

A.S.B.L. matr. 263 auprès de la LBFA  
27, rue Mathon 6767 - DAMPICOURT

Secrétaire: Christian LAMBIN - Tél/Fax.: 063/41.16.43  
Trésorière : Annie GILLARDIN - Tél. : 063/57.96.64



## **Inscription des athlètes nés en 2005 et avant**

Vous souhaitez vous affilier à l'ACD pour la saison 2018-2019. Voici quelques informations qui peuvent vous être utiles :

### **Affiliation :**

- **Vous étiez déjà affilié en 2017-2018** : Vous recevrez automatiquement dans le courant du mois de septembre un courrier pour renouveler votre cotisation pour la saison 2018-2019 qui débute le 1<sup>er</sup> novembre. Il vous restera à payer la cotisation ainsi qu'à remplir et signer l'attestation médicale et nous la remettre pour être en règle.
- **Vous vous affiliez pour la première fois** : vous devez remplir les formalités suivantes :
  - 1) Remplir et nous remettre un document avec vos données administratives. (Voir document pré rempli). Le secrétaire du club vous fera parvenir dans les prochaines semaines un courrier avec les documents adéquats.
  - 2) Payer la cotisation annuelle de 120€ (Montant dégressif pour les familles)
  - 3) Compléter et signer une carte d'affiliation et nous la retourner.
  - 4) Compléter et signer l'attestation médicale pour la saison en cours et nous la remettre.

Une fois toutes ces formalités remplies, le secrétaire vous inscrira et vous serez officiellement affilié à la LBFA. Vous recevrez un numéro de dossard qui vous suivra pendant toute l'année athlétique. Vous serez également couvert par l'assurance de la ligue. Le dossard officiel est habituellement remis lors de la première compétition à laquelle vous participerez. NB : vous pouvez participer à quelques entraînements avant de prendre la décision définitive d'affiliation au club.

**Catégories** : Selon l'année de naissance, vous appartenez aux catégories suivantes :

#### **Jusqu'au 31/10 :**

- Né en 2003-2004 : catégorie cadet
- Né en 2001-2002 : catégorie scolaire
- Né en 1999-2000 : catégorie Junior
- Né de 1998 à 1983/1984 : catégorie senior

#### **A partir du 1/11 :**

- Né en 2004-2005 : catégorie cadet
- Né en 2002-2003 : catégorie scolaire
- Né en 2000-2001: catégorie Junior
- Né de 1999 à 1984/1985 : catégorie senior
- A partir du 35<sup>ème</sup> anniversaire : catégorie master

## Les entrainements :

Les entrainements se déroulent dans différentes sections pour les catégories de cadet à master:

### A la piste de Saint-Mard et au ROx pendant les mois d'hiver :

- **Perche** : les lundi et jeudi de 18h30 à 20h : entraîneur Olivier Boulanger
- **Sauts en Hauteur, longueur et triple saut** : les mardi et jeudi de 18h30 à 20h : entraîneurs : Jacques Lucas, Edith Graff.
- **Sprint et haies** : Les mardi et jeudi de 18h30 à 20h : entraîneurs Yves Herman et Edith Graff
- **Demi-fond** : Les mardi et jeudi de 18h30 à 20h : entraîneurs Pierre Joannes, Sylvain Gillet et Eric Louis.
- **Lancers** : Les mardi et jeudi de 18h30 à 20h : entraîneurs : Véronique Lucas, Renauld Chapellier, Jean Joannes.
- **Entrainements spécifiques** : des entrainements spécifiques ont lieu à d'autres moments de la semaine (Voir avec l'entraîneur)

### A Izel à la piste de l'athénée royal et dans une salle de l'athénée pour les mois d'hiver:

- Le mercredi de 18h30 à 19h30 : entraîneurs : Jean Joannes et Sylvain Gillet

### A Bastogne à partir des minimes à la piste de l'athénée royal :

- Le mercredi de 16h à 17h30 : entraîneurs Sandrine Wuillaume et Alain Bauwens

## Les compétitions :

Le but premier des entrainements d'athlétisme est de vous préparer à participer aux différentes compétitions, interclubs et championnats qui se déroulent tout au long de la saison athlétique :

- Cross et compétitions indoor en hiver
- Compétitions outdoor d'avril à fin octobre

Le programme est accessible sur le site du club et dans l'ACDiste, journal du club. Il est également affiché à la piste. Une revue présentant les compétitions outdoor est réalisée chaque année.

## Renseignements complémentaires :

Pour tout renseignement complémentaire, vous pouvez vous adresser au secrétaire du club monsieur Christian Lambin : Tél: +32 63 41 16 43  
email: [chrislamb288@hotmail.com](mailto:chrislamb288@hotmail.com)