

**FLEURUS**

ATHLÉTISME

# FLEU

## MAGAZINE

# N°23

AVRIL  
2021



**Challenge « J'me bouge  
pour mon club » 2.0**

**Les 10 kilomètres de Saint-Amand**

**Le stage de Pâques**

**Meeting Jean Hardenne**

**Officiels**

**Portrait**

# Challenge

## « J'me bouge pour mon club » 2.0

Le 03 avril prochain, ce sera le lancement de la seconde édition des 1000 bornes. Vous ne le saviez pas encore ? Il est encore temps de rejoindre l'aventure car plus on est, plus on rit et plus on a de chances de finir en haut du classement. Chaque kilomètre compte. Les moins sportifs sont aussi les bienvenus. Vous ne courez pas ? Pas de souci, une petite marche est évidemment possible. Pour cette édition, il y a même moyen d'engranger des kilomètres à vélo et à la nage.

### LE RECAP :

**Objectif ?** effectuer 1000 kms en deux semaines avec un minimum de 50 participants.

**Notre objectif ?** Finir à la première place (le club avait terminé 2ème sur plus de 600 clubs en août dernier). On a, donc, besoin de vous pour faire un maximum de kilomètres avec le plus de monde possible.

**Pour qui ?** Pour tout le monde, c'est ouvert à tous, sportifs ou non sportifs (les petites balades feront pencher la balance).

**Quand ?** Du 3 avril à 8h jusqu'au 18 avril à 18h.

**Comment s'inscrire ?** Via le lien dis-

ponible sur Facebook, dans vos boîtes mail et sur le site internet. Une fois inscrit, vous recevrez un mail qui vous indiquera comment lier votre inscription à votre compte Strava. Tout est GRATUIT.

**Comment faire des kilomètres ? A pied, à vélo ou à la nage.** Un coefficient permet de tout ramener à la course à pied : à vélo, les kilomètres sont divisés par 4 et ils sont multipliés par 8 à la nage.

**Comment encoder vos kilomètres ?** Il suffit de lancer votre compte Strava à chaque sortie et « enregistrer » au terme de votre activité. Les kilomètres seront automatiquement associés à votre club de cœur.

En réussissant ce challenge, le club recevra une enveloppe de 1000€. Divers projets ont été évoqués. Ce sera l'occasion d'acheter du nouveau matériel. Nous pensons également réduire le prix de la cotisation pour l'année prochaine pour les membres déjà affiliés au club cette année. Si la situation sanitaire le permet, le club organisera son tout premier meeting en juin prochain. Tous ces projets sont sur la table et cela sera l'occasion d'en concrétiser.

## LES PRIX FLEU ATHLETISME

Il ne faut pas forcément être membre du club pour remporter un prix.

- La personne qui fait le plus de kilomètres à pied
- La personne qui fait le plus de kilomètres à vélo
- La personne qui fait le plus de kilomètres à la nage
- La personne qui fait le plus de kilomètres combinés (peu importe le moyen)
- La personne qui recrute le plus de personnes hors Fleu
- La personne qui enregistre le plus d'activités valables
- La personne la plus jeune inscrite
- La personne la plus âgée inscrite

- La personne qui fait le plus beau dessin sur Strava lors d'une sortie de plus de 2km (cœur...). On vous demande de mettre les #jmebougepourmonclub et #fleurusathlétisme et/ou de nous l'envoyer pour que l'on puisse la voir facilement
- La personne qui partage la plus belle photo, la photo la plus originale avec les #jmebougepourmonclub et #fleurusathlétisme

En effet, chaque jour tout au long du challenge, nous vous inviterons à nous envoyer des photos de votre sortie. En fin de soirée, la photo la plus belle ou la plus originale sera publiée sur les réseaux du club. Le 18 avril au soir, les membres du comité choisiront la photo qui leur a le plus plu parmi les 15 photos présélectionnées chaque jour du concours. Lorsque vous publiez une photo à propos du challenge, n'oubliez pas de mettre dans votre publication #jmebougepourmonclub #fleurusathlétisme. Cela nous les rendra plus facilement visibles ainsi que pour les organisateurs du challenge.

Il se pourrait que d'autres prix soient ajoutés en cours de challenge. Cela vous sera communiqué.

Du 3 au 18 avril

# Courez, marchez, roulez ou nagez pour soutenir votre club de cœur

Claire Michel  
Triathlète olympique



[jmebougepourmonclub.be](http://jmebougepourmonclub.be)



Belges © 2021

## PAGE FACEBOOK

Une page Facebook a été créée pour l'occasion. Elle est très simple à trouver (Fleurus Athlétisme – J'me bouge pour mon club). Cette page vous permettra de suivre pas à pas

le challenge. Toutes les actualités y seront partagées. N'hésitez pas à la rejoindre. Cela permettra aux participants hors Fleu de suivre les actualités (**le groupe étant privé**).

## CAP OU PAS CAP ?

Nous avons envie de vous et de nous lancer un défi. Lors de la première édition, nous avons réussi le challenge en moins de 48h. Cette fois-ci, nous avons évidemment envie de faire mieux.

**Prêt à relever le challenge des 1000 bornes en 24h ?** Le comité est au taquet ! Alors, qui sera de la partie ?

## 100 KM A AISEAU

Pour clôturer en beauté ce challenge qui sera, nous le pensons, une réussite, vous êtes invité à accompagner André lors des 100 kilomètres qu'il a programmés le dimanche 18 avril à partir de 9h. Il effectuera 5 boucles de 20 kilomètres à Aiseau.

Si vous avez envie de le soutenir, il est évidemment possible d'effectuer quelques kilomètres en sa compagnie. On vous demande de vous inscrire par tranche horaire afin de respecter toutes les règles liées à la Covid. Le formulaire est disponible sur le site internet dans l'onglet « **Nos organisations** ».

174 personnes ont effectué 13 516 km lors du premier challenge. Visons plus haut. On compte sur vous !

# Les 10 kilomètres de Saint-Amand

Après les 10 kilomètres d'Onoz où Gilles Marchal s'est imposé chez les hommes et Fabienne Knott chez les femmes, dès ce samedi, il vous sera possible d'aller faire un tour dans l'entité de Saint-Amand. Fleurus Athlétisme collaborera une nouvelle fois avec l'asbl Move More.

Pour participer, il faut s'inscrire. Toutes les informations ainsi que le lien se trouvent sur le site internet dans l'onglet « **Nos organisations** ». Entre le 03 avril et 23 avril, vous pourrez tenter d'effectuer votre meilleure performance.

Ce timing est idéal pour ajouter plein de kilomètres au challenge des 1000 bornes.



# Le stage de Pâques

Pour la toute première fois sur cette magnifique piste, nous organiserons un stage uniquement réservé à nos membres de 8 à 18 ans. Le nombre de places est limité afin de respecter les mesures sanitaires. Tout sera mis en place pour que la sécurité de vos enfants soit assurée.

Ce stage permettra à tous de découvrir les différentes disciplines : sauts, lancers, courses, steeple, un programme varié leur sera présenté pendant toute la semaine.

## LE RECAP :

Quand ? Du **12 au 16 avril de 13 à 17h.**

Où ? Sur la piste d'athlétisme

Que prendre ? **De l'EAU** !!!! Et en suffisance, c'est obligatoire. Une collation, un masque (pour tout le monde), une tenue de sport adaptée à la météo, des spikes pour ceux qui en ont.

Il ne reste que quelques places. Ne tardez donc plus à vous inscrire.



# Meeting Jean Hardenne

Le tout premier meeting **officiel aura lieu le 19 juin** prochain si la Covid nous le permet. Nous avons hâte d'organiser cette toute première compétition qui sera donc ouverte aux clubs extérieurs.

## **Quelles sont les conditions pour y participer ?**

Pour les benjamins, pupilles et minimes, le meeting est ouvert à tous que vous soyez dossardé ou non. Nous ouvrirons uniquement aux non-dossardés du club. A partir des cadets, le dossard est obligatoire pour y participer.

La journée sera divisée en deux. La matinée sera réservée aux benjamins, pupilles et minimes. Les athlètes en toutes catégories s'affronteront l'après-midi.

Les lancers se font par catégories à partir de cadets. Les filles lanceront le poids tandis que les garçons lanceront le javelot.

Il est déjà clair que nous aurons besoin de mains pour pouvoir organiser cet événement. Tous les bénévoles sont les bienvenus. Nous reviendrons évidemment vers vous en temps voulu.

Dans la foulée du meeting, nous ferons notre traditionnel barbecue, si la situation le permet, bien sûr.

## **Inauguration**

La commune profitera de cet événement pour inaugurer officiellement la piste. Cela se fera sur le temps de midi, l'occasion de mettre en lumière notre piste et notre sport.

## **Disciplines**

Benjamins : 60-60-Longueur-Poids

Pupilles : 60 -1000-Hauteur- Poids

Minimes : 80-1000-Longueur -Javelot

Toutes catégories : 100-200-800-1500  
5000-Hauteur-Longueur





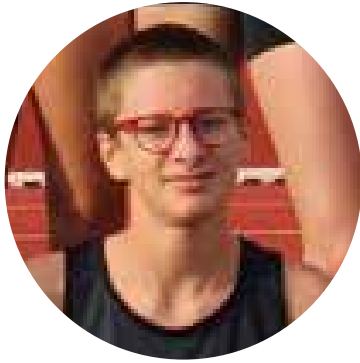


# Officiels

Comme chaque année, nous faisons appel à vous. Nous sommes à la recherche de nouveaux officiels pour compléter l'équipe. Si le nombre de participants est suffisant, la formation pourra être organisée au club même. Cette formation ne dure que 3h. Par la suite, vous devrez faire un stage lors de trois compétitions.

Si vous avez des questions par rapport à ce que fait un officiel, au temps que cela lui prend ou autre, n'hésitez pas à nous contacter. On vous redirigera vers l'un d'eux qui répondra à vos questions avec grand plaisir.





# Portrait

**Louis Allard**

*Date de naissance : 18 février 2005*

*Elève en 5<sup>e</sup> secondaire + athlète dans le groupe de Sébastien*

Deux ans. Cela fait deux ans que Louis a rejoint le club de Fleurus Athlétisme. Athlète en progression constante, il nous raconte son histoire avec l'athlétisme. Pas d'antécédents dans un autre club, Louis est un pur produit de Fleurus. Il a débuté ce sport car il voulait se remettre en forme et retrouver une vraie condition physique.

Les mardis et jeudis, vous le retrouverez avec son groupe à tourner et tourner encore autour de la piste. Louis s'entraîne en effet pour le 800m. « C'est ma distance préférée. J'aime beaucoup aussi le lancer du disque ». Le confinement comme pour tout le monde n'a pas été facile. « *Je n'ai pas fait grand-chose pendant le premier confinement. Par contre, lors du second confinement, j'ai continué à m'entraîner régulièrement.* »

Ses objectifs sont assez clairs : « *Battre tous mes records personnels* » et c'est tout ce que l'on peut lui souhaiter. S'entraîner sans savoir quand les compétitions reprendront ne baisse pas sa motivation. Il est pourtant devenu un adepte des compétitions lors de la saison passée. « *Ce qui me plaît le plus en*

*compétition, c'est le fait de se surpasser pour battre ses records. Il y a aussi l'ambiance exceptionnelle et les rencontres que l'on fait. J'aimerais pouvoir en faire plus cette saison mais avec le Covid, c'est forcément compliqué.* » Malgré le nombre restreint de compétitions auxquelles il a participé, Louis est déjà présent dans la table des records. Très appliqué à l'entraînement, il est toujours présent pour rire.

Louis vous donne rendez-vous du 3 au 18 avril pour le challenge. « *Venez courir avec nous, cela ne peut vous faire que du bien* ».



# Les anniversaires du mois de Mars & Avril

TROUDE	Stephanie	01 MARS
VALEMBOIS	Lorraine	04 MARS
BARBIER	Aline	04 MARS
GRULOIS	Marius	04 MARS
GUINDE	Véronique	05 MARS
GONÇALVES	Isabelle	06 MARS
MIRISOLA	Paolo	06 MARS
TRUISI	Elena	06 MARS
JUPRELLE	Juliette	06 MARS
FALQUE	Louis	06 MARS
DIFORTI	Ginetta	07 MARS
THYS	Laure	07 MARS
CARABOTTA	Livia	07 MARS
CARABOTTA	Eva	07 MARS
LOGIST	Alexia	08 MARS
SPRUMONT	Adrien	08 MARS
NOOTENS	Lukyan	08 MARS
JEAN	Jérôme	09 MARS
BOEL	Nathalie	11 MARS
VANGEEL	Emeline	11 MARS
MIROWSKA	Léa	11 MARS
FAUVILLE	Perrine	11 MARS
DUQUE	Thierry	12 MARS
SAIL	Christine	12 MARS
ZDANOV	Natacha	12 MARS
BAUDOUX	Sven	12 MARS
CHIARIZIA	Laura	13 MARS
DENIS	Alice	14 MARS
DESMEDT	Lou	15 MARS
SARTORI	Michael	16 MARS
DA RE	Baptiste	16 MARS
VAN STIPHOUT	Lou	17 MARS
CHARLET	Gabriel	17 MARS
MARTIN	Baptiste	19 MARS
EEMAN	Lilja	19 MARS
DEBAY	Martin	19 MARS
YOLDAS	Ela	21 MARS
LINDEKENS	Maximilien	22 MARS
COSTA	Lucia	25 MARS
DI GIANNANTONIO	Rossana	25 MARS
PIERRE	Ellie	25 MARS
THOMAS	Édouard	25 MARS
MLECZKO	Olivier	26 MARS
GUIDO	Gianni	26 MARS
MINEUR	Basile	27 MARS
LELOUP	Yves	29 MARS
CHENNOU	Naim	29 MARS
JOSIS	Thalia	29 MARS
DOULIERE	Victor	29 MARS
MOKRANI	Nayssa	31 MARS

GILIBERTO	Celia	01 AVR
GRULOIS	Emile	02 AVR
BRACCHI	Laurence	04 AVR
MINEUR	Antonin	04 AVR
HERQUIN	Claudy	05 AVR
DUPIRE	Alexandra	05 AVR
PLUVINAGE	Sophie	09 AVR
COLONVAL	Nicolas	09 AVR
MARLIÈRE	Simon	11 AVR
BELARBI	Younes	11,AVR
PEPIN	Lucas	11 AVR
GILOT	Martin	11 AVR
DELVAUX	Maëva	14 AVR
HELAS	Oscar	15 AVR
DE TOFFOLI	Simon	15 AVR
TRINE	Martin	18 AVR
TROUDE	Florent	18 AVR
BEECKMANS	Sabine	19 AVR
BELLAIRE	Noah	19 AVR
TIMMERMANS	Tiffany	20 AVR
LEBON	Nathalie	21 AVR
BLONDEEL	Noa	21 AVR
STAUDT	Julie	21 AVR
BASTIN	Marion	22 AVR
CHEVALIER	Justin	22 AVR
DELAIRE	Gwenaëlle	23 AVR
DEMOULIN	Agathe	24 AVR
DETROZ	Guy	27 AVR
DEROUX	Catherine	27 AVR
BUCHET	Sébastien	28 AVR
TRILLET	Calista	28 AVR
LEURQUIN	Manon	29 AVR
PAINDAVEINE	Julie	29 AVR
STEVENS	Ryan	29 AVR
PATI	Dominique	30 AVR
MALJEAN	Erna	30 AVR
LEMMENS	Tom	30 AVR

La suite dans notre  
prochain numéro !

LES SPONSORS OFFICIELS DU CLUB



**FLEURUS**  
ATHLÉTISME