uniquement !!!!!

Les athlètes compétiteurs susceptibles de participer à un championnat reprennent en premier,

dès que possible, tout le monde sera repris en charge par le club.

**!!!! Venir en tenue et repartir dès l'entraînement terminé !!!!!**

### Le lundi :

.17.00-18.30 : .groupe Julos : Nolan (hauteur) à partir du 25 mai

.adultes sans coachs

.18.30-20.00 : .groupe Lois : Nolan, Laure, Loïc, Hugo, Clément, Laetitia

.groupe Julos : Line, Elena, Mia, Loyd, Camron, Simon, Grégoire, Gaël

.adultes sans coachs

### Le mercredi :

.13.30 : .groupe Michel (groupe de max. 20 athlètes, uniquement convoqués par Michel)

### Le vendredi :

17.00-18.30 : .groupe haies Julos : Line, Elena, Mia, Raphaël, Salma à partir du 29 mai

.adultes sans coachs

18.30-20.00 : .groupe Julos : Gaël, Simon, Grégoire, Loyd, Camron

.groupe Lois : Laure, Loïc, Hugo, Clément, Nolan, Laetitia

.adultes sans coachs

Bon à savoir : les engins de lancer doivent appartenir à l'athlète, pas de starting-blocks,

masque obligatoire pour sauter en longueur ou hauteur.

## MODE D'EMPLOI

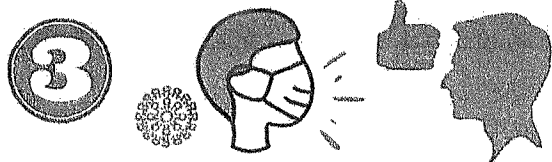
### Comment bien utiliser votre masque en tissu ?



**1** Avant de mettre son masque, il faut se laver les mains avec une solution hydroalcoolique ou avec de l'eau et du savon.



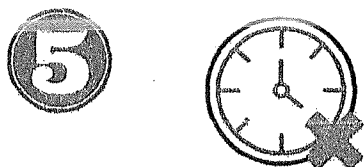
**2** Le masque doit recouvrir le nez et la bouche et être ajusté.



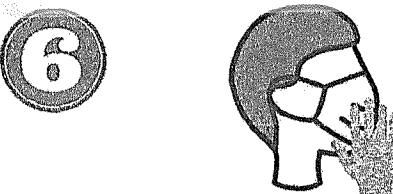
**3** Le masque est utile quand on est infecté. Il permet d'éviter de transmettre le virus via les gouttelettes de salive. Il protège les personnes que l'on pourrait rencontrer.



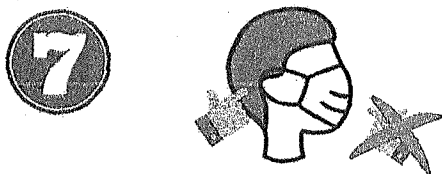
**4** Porter un masque quand on n'est pas infecté limite les risques de transmissions entre votre main et votre bouche. Mais ça ne filtre pas l'air, ni ne remplace les mesures de protection de base (distanciation sociale et hygiène des mains et des surfaces).



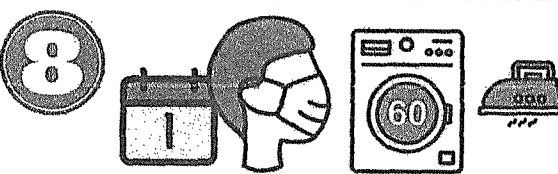
**5** Porté en continu, le masque doit être changé toutes les trois heures.



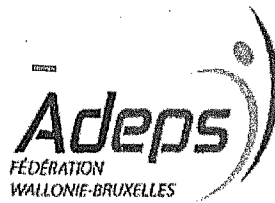
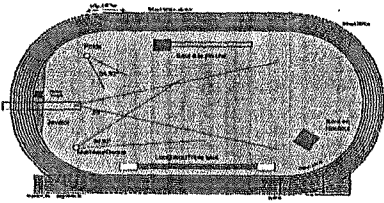
**6** Attention, évitez de toucher votre masque avec vos mains. Si vous le faites, désinfectez vous les mains.



**7** Pour enlever le masque, prenez-le par l'élastique. Ne mettez pas les mains sur le masque et placez le dans un sac en plastique en attendant de le laver.



**8** Stérilisez votre masque au moins une fois par jour en le lavant à haute température avec de la lessive ou du savon et/ou en le repassant à la vapeur.



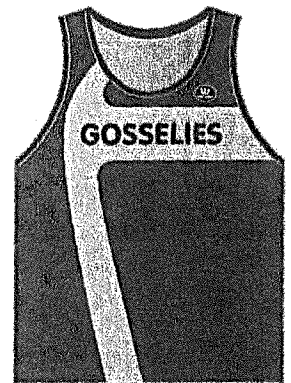
**DECATHLON**

**La Gazette**  
Nouvelle  
SUDPRESSE

**Royal Gosselies Sport Athlétisme**

**(G.O.S.P.)**

Stage d'athlétisme  
pour les jeunes de 6 à 15 ans



**AU STADE JONET** (Rue Jonet 267, Charleroi)

**Initiation et perfectionnement**

**Ouvert à toutes et tous, affilié(e)s à un club ou non**

**Du 6 au 10 Juillet 2020**

**(ainsi que du 24 au 28 Août 2020)**

**Sous les conseils de Michel, Laëtitia, Julos, Loïs**

Horaire : de 9 hrs à 15 hrs 30 (accueil des enfants dès 8 hrs)

Tenue conseillée : short, t-shirt, training, k-way, spikes (conseillés)

Prix : 50 euros (pas de repas, prendre un lunch paquet ; boissons et snacks à prix raisonnables)

La participation à ce stage donne droit à une réduction de 10 euros sur la cotisation 2020-2021

Paiement sur le compte : BE 79 0003 2554 5033 royal gosselies sport athlétisme

!!! en n'oubliant pas le nom du ou des stagiaires en communication !!!

**!! Ne pas oublier la vignette de la mutuelle !!**

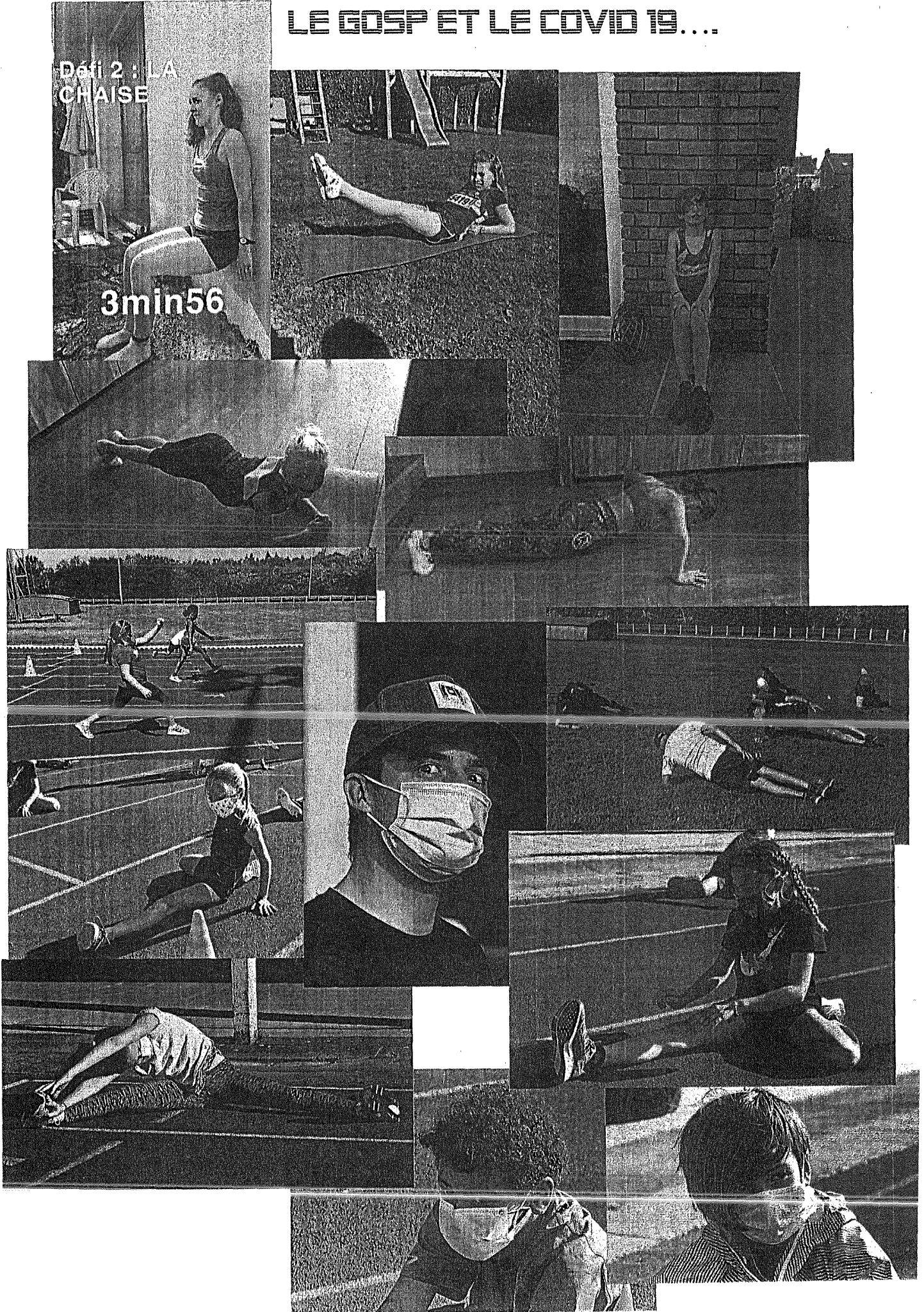


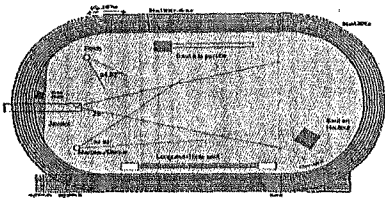
**Contact : Michel GONET gsm : 0495 45 01 67 tel : 071 359733** Ne pas jeter sur la voie publique

# LE GOSP ET LE COVID 19....

Défi 2 : LA CHAISE

3min56



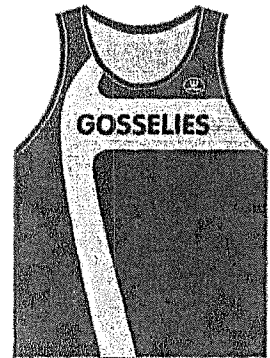


**DECATHLON**

Nouvelle **LaGazette** SUPPRESSE

# Royal Gosselies Sport Athlétisme (G.O.S.P.)

Stage d'athlétisme des plaines  
pour les jeunes de 6 à 15 ans



AU STADE JONET (Rue Jonet 267, Charleroi)

Initiation et perfectionnement

Ouvert à toutes et tous, affilié(e)s à un club ou non

Du 10 au 14 Août 2020

Sous les conseils de Michel, Laëtitia, Julos, Loïs

Horaire : de 9 hrs à 15 hrs 30 (accueil des enfants dès 8 hrs)

Tenue conseillée : short, t-shirt, training, k-way, spikes (conseillés)

Prix : 20 euros !! **gratuit pour les membres du G.O.S.P.** !!

(pas de repas, prendre un lunch paquet ; boissons et snacks à prix raisonnables)

Paiement sur le compte : BE 79 0003 2554 5033 royal gosselies sport athlétisme

!!! en n'oubliant pas le nom du ou des stagiaires en communication !!!

!! Ne pas oublier la vignette de la mutuelle !!



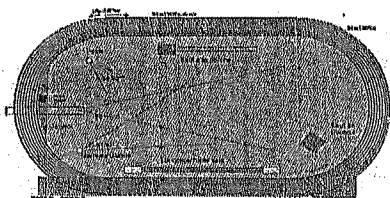
Contact : Michel GONET gsm : 0495 45 01 67 tel : 071 359733

Ne pas jeter sur la voie publique



**Défi 1 : LA  
PLANCHE**

**2min35**

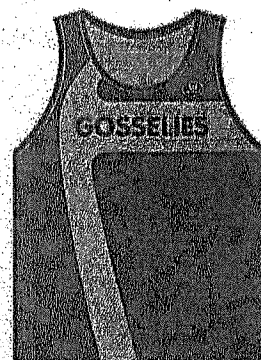


**DECATHLON**

**La Gazette**  
Nouvelle  
SUPPRESSE

**Royal Gosselies Sport Athlétisme**  
**(G.O.S.P.)**

**Stage d'athlétisme**  
**pour les jeunes de 6 à 15 ans**



**AU STADE JONET** (Rue Jonet 267, Charleroi)

**Initiation et perfectionnement**

**Duvert à toutes et tous, affilié(e)s à un club ou non**

**Du 24 au 28 Août 2020**

**Sous les conseils de Michel, Laëtitia, Julos, Loïs**

Horaire : de 9 hrs à 15 hrs 30 (accueil des enfants dès 8 hrs)

Tenue conseillée : short, t-shirt, training, k-way, spikes (conseillés)

Prix : 50 euros (pas de repas, prendre un lunch paquet ; boissons et snacks à prix raisonnables)

La participation à ce stage donne droit à une réduction de 10 euros sur la cotisation 2020-2021

Paiement sur le compte : BE 79 0003 2554 5033 royal gosselies sport athlétisme

!!! en n'oubliant pas le nom du ou des stagiaires en communication !!!

!! Ne pas oublier la vignette de la mutuelle !!

Contact : Michel GONET gsm : 0495 45 01 67 tel : 071 359733 Ne pas jeter sur la voie publique



# Le GOSP garde sa bonne humeur

Depuis l'arrêt des compétitions et le début du confinement, les différents clubs sportifs s'adaptent pour permettre à leurs adhérents de se maintenir en forme et surtout, de garder le sourire.

Au GOSP, sous l'impulsion de Jules Claude notamment, les jeunes athlètes du club ont pris l'habitude de relever des petits défis, vidéos à la clé, dans leur jardin ou salon.

## • GARDER LE CONTACT •

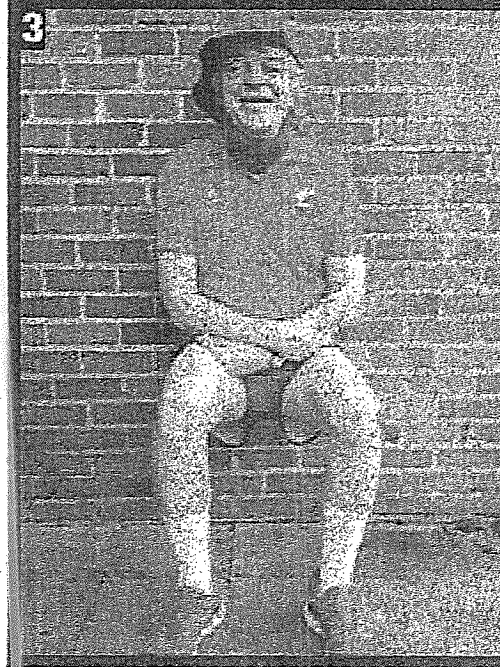
« Le but, c'est avant tout de garder le contact avec eux », assure l'entraîneur du club gosselien. « Les exercices que je propose s'ont rien d'obligatoire et même s'ils ne prennent que 5 minutes par jour, cela permet de penser à autre chose pendant ce temps-là. Au départ, nous avons partagé sur notre groupe Facebook des vidéos de Fred Khennouf (NDR : ancien de Castillon en ayant participé aux JO et aujourd'hui consultant sportif, lesquelles étaient très bien faites mais dans lesquelles certains exercices requièrent parfois un certain bagage musculaire. Pour éviter certains risques chez les plus jeunes, j'ai donc voulu proposer de nouveaux petits exercices, auxquels mes jeunes se sont habitués au stade. Et tant que ceux-ci seront suivis et que les idées me viennent, j'en proposerai d'autres à la mi-semaine. C'est le rendez-vous du mercredi. Et le moins que l'on puisse écrire, c'est que le sympathique Jules n'a pas perdu sa bonne humeur

et espère la transmettre autour qu'il le peut à ses petits protégés. « Je n'ai jamais eu peur que l'on rigole de moi. Et par ces vidéos je veux leur montrer qu'on est toujours là et qu'on pense à eux. On n'aura peut-être pas l'occasion de se revoir sur les pistes avant septembre, peut-être même janvier, qui sait. Rien ne remplace le fait de se retrouver tous ensemble mais en attendant, il faut faire avec ce qu'on a et garder le moral. »

## ÉCHANGES ENTRE CLUBS

Les clubs voisins n'hésitent pas non plus à prendre part aux exercices proposés par le club gosselien. « Au club lauvierois de l'ACLO, je sais que certaines de nos vidéos ont été partagées sur les groupes pour que les jeunes réalisent les exercices eux aussi. Et j'ai même aussi des vidéos d'athlètes de l'UAC relayant le défi. D'autres initiatives de ce genre existent et il y a pour en rester au club castillinois, d'ailleurs, un 10 km virtuel a été organisé (NDR : avec photo des chronos réalisés, l'épreuve ayant rassemblé 64 participants). On a aussi partagé récemment une vidéo de Nafi Thiam proposant à son tour de challenger certains à réaliser. Bref, les différents acteurs du monde de l'athlétisme sont au mieux pour conserver les liens qui les unissent et permettre à leur un chacun de se maintenir en bonne forme, physique et morale, en ces temps difficiles. »

© GOSP MARTIN



Depuis plusieurs semaines, les athlètes du GOSP réalisent à différents défis en s'adonnant à des exercices de vivacité, de lancers ou de sauts. L'entraîneur du club gosselien Jules Claude veut d'en lancer une nouvelle série, celle-ci avant commençé par l'épreuve de la chaise, de la planche et de la diagonale.





## **Recommandations pour la reprise des entraînements à partir du lundi 18 mai:**

**Les entraînements et les cours sportifs organisés de manière régulière, à savoir par un club ou une association sportive, peuvent reprendre à partir du 18 mai.** L'activité doit se dérouler à l'air libre et sans contacts physiques.

Ces sessions peuvent éventuellement se dérouler en groupe dont **la taille ne peut dépasser les 20 athlètes par séance d'entraînement.** L'activité de ce groupe doit toujours s'effectuer sous la supervision d'un entraîneur ou d'un superviseur majeur (en plus des 20 sportifs). La règle de distanciation sociale d'1,5 mètre doit être au minimum maintenue.

La décision de réouverture appartient au club et ne peut être prise que lorsque le club a fait tous les préparatifs nécessaires pour permettre une réouverture en toute sécurité.

### **Recommandations pour la reprise :**

- Pratique uniquement à l'air libre et sans contacts physiques.
- Déplacements : prévoir l'itinéraire le plus direct entre son domicile et le lieu de son activité sportive.
- Si fièvre/syndrome grippal, pas d'accès au stade ( $t^{\circ}$  normale :  $36.6^{\circ}$  -  $37.5^{\circ}$ ). En cas de symptôme (toux, fièvre, fatigue, ...), arrêt de toute activité physique.
- Les toilettes et lavabos sont accessibles, avec du savon ou gel hydroalcoolique disponible. Les toilettes doivent être désinfectées en continu.
- Le défibrillateur est accessible. Indiquer la localisation de celui-ci.
- Les vestiaires, les douches, la cafétéria et la salle de musculation restent fermés.
- Respect des recommandations générales :
  - o Respecter une distanciation sociale minimale d'1,5 m en dehors de toute activité physique ;
  - o Tousser ou éternuer dans son coude et utiliser des mouchoirs à usage unique ;
  - o Se laver les mains au savon ou au gel hydroalcoolique avant et après l'entraînement ;
  - o Prévoir sa bouteille personnelle.
- Présence obligatoire d'un encadrant pour un maximum de 20 athlètes par séance d'entraînement.
- Si plus d'un entraînement est programmé sur la même journée, l'horaire de ceux-ci évitera aux groupes de se croiser, aussi bien dans le stade qu'aux abords de ce dernier.
- Activité sportive modérée : maximum 80% de la fréquence cardiaque maximale recommandé.

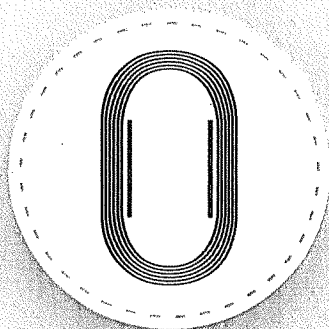


- Port du masque :
  - o Le masque doit couvrir le nez et la bouche ;
  - o Le masque est fortement recommandé avant et après l'entraînement, dans l'enceinte du stade ainsi qu'aux abords de celui-ci ;
  - o Le masque est recommandé pour l'encadrant et les accompagnants. L'accompagnant conduit le sportif à l'entraînement mais n'y assiste pas.
  - o Pour le sportif, le port du masque varie selon l'intensité de l'activité :
    - Activité à faible ventilation (< 100 pulsations par minute) : le masque est recommandé ;
    - Activité à haute ventilation (> 100 pulsations par minute) : le masque n'est pas recommandé car il sera rapidement saturé en vapeur d'eau et perdra toute son efficacité. Il est recommandé de remettre le masque 10 – 15 minutes après la fin de l'activité.
- Respect des distanciations sportives:
  - o Pour les courses, une distance de minimum 10 mètres entre chaque athlète sera respectée en permanence ;
  - o Pour les sauts et les lancers, une distance de minimum 5 mètres sera respectée entre les athlètes en attente de sauter ou de lancer.
- Dans les situations d'entraînement, il est recommandé d'éviter :
  - o Les situations de face à face ;
  - o Les déplacements l'un derrière l'autre.
- Pour la gestion du matériel, il est recommandé :
  - o De privilégier le matériel individuel ;
  - o D'éviter le partage/échange de matériel ;
  - o Qu'une seule personne manipule le matériel commun, après désinfection des mains et du matériel.
- Pas de contacts physiques avant, pendant et après l'activité.

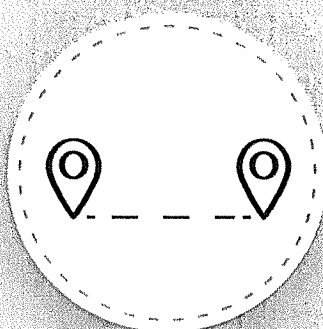
La L.B.F.A. reste bien évidemment à votre disposition par e-mail ([info@lbfa.be](mailto:info@lbfa.be)) et par téléphone (02/47.47.204).



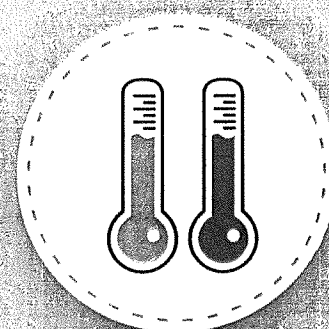
# A PARTIR DU 18 MAI MESURES DE BASE



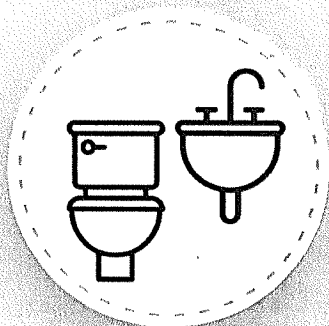
Pratique uniquement à l'air libre et sans contacts physiques.



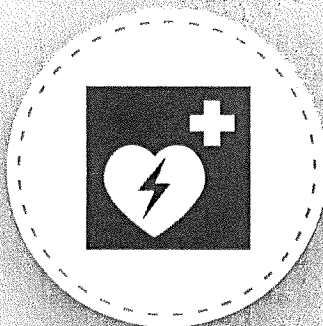
Itinéraire le plus direct entre son domicile et le lieu d'entraînement.



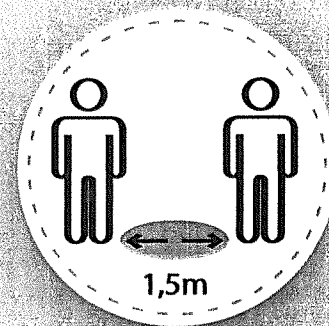
Si fièvre/syndrome grippal, pas d'accès au stade ( $t^{\circ}$  normale :  $36.6^{\circ}$  -  $37.5^{\circ}$ ). En cas de symptôme (toux, fièvre, fatigue,...), arrêt de toute activité physique.



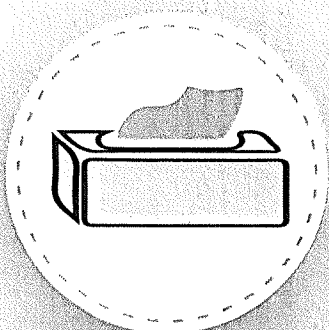
Toilettes et lavabos accessibles avec du savon ou gel hydroalcoolique. Désinfection en continu des toilettes.



Défibrillateur accessible.



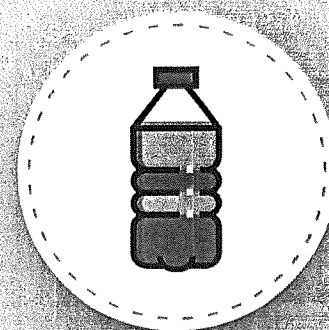
Distanciation sociale de minimum 1,5m en dehors de toute activité physique.



Tousser/éternuer dans son coude et utiliser des mouchoirs à usage unique.



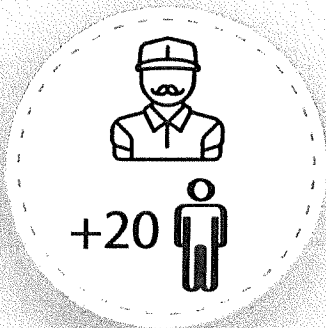
Lavage des mains avant ET après l'entraînement.



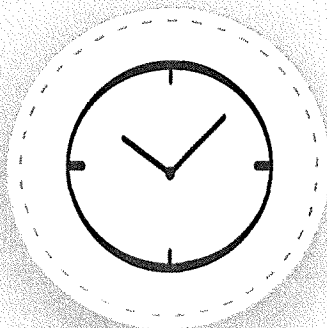
Utilisation de sa bouteille personnelle.



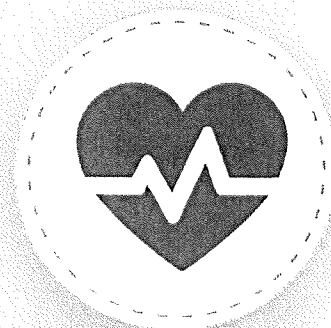
# A PARTIR DU 18 MAI MESURES SPECIFIQUES



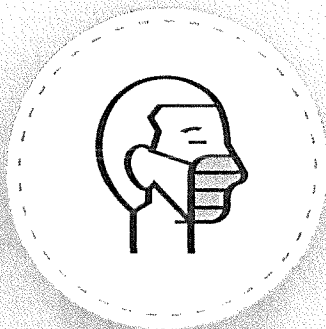
Présence obligatoire d'un encadrant pour un maximum de 20 athlètes par séance d'entraînement.



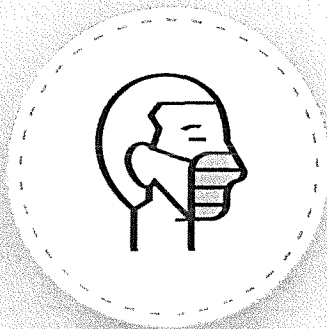
Si plusieurs entraînements sur la journée, horaires organisés pour que les groupes ne se croisent pas.



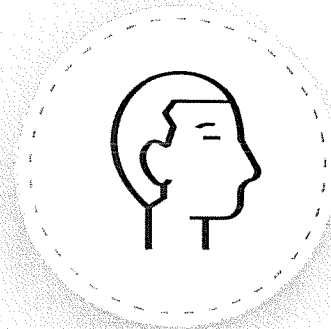
Activité sportive modérée : maximum 80% de la fréquence cardiaque maximale recommandée.



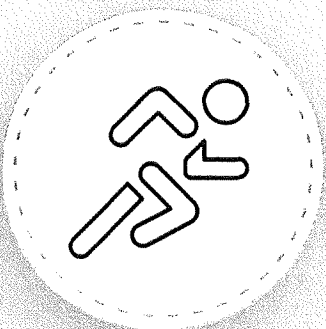
Encadrant et accompagnant : masque recommandé. L'accompagnant conduit le portif à l'entraînement mais n'y assiste pas.



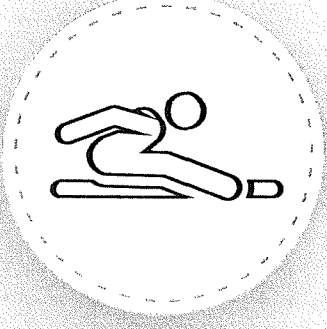
Activité modérée (< 100 pulsations/min) : masque recommandé.



Activité intense (> 100 pulsations/min) : pas de masque.



Distanciation sportive courses : 10 mètres minimum en permanence entre chaque athlète.



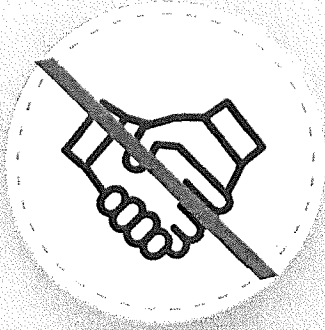
Distanciation sportive sauts : 5 mètres minimum en permanence entre chaque athlète.



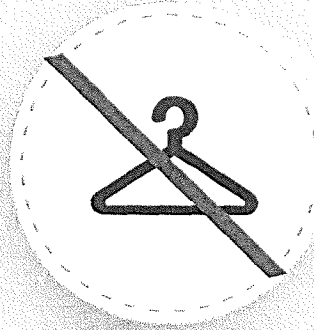
Distanciation sportive lance : 5 mètres minimum en permanence entre chaque athlète.



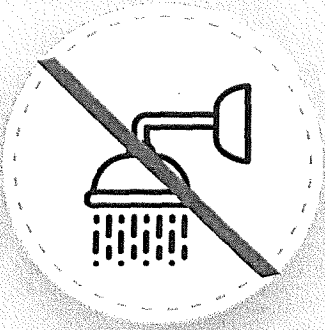
# A PARTIR DU 18 MAI INTERDICTIONS



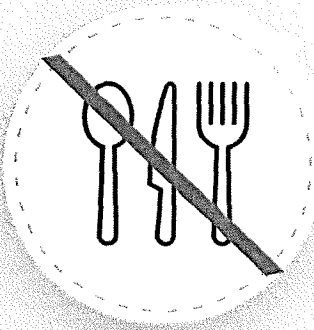
Pas de contacts physiques  
avant, pendant et après  
l'entraînement.



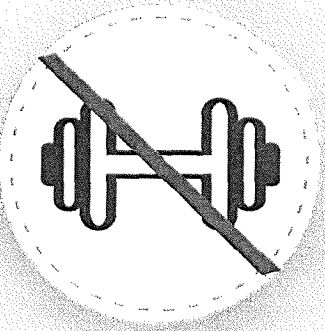
Pas d'accès aux  
vestiaires.



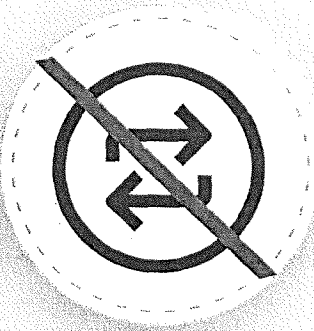
Pas d'accès aux douches  
communes.



Pas d'accès à la cafétéria.



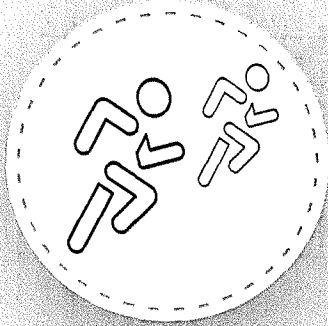
Pas d'accès à la salle de  
muscultation.



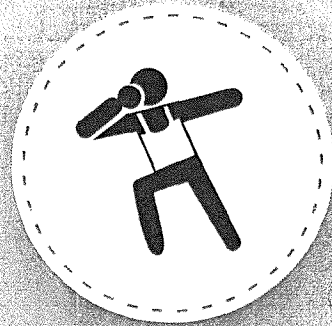
Pas d'échange de  
matériel.



# A PARTIR DU 18 MAI MESURES SPECIFIQUES



Pendant l'entraînement,  
éviter les situations de face  
à face et les déplacements  
l'un derrière l'autre.



Privilégier le matériel individuel.  
Éviter le partage/échange de  
matériel. Une seule personne  
manipule le matériel commun,  
après désinfection des mains et  
du matériel.





ATHLETISME

**RECOMMANDATIONS  
AUX CLUBS**

à partir du  
18 mai 2020



Ligue Belge Francophone d'Athlétisme

AVEC LE SOUTIEN DE L'ADEPS, DE INFRASPORT, DE L'ECHEVINAT DES SPORTS DE CHARLEROI,

# G.O.S.P.

## Royal Gosselies Sports Athlétisme

vous invite, ainsi que votre famille, à venir voir les meilleurs marcheurs du moment !!!



# CHAMPIONNATS DE BELGIQUE TC DE MARCHE ATHLETIQUE

# ET GRAND PRIX DE CHARLEROI DE MARCHE ATHLETIQUE

**Dimanche 18 octobre 2020 .dès 10h30**

**Lieu : Stade Jonet, Rue Jonet 267 à 6000 Charleroi**

Vestiaires (douches chaudes) - Vaste parking .  
Buvette et petite restauration à prix démocratique.



Inscription préalable souhaitée auprès de l'organisateur : [secretariat@gosp.be](mailto:secretariat@gosp.be) ou 0495/45 01 67

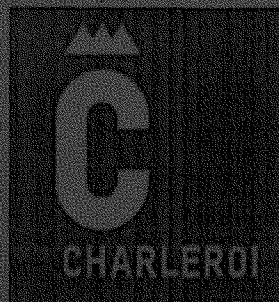
## Championnats de Belgique TC de Marche Athlétique



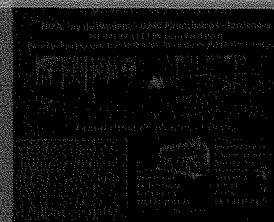
|       |           |                |
|-------|-----------|----------------|
| 10h30 | TC Dames  | 10.000m marche |
| 11h45 | TC Hommes | 20.000m marche |



## Grand Prix de Charleroi de Marche Athlétique



|       |             |               |
|-------|-------------|---------------|
| 14h15 | Min. H/D    | 2.000m marche |
| 14h45 | Ben/Pup H/D | 1.000m marche |
| 15h00 | Cad. H/D    | 3.000m marche |
| 15h30 | Sco. H/D    | 5.000m marche |
|       | TC H/D      | 5.000m marche |



Notes : - les athlètes cadets/cadettes ne peuvent réglementairement pas participer sur les distances des championnats TC de Marche Athlétique.  
- les athlètes ne peuvent s'inscrire que sur une et une seule distance lors de cette réunion.

L'horaire est donné à titre indicatif et peut subir une modification pendant le déroulement de la journée, notamment en fonction du nombre de participants.

L'organisateur décline toute responsabilité en cas d'accident, perte ou vol pouvant survenir avant, pendant et après les épreuves.

Pour tous renseignements :

Michel Gonet : 0495/45.01.67 - Tél. /fax : 071.35.97.33 [secretariat@gosp.be](mailto:secretariat@gosp.be), Site : <http://www.gosp.be>

Ne pas jeter sur la voie publique.



En partenariat avec le

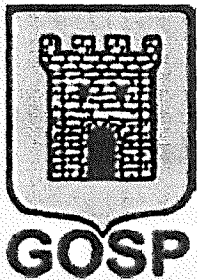




# ROYAL GOSSELIES-SPORTS

Belgique-Belgie  
PP - PB  
6180. Courcelles.  
BC 31357.

Cercle d'Athlétisme LBFA n°24 (GOSP).  
Bulletin d'information n° 3 du 17 SEPTEMBRE 2020.  
Bimestriel P001561.



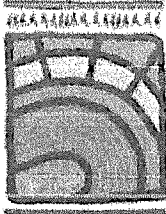
Bureau de Dépôt  
6180 Courcelles

*Bonne Rentrée*



Sébastien DEGREVE.  
Rue des Ecoles n° 10.  
1490. COURT ST ETIENNE.

Editeur responsable: Gonet Michel  
Rue de Heigne, 6  
6230 Viesville  
071/35 97 33



# CALENDRIER DES ORGANISATIONS LRBA, LBFA ET INTERNATIONALES INDOOR ET CROSS 2020-2021

«Sous réserve de l'évolution de la situation liée au Covid 19»

Version : 30/06/2020

## OCTOBRE 2020

|       |                  |                   |
|-------|------------------|-------------------|
| Sa 17 | CM Semi-marathon | Gdynia (POL)      |
| Sa 24 | CB Ekiden        | Bruxelles         |
| Di 25 | CrossCup Relays  | Nieuwdonk-Berlare |

## NOVEMBRE 2020

|       |          |         |
|-------|----------|---------|
| Di 08 | CrossCup | Mol     |
| Di 29 | CrossCup | Roulers |

## DECEMBRE 2020

|       |                                |                     |
|-------|--------------------------------|---------------------|
| Di 13 | Championnats d'Europe de cross | Dublin-Fingal (IRL) |
| Di 13 | CB indoor Handisport           | Gand                |

## JANVIER 2021

|               |   |                  |
|---------------|---|------------------|
| Sa 09 – Di 10 | Champ. provinciaux indoor                                   | Louvain-la-Neuve |
| Di 10 – Di 17 | Championnats d'Europe indoor Masters                        | Braga (POR)      |
| Sa 16         | Champ. LBFA indoor Cadets-Scolaires<br>+ LBFA relais 4x200m | Louvain-la-Neuve |
| Di 24         | CrossCup, Champ. LBFA cross                                 | Hannut           |
| Sa 30 ?       | Champ. LBFA indoor TC-Juniors et Marche<br>+ VAL Marche     | Louvain-la-Neuve |

## FEVRIER 2021

|               |  |                  |
|---------------|--|------------------|
| Sa 06 – Di 07 | Champ. LRBA/LBFA/VAL indoor épreuves combinées | Gand             |
| Sa 06         | Meeting international                          | Louvain-la-Neuve |
| Di 07         | CrossCup, CB cross Handisport                  | Diest            |
| Di 07         | Coupe d'Europe des Clubs Champions Cross       |                  |
| Sa 13         | IFAM + CB indoor Relais 4x200m                 | Gand             |
| Di 14         | CB indoor Masters                              | Louvain-la-Neuve |
| Sa 20         | CB indoor Toutes Catégories                    | Louvain-la-Neuve |
| Di 28         | CB cross + finale CrossCup                     | Bruxelles        |

## MARS 2021

|                |  |                  |
|----------------|--|------------------|
| Je 04 – Di 07  | Championnats d'Europe indoor                   | Torun (POL)      |
| Sa 06          | CB indoor Cadets et Scolaires                  | Louvain-la-Neuve |
| Di 07          | CB indoor Juniors et Espoirs                   | Gand             |
| Sa 13 – Di 14  | Coupe d'Europe des lanceurs                    | Leiria (POR)     |
| Di 14          | CB cross Masters                               | (VAL)            |
| Ve 19 au Di 21 | Championnats du Monde indoor                   | Nanjing (CHN)    |
| Sa 20          | Championnats du Monde Cross                    | Bathurst (AUS)   |
| Sa 20          | Assemblée Générale LBFA                        |                  |
| Di 21          | Champ. LBFA lanceurs longs hivernaux TC (OPEN) | Herve (HERV)     |
| Sa 27          | Journée des officiels*                         | Ciney            |

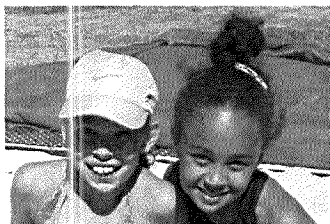
## AVRIL 2021

|                |                   |                |
|----------------|-------------------|----------------|
| Ma 06 – Lun 12 | CM indoor Masters | Edmonton (CAN) |
|----------------|-------------------|----------------|

Quelques images du stage du GOSP du 6 au 10 juillet 2020



# DIPLÔME



Décerné à \_\_\_\_\_ pour sa participation au stage d'athlétisme des plaines  
organisé du 10 au 14 août 2020 par le *Royal Gosselies Sport Athlétisme*

*A cette occasion, le stagiaire a réalisé : au 200m. :*

*au 100m. marche :*

*au pentabonds :*

*Le Secrétaire,*

Michel GONET

*La Trésorière,*

Brigitte VANDERBEKE

*L'Econome,*

Laetitia VAN AERSCHOT

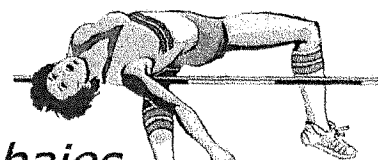
Contact : 0495450167



Quelques images du stage des plaines du 10 au 14 août 2020



UNE NOUVELLE ORGANISATION POUR LA  
JEUNESSE SPORTIVE DE NOTRE ENTITE

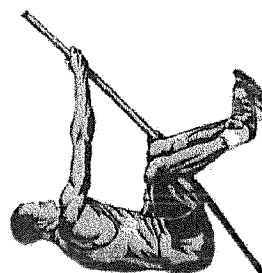


*Cross-country - sprint - haies  
fond - demi-fond - sauts - lancers*

*Entraîneur diplômé à la disposition de ses athlètes*

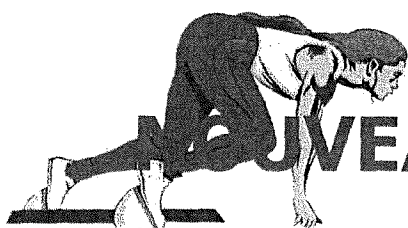


# Initiation



# à l'ATHLETISME

Dispensant une formation générale donnant accès à tous les sports !



## NOUVEAU AU STADE JONET.



Centre Sportif du Stade Jonet .  
Rue Jonet N° 267 à 6000 Charleroi.

Le mercredi entre 13.30 et 15.30

Le lundi et vendredi entre 17.00 et 20.00 (toute l'année).

Stage en début juillet et un autre à la fin des vacances d'août .

***Renseignements et inscriptions :***

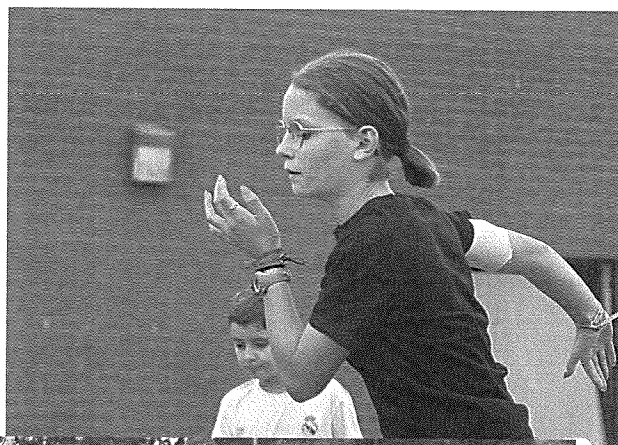
*Michel Gonet : 0495 45 01 67*

*Tél/fax : 071/35.97.33*

***[fc660045@skynet.be](mailto:fc660045@skynet.be)***

*[www.gosp.be](http://www.gosp.be)*

Quelques photos du stage de fin des vacances du 24 au 28 août 2020





*Diplôme* décerné à *pour sa participation au stage d'athlétisme*  
*organisé par le Royal Gosselies Sport Athlétisme du 24 au 28 août 2020*

*A cette occasion, le stagiaire a réalisé :*

*au 100 mètres.*

*au triple multi-bonds.*

*au poids 1 kg indoor .*

*au 800 mètres.*

*Le Secrétaire,*

Michel GONET

*La Trésorière,*

Brigitte VANDERBEKE

*L'Econome,*

Laetitia VAN AERSCHOT

Contact : 0495450167





# PRESTATIONS DE NOS MEMBRES .

01 – 08 – 2020 : MEETING DE REPRISE une organisation de ARCH.

Pour cette , première , nous retrouvons ELENA Tricot pour une double participation . Une première épreuve , celle du 60 m plat sur laquelle elle sera classée à la première place , dans le temps de 9.81 . Pour sa seconde épreuve , elle sera classée à nouveau première , dans le temps de 2.13.91. De beaux résultats pour notre talentueuse benjamine et une bonne publicité pour notre cercle.

08 – 08 – 2020 : CIRCUIT DE L' AMITIE . une organisation de Seraing .

Sur la piste de Seraing , nous retrouvons notre pupille LINE Patoux , pour une participation au 60 m plat. Une nouvelle victoire de notre blondinette , dans le temps remarquable de 9.66. Ensuite , poursuivant sa prestation en terre liégeoise , LINE réalise 3 m 44 au saut en longueur pour une septième place au général , mais une nouvelle meilleure performance personnelle pour LINE .

09 – 08 – 2020 : MEETING DES VACANCES une organisation du MOHA .

Voici donc le premier club de notre province qui propose aux sportifs une organisation autorisée par les responsables des villes concernées . Que dire de cette première , au cours de laquelle , votre serviteur , y était comme officiel et cela toute la journée sous un soleil d' Afrique !!!! Très ou trop peu d' athlètes présents . Des conditions sanitaires à respecter à la lettre et le port du masque par toutes et tous . Dans ces conditions , nous avons eu le plaisir et la joie de voir participer l' un de nos meilleurs masters si ce n' est pas le meilleur !!! TONI Gambone , puisque c' est de lui qu' il s' agit , se présente au lancer du disque de 1,5 kg , pour la catégorie des masters +50. TONI sera classé à la seconde place de l' épreuve , avec un lancer mesuré à 23 m 83 , ce qui est tout à fait remarquable pour lui et surtout plein de bonnes choses pour les prochaines compétitions .

## NOUVELLES DU SECRETARIAT

Nous voici à l'aube d'une nouvelle saison athlétique .

La rentrée sera remarquable tant en quantité qu'en qualité .

La suite doit se confirmer , puisque les sportifs, nos futurs champions , arrivent régulièrement , avec cette ambition de nous ramener , médailles et coupes , pour nos couleurs..... .

Par contre , nous ne pouvons pas confirmer que les installations sportives sont , totalement sécurisées, contre cette saleté de virus et c'est en fait la raison principale de notre dossier réservé pour la sécurité de toutes et tous , parents , athlètes , entraîneurs , responsables et spectateurs .

Une tribune , qui paraissait totalement dépourvue d'éclairage , autre que celui de secours , mais qui lors de sa première mise sous tension , nous avons constaté la présence de trois armatures , juste à hauteur du huitième couloir .

Dans les prochains jours , votre correspondant officiel , sollicitera les responsables afin de placer cinq autres armatures afin d'éviter les accidents dans les tribunes , déjà dépourvues de mains courantes ....

*Il semble donc nécessaire et prudent de faire un petit rappel sur la responsabilité de chacun et chacune .*

- Lorsque vous traversez la piste , un petit coup d'œil de chaque côté , afin de voir si personne ne se trouve en mouvement sur cette même piste
- N'utilisez jamais le moindre engin , sans la présence d'un responsable.
- Utilisez le matériel avec le maximum de sécurité .
- La présence d'un enfant est **interdite** dans la cave au matériel .
- L'utilisation du matériel , en dehors des horaires et encore plus des installations du club est strictement interdite.
- Si une personne, affiliée ou pas au cercle , utilise , pour lui ou toute autre personne, du matériel , lors d'une compétition , en dehors de nos organisations , il doit signer une décharge vis à vis du cercle , en cas d'accident , de perte ou de vol .
- Afin d'être dans les normes de sécurité , chaque athlète, se doit de se munir d'un seul exemplaire de chaque engin disponible. De cette façon , votre responsable d'atelier aura facile de contrôler, la rentrée du matériel en question , en comptant le nombre des athlètes engagés à son atelier .
- On ne débute pas ,un autre atelier sans avoir rentré ou rassemblé le matériel du précédent atelier , à l'endroit souhaité , par le responsable et après l'avoir désinfecté .
- Lors de la fin de sa prestation , il est souhaitable d'aider son responsable à rassembler le matériel à l'endroit souhaité , voir dans le couloir amenant à la cave servant de dépôt du matériel.
- Le secrétariat vous est accessible , dès 16.30 pour les signatures des cartes , les documents à compléter pour les mutuelles , cartes d'affiliations à signer ou pour tous autres documents
- Tous les paiements se réalisent par virement bancaire .

Le Comité du GOSF.

22 – 08 – 2020 : TOURNOI DES JEUNES . une organisation du MOHA.

Une petite délégation , de notre cercle , s'est présentée à cette seconde journée , proposée par le cercle montois , depuis le retour à la compétition du début du mois d'août . Sous l' œil attentif et connaisseur de JULOS , nous retrouvons notre benjamin SIMON Dumortier sur la distance du 60 m . Il sera classé à la quatrième place de sa course et cela dans le temps de 10.82 . Dans la seconde série du 60 m , des benjamins , nous retrouvons Zeh – Eyette Loyd , pour une victoire dans le temps de 9.55 , ce qui est remarquable . Nous retrouvons ces deux benjamins lors du saut en longueur et nous constaterons , à nouveau que Loyd ( auteur d'un saut mesuré à 2 m 98 ) sera classé troisième , devant son copain de cercle , SIMON ( auteur d'un saut mesuré à 2 m 59 ) . Par contre , au lancer de la balle de hockey , Loyd sera classé premier , grâce à un jet de la balle à 27 m 70 . Trois victoires sur la même journée !!! Que demandez-vous de mieux pour une reprise ? Lors du 60 m haies , réservé aux pupilles filles , nous retrouvons LINE Patoux , pour une première expérience sous les regards de qui vous savez .... Une victoire pour elle , dans le temps de 11.66 et sans la moindre erreur et sans le moindre fléchissement . Sa meilleure performance de l' année ..... LINE participe également au saut en longueur et lors de celui-ci , elle sera classée à la seconde place , suite à un saut mesuré à 3 m 48 . Notre jolie blonde , sera battue d'un centimètre par une athlète locale. Mais ce sera , partie remise lors des prochaines compétitions... Dans cette même épreuve et dans la catégorie des garçons , nous retrouvons CAMRON Zeh – Eyette pour une cinquième place , pour un saut à 3 m 09. Poursuivons avec le lancer du disque de 600 gr pour CAMRON , qui réalise ainsi sa troisième victoire de la journée , avec un lancer à 15 m 79 !!! Nous en terminerons avec le meilleur des meilleurs , NOLAN Zeh-Eyette , puisque c'est de lui qu'il s'agit , remporte également trois victoires lors de cette mémorable journée pour cette famille sympathique et combien talentueuse . Au 150 m plat , il réalise le bon temps de 21.03. Lors du lancer du javelot de 400 gr , il sera crédité de 32 m 29 et sera classé ex-aequo , lors du saut en hauteur avec une barre franchie de 1 m 50. LINE en termine avec un 1000 m qu'elle réalise en 4' 15 .24. Ce qui est son meilleur temps . Très bonne sortie de nos jeunes mais un goût de trop peu en ce qui concerne la quantité et cela au vu des présences lors des séances du lundi et du vendredi .....

Résultats de nos athlètes après cette longue  
interruption due au Covid19



**.le 1<sup>er</sup> août 2020 à Ciney :**

.Ben.dames : Tricot Elena au 60m. 9''81 et 600m. 2'13''91

**.le 8 août 2020 à Seraing :**

.Pup.dames : Patoux Line au 60m. 9''69 et longueur 3m44

**.le 9 août 2020 à Obourg :**

.Masters 50 hommes : Gambone Tony 23m83 au disque 1.5 kg.

**.le 22 août 2020 à Obourg :**

.Ben.garçons : .au 60m. : Zeh-Eyette Loyd 9''55

Dumortier Simon 10''82

.à la longueur : Loyd 2m98

Simon 2m59

.à la balle de hockey : Loyd 27m.70

.Pup.garçons : .à la longueur : Zeh Eyette Camron 3m09

.au disque : Camron 15m.79

.Min.garçons : .au 150m. : Zeh-Eyette Nolan 21''03

.à la hauteur : 1m50

.au javelot : 32m.29

.Pup.filles : .au 60m.haies : Patoux Line 11''66

.au 1.000m. : Line 4'15''24

.à la longueur : Line 3m48

**.le 30 août 2020 à Forest :**

.Ben.dames : Tricot Eléna au 60m. 10''19 et au 600m. 2'08''34

.Pup.dames : Patoux Line au 60haies 11''60 et au 60m. 9''77

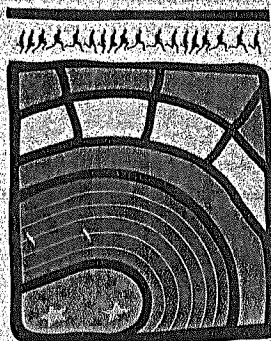
.Min.garçons : Zeh-Eyette Nolan au 80m. 11''28 et au 80m.haies 13''52



# ATHLETISME

## RECOMMANDATIONS AUX CLUBS

à partir du  
5 août 2020



Ligue Belge Francophone d'Athlétisme

## **Recommandations pour l'entraînement à partir du mercredi 5 août 2020**

**Pour mettre fin à la propagation du Coronavirus (Covid-19), il convient d'appliquer les gestes barrières suivants :**

1. Restez chez vous si vous êtes malade ;
2. Lavez-vous les mains régulièrement à l'eau et au savon ;
3. Gardez entre vous une distance suffisante (1,5 mètre) ;
4. Limitez vos contacts physiques ;
5. Portez un masque bucco-nasal dans les transports en commun et dans les espaces publics fréquentés.

**Les 6 règles d'or :**

1. Le maintien des règles d'hygiène élémentaires (lavage de main, ne pas faire la bise, ne pas serrer les mains, ...) ;
2. L'option des activités en plein air doit être privilégiée. En cas d'impossibilité, il convient d'aérer les locaux ;
3. Le maintien des précautions d'usage vis-à-vis des personnes des groupes à risques ;
4. Le maintien des distances sociales sauf avec les personnes habitant sous le même toit, les enfants de moins de 12 ans entre eux, ou les personnes faisant partie de la même « bulle élargie ». Si ce n'est pas possible, il est recommandé de porter un masque ;
5. La bulle sociale passe à 5 personnes, toujours les mêmes, pour les quatre prochaines semaines – et ce, pour un foyer tout entier et non plus par personne. Les enfants de moins de 12 ans ne comptent pas dans ces 5 personnes. Ces 5 personnes sont des gens en plus du foyer avec qui des contacts rapprochés ont lieu, c'est-à-dire des contacts pendant lesquels les distances de sécurité ne sont pas toujours assurées ;
6. Les rassemblements non-encadrés comme les réunions de famille ou entre amis seront limitées à un maximum de 10 personnes (enfant de moins de 12 ans non-compris).

**Recommandations pour l'entraînement :**

- Toutes les activités sportives (avec et sans contacts) sont autorisées quel que soit l'âge du participant ;
- Si vous présentez des symptômes, arrêtez immédiatement votre activité. 14 jours après les premiers symptômes ET 72h après la disparition des derniers symptômes, vous ne présentez plus de risque de contamination.
- Si vous avez eu des contacts avec une personne positive au virus et que vous ne présentez pas de symptômes ne dépassez pas 80% de fréquence cardiaque maximale durant les 14 jours qui suivent ce contact.



- Les toilettes, lavabos, vestiaires et douches sont accessibles, avec du savon ou gel hydro-alcoolique disponible. Les toilettes doivent être désinfectées en continu.
- Le défibrillateur est accessible. Indiquer la localisation de celui-ci.
- Pour les buvettes et restaurants, le protocole Horeca s'applique - Attention le port du masque est obligatoire pour les déplacements au sein de cet espace et le traçage doit être assuré (une fiche spécifique est disponible sur le site du SPF Economie <https://economie.fgov.be/fr>) ;
- La salle de musculation est accessible selon les recommandations du protocole de reprise des activités fitness :  
[http://www.lbfa.be/web/sites/default/files//fichier/2020\\_07\\_28-protocole\\_fitness\\_phase\\_4\\_final.pdf](http://www.lbfa.be/web/sites/default/files//fichier/2020_07_28-protocole_fitness_phase_4_final.pdf)
- Un vestiaire est occupé par les membres d'une même équipe ;
- Un vestiaire ou des vestiaires peuvent être partagés par des personnes d'une même bulle (max 50 personnes) ;
- Un nettoyage et une désinfection des vestiaires et des douches doivent être réalisés entre chaque roulement ;
- Respect des recommandations générales :
  - o Respecter une distanciation sociale minimale d'1,5 m en dehors de toute activité physique pour les personnes de plus de 12 ans ;
  - o Tousser ou éternuer dans son coude et utiliser des mouchoirs à usage unique ;
  - o Se laver les mains au savon ou au gel hydro-alcoolique avant et après l'entraînement ;
  - o Prévoir sa bouteille personnelle.
- Une liste des participants, comprenant au minimum nom, prénom, numéro de téléphone ou adresse e-mail, doit être tenue et conservée minimum 14 jours calendrier afin de permettre le traçage en cas d'infection. Ces données ne peuvent être utilisées à d'autres fins que la lutte contre la COVID-19. Elles doivent être détruites après 14 jours calendrier et les participants doivent expressément donner leur accord. Les participants qui le refusent se voient l'accès refusé à l'activité ;
- L'ADEPS préconise maximum 4 groupes de 50 participants, idéalement toujours les mêmes, encadrant(s) compris, dont la présence est obligatoire.
- Les groupes ne peuvent se mélanger. L'utilisation des surfaces sportives doit tenir compte du nombre de groupes en présence.
- L'encadrant qui supervise plusieurs groupes de 50 participants/semaine devra maintenir une distance de minimum 5m vis-à-vis de ses pratiquants ou s'équiper d'un matériel de protection (masque, visière, écran plexiglass,...).
- La distanciation physique est à respecter pour les personnes de plus de 12 ans en dehors de la pratique sportive ;



- En dehors de la pratique sportive, le port du masque, qui doit couvrir le nez et la bouche, est une consigne stricte pour tous les plus de 12 ans (le public, les sportifs, le personnel sportif, d'entretien et extra-sportif, et ce, dans les espaces communs et sur les bords du terrain).

Pour le sportif, le port du masque varie selon l'intensité de l'activité :

- Activité à faible ventilation : < 100 pulsations par minute : le masque est recommandé ;
  - Activité à haute ventilation : > 100 pulsations par minute : le masque n'est pas recommandé car il sera rapidement saturé en vapeur d'eau et perdra toute son efficacité. Il est recommandé de remettre le masque 10 – 15 minutes après la fin de l'activité.
- Pour la gestion du matériel, il est recommandé :
    - o De privilégier le matériel individuel avec désinfection avant et après usage avec une solution hydro-alcoolique (70% éthanol 30% eau) ;
    - o De désinfecter le matériel sportif et non sportif (ex : interrupteurs) touché régulièrement avec une solution hydro-alcoolique (70% éthanol 30% d'eau)
  - Le gestionnaire veille à prévoir un affichage et effectuer un rappel régulier des mesures d'hygiène à respecter. Pour les enfants, il y a lieu de prévoir une distribution des consignes aux parents et encadrants ;

#### Recommandations avant la pratique sportive :

- Les règles d'hygiène restent d'application en dehors des activités sportives :
  - o Lavage des mains avant l'activité ;
  - o Le port du masque est obligatoire avant l'activité pour toutes les personnes de plus de 12 ans ;
  - o Identification et affichage d'un horaire par groupe de dépôt et de reprise des participants.
- Prévoir un parcours de circulation afin de respecter la distanciation sociale à l'arrivée et au départ des participants ;
- En supplément, stations de distribution de gel hydro-alcoolique par exemple à l'accueil, à l'entrée des salles.

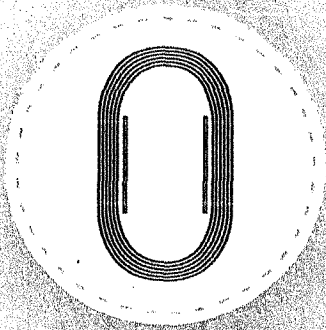
#### Recommandations pendant la pratique sportive :

- Un circuit de déplacement spécifique doit être prévu et doit permettre d'éviter les croisements ;
- Collations et boissons doivent être personnelles ;
- Les fontaines d'eau sont interdites (privilégier les bouteilles/gourdes personnelles).

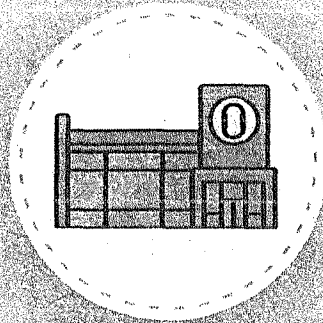




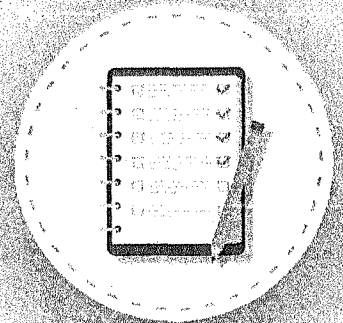
# A PARTIR DU 5 AOUT MESURES DE BASE



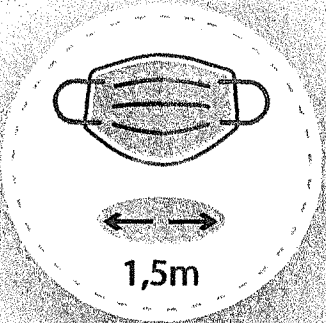
Pratique à l'air libre avec  
et sans contacts.



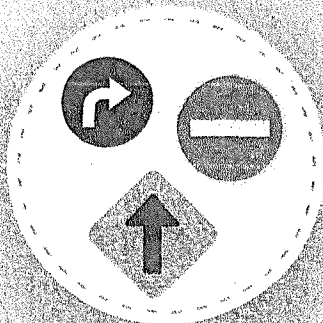
Pratique indoor autorisée, en  
aérant au maximum le local.



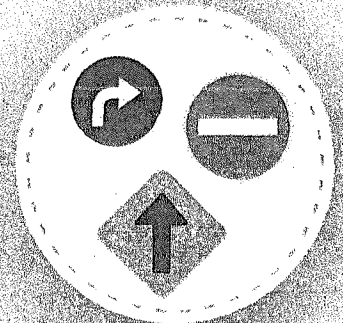
Traçage : données des  
participants conservées 14  
jours puis détruites. Si le  
participant refuse de les  
communiquer, pas d'accès  
à l'activité.



En dehors de la pratique  
sportive, respect de la  
distanciation sociale de  
minimum 1,5m et port du  
masque obligatoire pour  
tous les plus de 12 ans, dans  
les espaces communs et sur  
les bords du terrain.



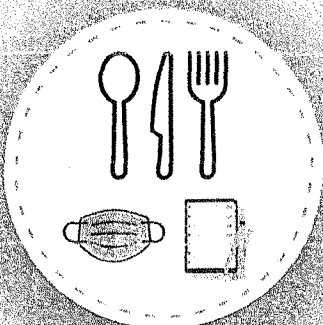
Avant la pratique sportive :  
parcours de circulation pour  
respecter la distanciation  
sociale à l'arrivée et au  
départ des participants.



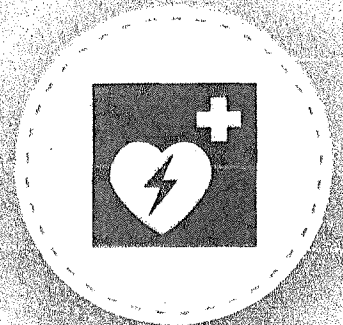
Pendant la pratique sportive :  
circuit de déplacement  
spécifique permettant  
d'éviter les croisements.



Toilettes, lavabos, vestiaires  
et douches accessibles avec  
du savon ou gel  
hydroalcoolique.  
Désinfection après chaque  
passage.



Buvettes/caféterias ouvertes  
selon les recommandations  
de l'Horeca.  
Masque obligatoire pour les  
déplacements et le traçage  
doit être assuré.



Défibrillateur  
accessible.

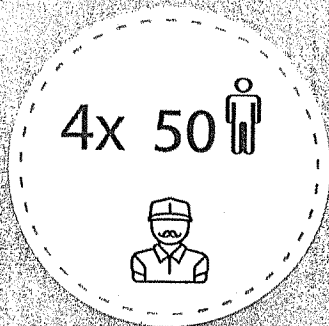
**Recommandations après la pratique sportive :**

- Lavage des mains après l'activité ;
- Le port du masque est obligatoire après l'activité pour toutes les personnes de plus de 12 ans ;
- Nettoyer et désinfecter tout le matériel partagé avec une solution hydro-alcoolique (70% éthanol 30% eau).

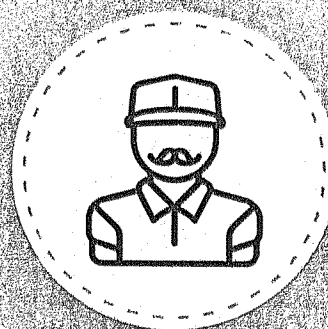
La L.B.F.A. reste bien évidemment à votre disposition par e-mail ([info@lbfa.be](mailto:info@lbfa.be)) et par téléphone (02/47.47.204).



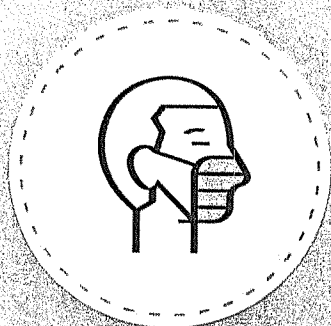
# A PARTIR DU 5 AOÛT MESURES SPECIFIQUES



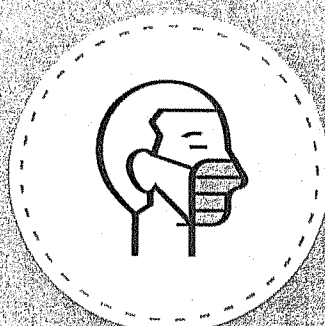
L'ADEPS préconise maximum 4 groupes de 50 participants, idéalement toujours les mêmes, encadrant(s) compris, dont la présence est obligatoire. Les groupes ne peuvent se mélanger.



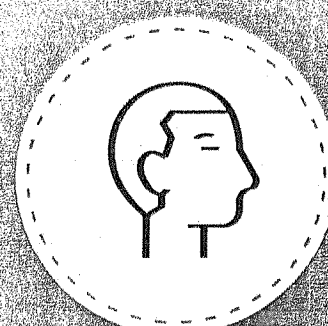
Encadrant qui supervise plusieurs groupes de 50 participants/semaine : distance minimum de 5m ou matériel de protection (masque, visière, écran plexiglass,...).



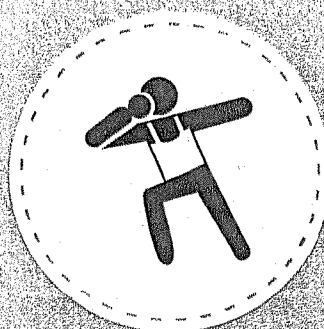
Encadrant et accompagnant : masque recommandé.



Activité modérée (< 100 pulsations/min) : masque recommandé.



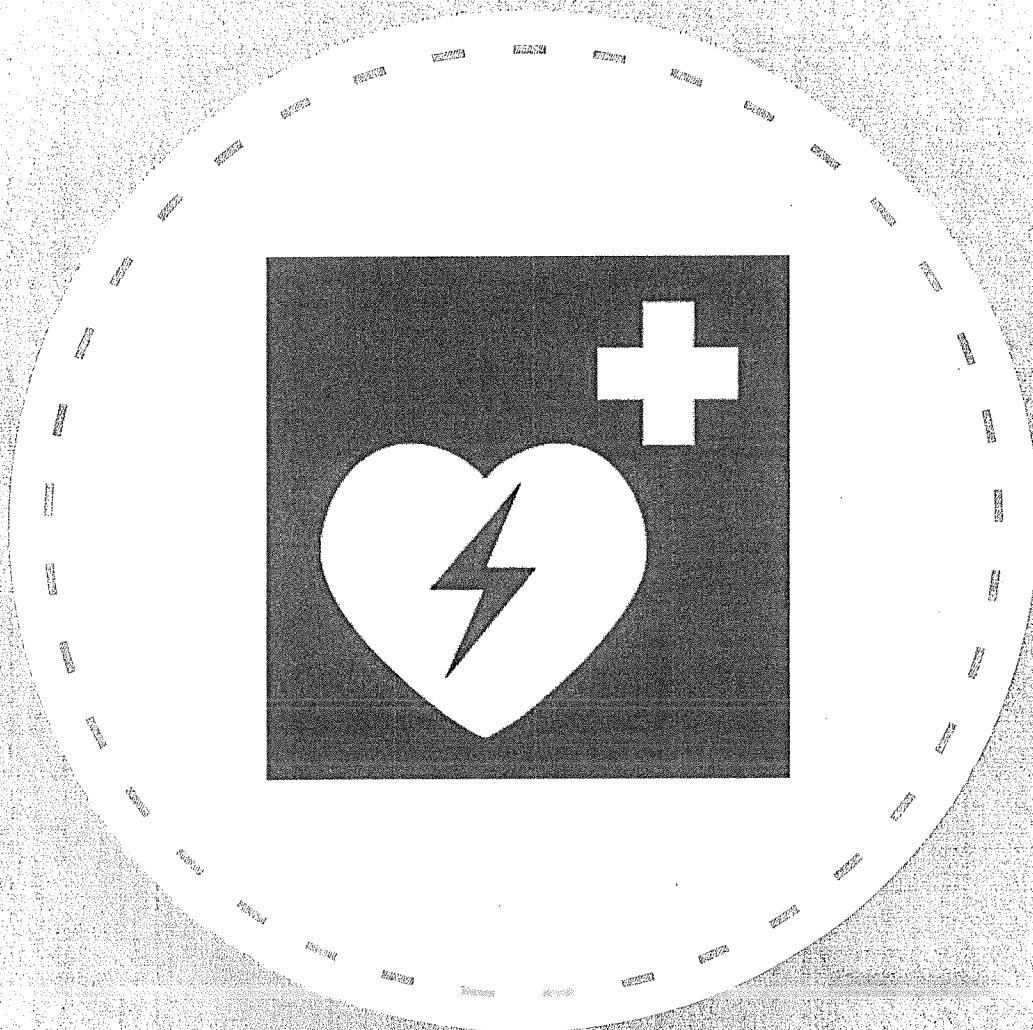
Activité intense (> 100 pulsations/min) : pas de masque.



Privilégier le matériel individuel avec désinfection avant et après usage avec une solution hydro-alcoolique.



# EMPLACEMENT DU DEFIBRILLATEUR



Emplacement du défibrillateur :



# ROYAL GOSSELIES SPORTS ATHLETISME

Association sans but lucratif

Site [www.gosp.be](http://www.gosp.be)

PRESIDENT

GONET, Fabrice  
Avenue Crokaert 94  
1150. Woluwe Saint-Pierre

SECRETARE

GONET, Michel  
Rue de Heigne 6  
6230. Viesville  
Tél/fax 071.35.97.33  
f6260045@skynet.be

TRESORIERE

VANDERBEKE, Brigitte  
Rue du Mont n° 16 D  
5630. Villers deux Eglises  
Cpte N° 000-3255450-33

ECONOME

Van Aerschoot, Laetitia  
49. Rue Courtois  
6040. JUMET

Saison 2020-2021 (du 1<sup>er</sup> novembre 2020 au 31 octobre 2021) :

Entraînements dirigés:

Lundis et Vendredis au stade Jonet, rue Jonet 267 à Charleroi de 18 à 20 hrs.  
(accès libre dès 17hrs. pour les adultes)

Mercredis au stade Jonet rue Jonet 267 à Charleroi (initiation jeunes) de 13hrs 30 à 15hrs 30.

Tenue conseillée : short, t-shirt, training, k-way, chaussures de jogging, spikes.

ne pas oublier :

le certificat médical à faire remplir par votre médecin  
disponible chez Michel GONET ou Brigitte VANDERBEKE.

Cotisation : de kangourous à masters : **90 euros** comprenant licence, dossard,  
accès à la piste et aux vestiaires pendant les heures du club,  
(Remise: - 10 euros dès le 2<sup>e</sup> membre vivant sous le même toit)

Maillot du club : 35 euros (indispensable pour participer aux compétitions !!!!)

50 euros ( nouveau modèle ) .

Membre sympathisant : uniquement pour les adultes : **50 euros**.  
(assurance, accès à la piste et aux vestiaires pendant les heures du club)

Compte : BE 79 0003 2554 5033 BIC: BPOTBEB1  
Asbl Royal Gosselies Sport Athlétisme, 6 rue de Heigne, 6230 Viesville

Michel GONET : 0495450167

AVEC LE SOUTIEN DE L'ADEPS, DE INFRASPORT, DE L'ECHEVINAT DES SPORTS DE CHARLEROI,



vous invite, ainsi que votre famille, à venir voir les meilleurs marcheurs du moment !!!!

# CHAMPIONNATS DE BELGIQUE TC DE MARCHE ATHLETIQUE ET GRAND PRIX DE CHARLEROI DE MARCHE ATHLETIQUE

Dimanche 18 octobre 2020 .dès 10h30  
Lieu : Stade Jonet, Rue Jonet 267 à 6000 Charleroi

Vestiaires (douches chaudes) - Vaste parking.  
Buvette et petite restauration à prix démocratique.



Inscription préalable souhaitée auprès de l'organisateur : [secretariat@gosp.be](mailto:secretariat@gosp.be) ou 0495/45 01 67

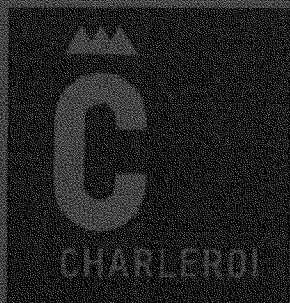
## Championnats de Belgique TC de Marche Athlétique



|       |           |                |
|-------|-----------|----------------|
| 10h30 | TC Dames  | 10.000m marche |
| 11h45 | TC Hommes | 20.000m marche |



## Grand Prix de Charleroi de Marche Athlétique



|       |             |               |
|-------|-------------|---------------|
| 14h15 | Min. H/D    | 2.000m marche |
| 14h45 | Ben/Pup H/D | 1.000m marche |
| 15h00 | Cad. H/D    | 3.000m marche |
| 15h30 | Scs. H/D    | 5.000m marche |
|       | TC H/D      | 5.000m marche |



Notes : - les athlètes cadets/cadettes ne peuvent réglementairement pas participer sur les distances des championnats TC de Marche Athlétique.  
- les athlètes ne peuvent s'inscrire que sur une et une seule distance lors de cette réunion.

L'horaire est donné à titre indicatif et peut subir une modification pendant le déroulement de la journée, notamment en fonction du nombre de participants.

L'organisateur décline toute responsabilité en cas d'accident, perte ou vol pouvant survenir avant, pendant et après les épreuves.

Pour tous renseignements :

Michel Gonet : 0495/45.01.67 - Tél./fax :071.35.97.33 [secretariat@gosp.be](mailto:secretariat@gosp.be). Site : <http://www.gosp.be>

Ne pas jeter sur la voie publique.



En partenariat avec le

