



LASEP

École fondamentale

BIO 3

2019 - 2020

Calendrier sportif sous réserve 2019-2020
Promotion Rückschlagspiele à Strassen
All around Dodgeball à la Coque
Fun-Athletics à la Coque
Formation «Hockey à l'école» à Bridel
Formation «Badminton à l'école»
Réunion du CA du 23 septembre 2019
City Concorde - Présentation de la LASEP
Écho de la presse



paraît 10 fois par
année scolaire
imprimé par nos soins

L A S E P
3, route d'Arlon
L-8009 Strassen

Tél +352 48 55 70
Gsm +352 691 48 54 47
ou +352 691 48 55 70

Fax +352 48 54 47
info@lasep.lu
www.lasep.lu

Calendrier sportif sous réserve 2019 - 2020

1^{er} trimestre

Jeudi	10.10.	15 ^e Young Walkers` Day à Dudelange	C1-C4
Mardi	22.10.	34 ^e Cross National à Diekirch	C1-C4

Congé de la Toussaint

Mardi	12.11.	Butzendag à Mamer	C1-C2
Mardi	19.11.	Butzendag à Ettelbruck	C1-C2
Jeudi	21.11.	Butzendag à Frisange	C1-C2
Jeudi	28.11.	Butzendag à Bertrange*	C1-C2

Mardi 03.12. Promotion Rückschlagspiele à Strassen C3-C4

Jeudi 12.12. All around Dodgeball à la Coque C3-C4

Vacances de Noël

2^e trimestre

Mardi	14.01.	Promotion de Basketball à Bertrange	C3-C4
Jeudi	23.01.	Fun-Athletics à la Coque	C3-C4
Mardi	28.01.	Fun-Athletics à la Coque	C3-C4
Jeudi	06.02.	Promotion Handisport à Esch/Alzette	C1-C4
Jeudi	13.02.	Promotion Handisport à Esch/Alzette	C1-C4

Congé de Carnaval

Jeudi	05.03.	Minibutzen et Butzen à la Coque	C1-C2
Jeudi	12.03.	31 ^e Fête de Handball à Esch/Alzette	C3-C4
Mardi	17.03.	Jeux aquatiques à Luxembourg-Belair	C1-C4
Jeudi	19.03.	Jeux aquatiques à Soleuvre	C1-C4
Mardi	24.03.	Jeux aquatiques à Koetschette	C1-C4

Vacances de Pâques

3^e trimestre

Jeudi	30.04.	Spillcross à Waldbillig	C1-C4
Mardi	05.05.	Spillcross à Weiler-la-Tour	C1-C4
Mardi	19.05.	Olympia mam Sporty à Bridel**	C1-C4

Congé de la Pentecôte

Jeudi	11.06.	33 ^e Fête de Football à Luxembourg-Cessange	C3-C4
Mardi	16.06.	Move à Bridel**	C1-C4

* séance supplémentaire

** nouveau lieu

Promotion Rückschlagspiele C3-C4

en collaboration avec la FELUBA

Le Conseil d'Administration de la LASEP a le plaisir d'inviter toutes les AS à la manifestation « Promotion Rückschlagspiele » sous forme d'ateliers pour les enfants des cycles 3 et 4 qui aura lieu

le mardi 3 décembre 2019 de 14.00 à 17.00 heures

aux halls omnisports à Strassen

(41, rue Feyder L-8026 Strassen)

Les enfants devront se présenter obligatoirement en tenue sportive!

2 séances de 75 minutes pour 100 enfants au maximum par séance.

Merci de respecter rigoureusement les horaires suivants:

Rendez-vous pour la 1^{re} séance: 14.00 heures au hall sportif

Activités de la 1^{re} séance de 14.15 à 15.30 heures

Rendez-vous pour la 2^e séance: 15.30 heures au hall sportif

Activités de la 2^e séance de 15.45 à 17.00 heures

Remarque: En vue de la sécurité au trajet de route, le secrétariat général peut annuler la manifestation avant 10.00 heures, si les conditions météorologiques sont trop mauvaises.

Les inscriptions sont à envoyer à l'adresse inscriptions@lasep.lu à partir du **lundi 11 novembre 2019 - 18h00**

et pour le **lundi 25 novembre 2019 au plus tard en indiquant:**

- ***le nom de l'association sportive***
- ***les noms de tous les dirigeants***
- ***le numéro de téléphone et l'adresse email du dirigeant responsable***
- ***le nombre de participants du C3***
- ***le nombre de participants du C4***
- ***le choix de votre séance***



All around Dodgeball pour C3-C4 à la Coque

Le Conseil d'Administration de la LASEP a le plaisir d'inviter toutes les AS à la manifestation «All around Dodgeball» pour les enfants des cycles 3 et 4 qui aura lieu

le jeudi 12 décembre 2019 de 14.00 à 17.30 heures
au gymnase de la Coque

Le nombre de participants est limité à 160 enfants au maximum.

A. Équipes

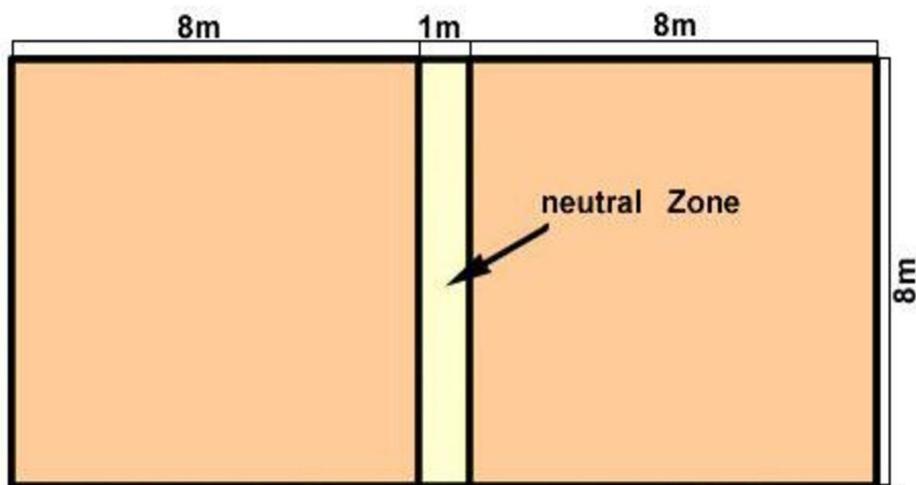
All d'Equipe vun all den AS'en ginn dem Zoufall no zesummegeallt. Dat heescht Jongen a Meedercher aus dem Cycle 3 an dem Cycle 4 spillen zesummen.

B. Règles de jeu

Déi vereinfacht Reegele vum Dogeball

- 2 Equippen à 5 Spiller trieden an engem begrenzte Spillfeld (Säit 5) géintenaner un.
- **Zil** ass et d'Géigespiller mat den Dodgebäll (2 Stéck sinn am Spill) ze treffen/ofzeschéissen.
- Déi getrafte Spiller mussen d'Feld verloossen.
- Et ziele just **direkt Kierpertreffer** (d.h. de Ball däerf virdrunner net de Buedem beréieren).
- Gëtt en „Abpraller“ gefaangen, leeft d'Spill weider. Falls den „Abpraller“ net gefaange gëtt, si béid Spiller getraff a mussen erof vum Feld.
- Beim Werfe vun den Dodgebäll däerf een net an **d'neutral Zone** (Säit 5) trëppelen, soss ass de Worf ongülteg.
- Verléisst e Spiller beim Auswäichen vun den Dodgebäll säin Terrain, zielt dat als Treffer an hie muss d'Feld verloossen.
- Fänkt een en Dodgeball vum Géigner op, ass de Werfer eraus, an e getraffene Spiller vun der eegener Equipe däerf nees an d'Feld.
- Gespillt gëtt op d'Zäit. (8 Minutten)

Spillfeld mat der neutraler Zone



C. Remarque

En vue de la sécurité au trajet de route, le secrétariat général peut annuler la manifestation avant 10.00 heures, si les conditions météorologiques sont trop mauvaises.

D. Inscriptions

Les inscriptions sont à envoyer à l'adresse inscriptions@lasep.lu à partir du **lundi 18 novembre 2019 - 18h00** et pour le **lundi 2 décembre 2019** au plus tard en indiquant:

- *le nom de l'association sportive*
- *le numéro de téléphone et l'adresse email du dirigeant responsable*
- *les noms de tous les dirigeants*
- *le nombre d'enfants du C3*
- *le nombre d'enfants du C4*





Fun-Athletics 2020 an der Coque

en collaboration avec la FLA

Save the date!!



Afin de pouvoir préparer les jeunes athlètes aux épreuves des manifestations Fun-Athletics, en voici le règlement et le descriptif. Les manifestations « Fun-Athletics » pour les cycles 3 et 4 auront lieu

**le jeudi 23 et le mardi 28 janvier 2020 de 14.00 à 17.15 heures
à la Coque.**

A. Objectif et public cible

La LASEP organise les manifestations Fun-Athletics afin de promouvoir l'athlétisme en tant que sport de compétition et de loisir. La manifestation est organisée pour les équipes débutants mixtes et scolaires mixtes.

B. Équipes

- Le nombre d'équipes par après-midi est limité à 30 avec en principe un maximum de 4 équipes par association sportive.
- Une association sportive ne peut participer qu'à une seule des deux dates prévues.
- Toute équipe ne respectant pas le nombre prévu de 6 à 10 athlètes par équipe (dont au moins 2 de chaque sexe) participe hors concours.
- Une équipe composée de jeunes athlètes issus de différentes associations sportives participe hors concours.
- Tous les élèves participent aux ateliers Promo-Fun ainsi qu'aux ateliers compétitifs.
- Durant une épreuve aucun changement dans la composition de l'équipe n'est permis, ni pour un premier ni pour un deuxième essai.
- Une équipe scolaires mixte est composée de 6 à 10 sportifs, dont au moins 2 de chaque sexe. À cette équipe peuvent appartenir au plus 2 débutants et au plus 2 minimes.
- Une équipe débutants mixte doit être composée de 6 à 10 sportifs, dont au moins 2 de chaque sexe. À cette équipe peuvent appartenir au plus 2 poussins. Ni minime ni scolaire ne peuvent faire partie d'une équipe débutants mixte.
- Si une association sportive inscrit deux ou plusieurs équipes dans une même catégorie, les joueurs ne sont plus interchangeables après la remise de la fiche d'inscription.

C. Organisation et déroulement

- Les équipes arrivent à partir de 13.30 heures.
- La manifestation commence à 14.00 heures et se termine vers 17.15 heures.
- Un warm-up commun a lieu à 14.00 heures.
- Sur un total de 11 ateliers, il y a 6 ateliers compétitifs et 5 ateliers « Promo-Fun ».
- Les ateliers commencent à 14.15 heures.
- Les équipes sont réparties sur les différents ateliers et commencent simultanément.
- Chaque équipe doit participer à tous les ateliers. Le déroulement de chaque atelier compétitif est décrit dans le tableau de la page 9 de ce BIO.
- Après 12 minutes, chaque équipe change d'atelier selon le principe de rotation. Les équipes disposent de 2 minutes pour changer d'atelier. Aucun changement d'atelier n'est permis avant la fin de ces 12 minutes, même si une équipe a terminé son atelier avant les délais.
- La communication du classement final a lieu vers 17.15 heures.

D. Règlement

Règles

Le nombre d'essais par équipe et par atelier est défini à l'avance et communiqué sur place avant l'épreuve. Il ne fait pas l'objet de négociations sur place.

Classement

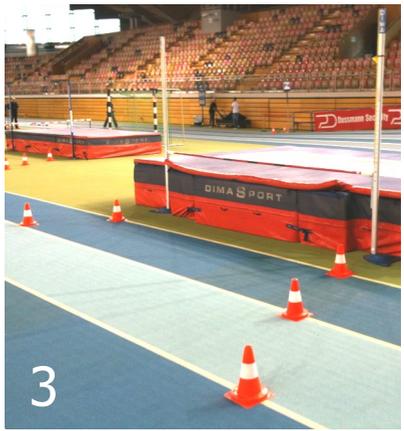
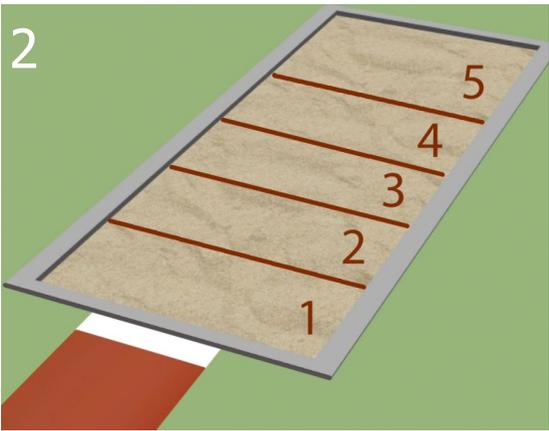
- Il y a un classement général pour les équipes scolaires mixtes et les équipes débutants mixtes lors de chacune des deux journées sportives.
- Le tableau de la page 9 de ce BIO décrit la façon d'obtenir le résultat de chaque équipe dans les différents ateliers.
- Le vainqueur de chaque épreuve obtient 1 point, le deuxième 2 points, le troisième 3 points et ainsi de suite.
- La somme des points ainsi obtenus à la fin de chaque épreuve détermine le classement général.
- L'équipe avec le moindre total de points à la fin de toutes les épreuves remporte la victoire finale.

Cas non prévu par le règlement de cette manifestation

Le règlement général réglant les manifestations sportives compétitives de la LASEP doit être consulté pour tout cas non prévu par le règlement spécifique de cette manifestation.

E. Inscription

L'inscription sera annoncée au prochain BIO.



Fun-Athletics	Ateliers	Déroulement	Evaluation
course	1 Sprint 20 m	Le temps est chronométré. Chaque enfant court individuellement.	Les 5 meilleurs temps réalisés par les athlètes de l'équipe (au plus 1 minime, au moins un de chaque sexe) sont additionnés.
	2 Saut en longueur	L'élan est limité à 10 mètres. Chaque enfant doit essayer de sauter à partir de la zone d'impulsion dans une des zones de réception.	Des points sont attribués selon la distance entre la zone d'impulsion et la zone de réception atteinte. Les 5 meilleurs résultats de l'équipe (au plus 1 minime, au moins un de chaque sexe) sont pris en compte et les points attribués sont additionnés.
saut	3 Saut en hauteur	L'impulsion à une jambe est obligatoire. L'élan est limité à 8 mètres. La hauteur de la barre à franchir est de 80 cm pour la catégorie « débutants » et de 90 cm pour les catégories « scolaires » et « minimes ».	Chaque athlète qui réussit son saut remporte au plus 1 point pour son équipe. Les 5 sauts réussis par les athlètes de l'équipe (au plus 1 minime, au moins un de chaque sexe) sont pris en compte et les points attribués sont additionnés.
	4 Haies	Chaque enfant doit parcourir un relais de 6 haies.	Le temps total réalisé par les athlètes de l'équipe est divisé par le nombre de membres de l'équipe et le quotient ainsi obtenu est multiplié par 10.
lancer	5 Relais avec un médecine ball	Il faut atteindre une distance maximale entre le premier lanceur et le point où la balle du dernier lanceur touche le sol. Le point d'impact du 1 ^{er} , 2 ^e , 3 ^e ... lanceur définit la position du prochain lanceur. La balle doit être lancée à deux mains. Le poids de la balle est de 2 kg pour la catégorie « débutants » et de 3 kg pour les catégories « scolaires » et « minimes ».	Les résultats de tous les membres de l'équipe sont pris en compte. La distance totale atteinte est divisée par le nombre de membres de l'équipe et le quotient ainsi obtenu est multiplié par 10.
	6 Relais 200 m	Les équipes sont placées dans des zones de départ déterminées par des tapis autour de la piste. Après le départ commun, le premier coureur de chaque équipe réalise un tour de piste (200 m) et passe le témoin au deuxième coureur qui attend sur le tapis.	10 tours de piste doivent être parcourus. Chaque membre de l'équipe parcourt au moins un tour. Si une équipe se compose de moins de 10 membres, le dirigeant désigne les membres qui parcourent un deuxième tour. Les minimes ne parcourent qu'un seul tour. Le temps total réalisé par l'équipe est chronométré. Les résultats du relais comptent 2 fois pour le classement final.

Formation continue „Hockey à l'école“ pour tout intéressé

Le Conseil d'Administration de la LASEP vous invite à participer à une formation offerte par la Fédération Luxembourgeoise de Hockey (Hockey Club Luxembourg) qui aura lieu

le samedi 30 novembre 2019 de 9.00 à 12.00 heures au hall sportif à BRIDEL (rue François-Christian Gerden, L-8132 Bridel)

Formateur: Monsieur Ignacio Gómez-Acebo
Fédération Luxembourgeoise de Hockey (Hockey Club Luxembourg)

- Les participants sont équipés de vêtements et de chaussures de sports.
- Cette formation continue sera certifiée par la LASEP.
- Suite à une décision ministérielle du MENJE, les formations continues organisées par la LASEP en collaboration avec l'ENEPS et les fédérations sportives sont reconnues comme formations prioritaires au personnel enseignant de l'enseignement fondamental inscrit via le secrétariat général de la LASEP. (CA du 07/02/2019)
- D'ailleurs cette formation est reconnue dans le cadre de la **formation initiale LASEP et comme formation continue au personnel SEA.**

Les inscriptions sont à envoyer par courriel pour le 21 novembre 2019 au plus tard à l'adresse inscriptions@lasep.lu en indiquant:

- ***le nom et le prénom du participant***
- ***son numéro de matricule***
- ***son numéro de téléphone portable et son adresse email***

Formation continue „Badminton à l'école“ pour tout intéressé - SAVE THE DATE!!

Le Conseil d'Administration de la LASEP vous invite à participer à une formation offerte par la Fédération Luxembourgeoise de Badminton (FELUBA) qui aura lieu

le samedi 18 janvier 2020 de 9.00 à 13.00 heures

Plus de détails au prochain BIO

**Extrait du rapport de la réunion du CA de la LASEP
du lundi, 23 septembre 2019 à Strassen**

Présences: Bausch Lis, Gierenz Steve, Jander Tom, Kimmel Steve, Kuhn-Di Centa Nicole, Lehnen Maximilien, Leuchter Joëlle, Marx Steve, Rath Marcel, Resslering Carole, Stoos Carole, Weis Romain

Assiste: Skrijelj Esmeralda, Wesquet Carole

Invités: Frantz Yannick, Lorang Danielle

Excusée: Grethen-Lanter Michèle

0. Présentation du 15^e Young Walkers' Day en date du 10.10.2019 et du 34^e Cross National en date du 22.10.2019

15 ^e Young Walkers' Day	<p>En présence des responsables de l'athlétisme Monsieur Yannick Frantz et Madame Danielle Lorang, Monsieur Steve Marx présente la manifestation « 15^e Young Walkers' Day » qui aura lieu à Dudelange en date du 10 octobre 2019 en étroite collaboration avec la FLMP et l'association locale FLMP. Trois itinéraires de distances variées sont proposés : 2 km, 5 km et 8 km. Les responsables de l'association locale de marche ont dû changer le tour de 8 km par rapport à la version initialement proposée pour des raisons d'accessibilité. D'ailleurs ils prévoient un diplôme, du jus et un gadget pour chaque participant.</p> <p>La LASEP s'occupe de la livraison et de la distribution de l'eau et de pommes à chaque participant. L'organigramme actualisé sera envoyé à tous les concernés.</p>
34 ^e Cross National	<p>En raison des changements d'infrastructure sur le site du Cross National à Diekirch organisé en date du 22 octobre 2019, les parcours seront légèrement adaptés, ceci dans le respect des distances. Le chemin forestier sera préparé par le service technique de la commune. La piste d'athlétisme du stade n'est pas disponible. Comme atelier ludique et sportif, Monsieur Steve Marx propose d'installer un atelier de slack-line. Il est retenu de vérifier l'état du site deux jours avant la manifestation. Pour des raisons de sécurité, l'usage de piquets métalliques pour délimiter le parcours et le parc fermé doit être évité. L'entreprise de sonorisation (Kiddy Event) et le chronométreur (chiplauf.de) sont prévenus, les médailles sont commandées et la réserve des boutons « I love cross » pour les enfants du cycle 1 est suffisante. Une mise à jour de l'organigramme avec l'heure de briefing fixée à 14.00 heures sera envoyée à tous les concernés.</p>

1. Communications du président

	Monsieur Marcel Rath salue les membres du CA. Il leur souhaite une année scolaire 2019-2020 agréable et plein d'élan.
--	---

2. Informations du secrétariat général

- brochures LASEP 2019-2020	<p>La brochure LASEP 2019-2020 a déjà été imprimée. Un exemplaire est distribué à chaque membre du CA. La distribution des exemplaires pour les AS se fera lors des réunions des secrétaires du 14 et du 15 octobre 2019. Il est retenu de publier la version PDF sur le site de la LASEP et d'en envoyer le lien aux secrétaires d'AS. Pour l'édition 2020-2021, il est envisagé d'envoyer le lien correspondant avant la rentrée scolaire.</p> <p>Le modèle du nouveau panneau du roll-up est montré aux membres du CA. Il remplacera le panneau « outdoor » existant.</p> <p>Le projet du tapis-souris est montré aux membres du CA. La commande doit se faire sans délai en vue de la distribution lors des réunions des secrétaires.</p>
- nouveau roll-up	
- mouse-pad 2020	

- Beachflag	Les dimensions du drapeau « beachflag » sont définies (hauteur d'environ 2,50 m). Une offre sera demandée auprès d'une entreprise spécialisée.
AGO 2020	Madame Nicole Kuhn – Di Centa informe le CA de ses démarches entreprises auprès des autorités communales de Lorentzweiler en vue d'une éventuelle organisation de la 54 ^e Assemblée générale ordinaire de la LASEP en date du jeudi 27 février 2020.
Élèves à besoins particuliers ou spécifiques (EBS)	Suite à l'entretien téléphonique avec Monsieur Pierre Biver du MENJE, Madame Nicole Kuhn – Di Centa souligne l'importance du signalement des enfants à besoins éducatifs particuliers ou spécifiques (EBS) à la LASEP (le cas échéant via le formulaire d'inscription standardisé). Les secrétaires des AS sont priés de transmettre les données au secrétariat général afin que la LASEP puisse au mieux adapter son offre aux besoins des enfants concernés.
Shopping Center City Concorde	Sur demande du Shopping Center City Concorde, le CA donne son accord de principe à l'organisation de deux ateliers sportifs en date du samedi, 9 novembre 2019 de 11.00 à 16.00 heures dans le cadre de la semaine de santé et de fitness du 4 au 9 novembre 2019. Madame Carole Ressler se montre prête à encadrer un atelier de percussion sur ballons « Pezzi ». L'entreprise Kiddy Event devra être contactée en vue de l'organisation du transport des ballons. Monsieur Tom Jander est chargé de prendre contact avec la responsable du Shopping Center City Concorde afin de déterminer le lieu des activités au sein du centre commercial.
Cotisations 2019 - 2020	Madame Nicole Kuhn – Di Centa rappelle que les cotisations de 25€ par enfant sont à virer en bloc par les AS à partir de janvier 2020 sur le compte de la LASEP et évoque la possibilité de faire un courriel aux secrétaires des AS par Monsieur Steve Kimmel.
Livraison des planches à tartiner 2019-2020	Monsieur Tom Jander est chargé d'établir une liste des adresses de livraison des planches à tartiner pour l'année scolaire 2019-2020 pour chaque AS avant le 29 septembre 2019.
Collaboration LASEP-SEA Convention 2020 Entrevue MENJE	Une réunion au MENJE est prévue en date du 17 octobre 2019.
Recrutement de futurs dirigeants LASEP	Madame Nicole Kuhn – Di Centa évoque que le CA devrait trouver des solutions pour le recrutement de futurs dirigeants LASEP. Certaines pistes sont évoquées : <ul style="list-style-type: none"> • accepter comme formation le brevet SNJ (avec stage de 2-3 semaines & leçon témoin) • prévoir une réunion du CA début 2020 ayant le recrutement de dirigeants comme seul point de l'ordre du jour • recruter des membres du personnel des centres de compétence • autres...
Associations locales en a.s.b.l.	Pour l'instant, il n'est pas une priorité de la LASEP de proposer aux AS de se constituer en a.s.b.l. / Proposition de Monsieur Max Lehnen.

3. Rapport des réunions de la CF du 8 et 9 juillet et du 23 septembre 2019

Bilan décomptes du 2 ^e sem. 2018-2019	Plusieurs AS ont fait parvenir leurs réclamations à la CF : Beaufort, Bertrange, Bissen, Mersch, Walferdange et Wincrange. Les rectifications ont été faites et les montants ont été virés.
Projet trophée FAIR-PLAY	Madame Nicole Kuhn – Di Centa constate une bonne situation financière actuelle qui permettrait entre autre la mise en œuvre d'un projet trophée FAIR-PLAY dont les critères applicables seraient élaborés par un groupe de travail à créer.
Subside extraordinaire « matériel sportif »	Le subside extraordinaire « matériel sportif » sera de nouveau alloué aux AS. Le tableau des montants du subside pour chaque AS calculés sur base des sorties en 2018-2019 reste à être dressé par le trésorier général et ceci pour la prochaine réunion de la CF.

4. Rentrée 2019-2020 : Nouvelles AS

Situation actuelle: AS 2019-2020	La LASEP compte actuellement 68 AS: Les AS Bettendorf et Feulen vont démarrer sous peu leurs activités sportives. Les AS Boevange-Attert et Tuntange ont fusionné en l'AS Helperknapp. Les AS Rosport et Mompach ont cessé leurs activités sportives complètement avec la raison que le concept « Weltatelier » ne soit pas compatible avec la philosophie LASEP. L'AS Intermezzo Cents a suspendu ses activités pour une année. Les AS Garnich et Koerich prennent du retard pour des raisons d'organisation.
AS Weiler-la-Tour	Madame Nicole Kuhn – Di Centa informe le CA d'une entrevue avec les autorités communales et les responsables de la Maison Relais de Weiler-la-Tour prévue pour le 30 septembre 2019 en vue d'une clarification suite à un courriel parvenu au secrétariat général en date du 3 septembre 2019.

5. Réunion des secrétaires et formation initiale LASEP (secrétariat)

	Les réunions des secrétaires ont lieu le lundi 14 octobre 2019 au « Kulturhaus » à Kopstal et le mardi 15 octobre 2019 à la Maison des Sports à Strassen. Les deux réunions seront précédées par un module de formation au sujet du fonctionnement de la LASEP dans le cadre de la formation initiale LASEP.
--	---

6. Travaux à la Coque (avril 2020): Changement du calendrier sportif

Travaux à la Coque	Le CA décide de maintenir les dates des manifestations « Olympia mam Sporty » et « Move ». Monsieur Tom Jander est chargé de trouver un autre lieu avant le 13 octobre 2019.
--------------------	--

7. Formations LASEP 2019-2020

Hockey à l'école	Une formation de 4 heures « Hockey à l'école » en collaboration avec le Hockey Club Luxembourg (HCL) est prévue pour le samedi 30 novembre 2019.
Badminton	Une formation de 4 heures en collaboration avec la Fédération Luxembourgeoise de Badminton (FELUBA) est prévue pour le 18 janvier 2020.
Échecs	Une formation de 2 heures en collaboration avec la Fédération Luxembourgeoise des Échecs (FLDE) est prévue en février 2020.

8. Divers

Prochaines réunions du CA	Les prochaines réunions du CA auront lieu le mercredi 23 octobre et le jeudi 28 novembre 2019 à 18.30 heures à la Maison des Sports à Strassen.
---------------------------	---



Tom Jander
Secrétaire général – LASEP

Fit durch Wandern

15. Young Walkers Day der LASEP

Düdelingen. Es muss nicht immer Hochleistungssport sein, auch Wandern in der freien Natur kann durchaus das Wohlbefinden steigern. Aus dieser Erkenntnis heraus organisiert der Schulsportverband LASEP regelmäßig den Young Walkers Day. Partner bei dieser Initiative ist der Wanderverband. Die 15. Auflage des Wandertags für Grundschüler fand in Düdelingen statt. Auf dem Programm stand u. a. ein Abstecher ins Naturschutzgebiet Haardt in den ehemaligen Tagebaugebieten.

Insgesamt 436 Schüler aus allen Teilen des Landes hatten sich eingeschrieben, um mit ihrem Lehr-

personal eine der drei Strecken, die zur Auswahl standen, in Angriff zu nehmen und dabei auch die Schönheiten der Natur zu entdecken. Zwei oder fünf Kilometer standen auf dem Programm. Geübte konnten sich für die Achtkilometerstrecke entscheiden.

Ausgeschildert worden waren die Strecken vom Düdelinger Wanderverein Gehansbiergknappen 75, der in diesem Jahr Partner bei der Aktion war. Nach der Wanderung durch die Natur, die auch ein kurzer Nieselregen nicht vermiesen konnte, wartete eine kleine Stärkung auf die jungen Teilnehmer. rsd



Zusammen mit ihrem Begleitpersonal machten sich die Schüler auf eine der drei Strecken, die zur Auswahl waren.

Foto: Raymond Schmit

Echte Werbung für das Querfeldeinlaufen

Erfolgreicher LASEP-Cross bei gutem Herbstwetter

Diekirch. Kinder rennen im Alltag mehr als Erwachsene, sind es gewohnt, sich im Spiel länger zu bewegen, doch sie sind weniger geübt darin, an einem Stück ohne Pause eine bestimmte Strecke zu laufen. Die Ligue des associations sportives de l'enseignement pri-

maire (LASEP) weist seit Jahren darauf hin, dass Laufen grundsätzlich sinnvoll ist, eine gute Ausdauerfähigkeit zu einer guten Grundkondition gehört und sich im Lauftraining die mentale Fähigkeit entwickelt, bei Ermüdung nicht sofort aufzugeben.

Pünktlich zum diesjährigen LASEP-Cross in Diekirch hörte der Dauerregen des Vortages auf, und die Sportinfrastrukturen präsentierten sich in hervorragendem Zustand.

„Einige Matchpassagen haben die meisten Teilnehmer nicht sonderlich bremsen können“, zeigten sich die LASEP-Verantwortlichen Michèle Grethen, Danielle Lorang und Yannick Frantz zufrieden. 453 Schüler aus 22 Grundschulen des Landes nahmen an den Wettläufen in den jeweiligen Alterskategorien der Sechs- bis Zwölfjährigen teil. Zum ersten Mal dabei waren die Kleinsten des Zyklus 1 in einem Rennen ohne Zeitnahme und Klassement. In lustig lachender Stimmung traten die jungen Sportler der häufig leichtfertig formulierten Behauptung entgegen, Crosslaufen fände bei Kindern so gut wie kein Interesse. Alle Resultate auf www.lasep.lu.

Charlot Kuhn via mywort.lu



Bereits die Kleinsten waren kaum zu bremsen.

CITY CONCORDE - Présentation de la LASEP

Venez nous rendre visite au stand d'information et aux ateliers ludiques et sportifs de la LASEP!

Stand d'information:

le vendredi 8 novembre 2019 de 15.00 à 18.30 heures

Stand d'information et ateliers ludiques et sportifs:

le samedi 9 novembre 2019 de 11.00 à 16.00 heures


CITY CONCORDE
LIFESTYLE CENTER



Les partenaires de la LASEP

CK

Charles Kieffer Group

healthy people
healthy business

ck-group.lu

lalux 
ASSURANCES

Letz be healthy

Magazine santé 100% luxembourgeois

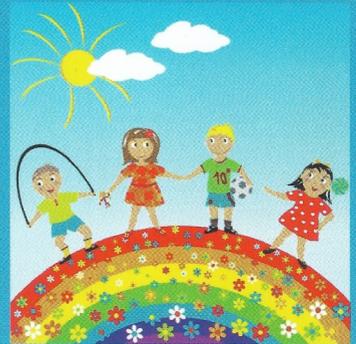


Comité Olympique et
Sportif Luxembourgeois




KiddyEVENT
*Kanner begeeschteren mat
Spill, Sport a Spaass*

www.luxbirthday.com
Animation d'anniversaires



Jeux et activités sportives ;
extérieur - intérieur

Tél. : 00352 691 92 05 36

Facebook : luxbirthday

luxbirthday@gmail.com



voyages

emile weber

www.voyages-weber.lu

éischtklasseg reesen

CCPL de la LASEP: IBAN LU77 1111 0110 0847 0000