



LASEP

Ecole fondamentale

BIO 4

version sans partie financière

paraît 10 fois par
année scolaire
imprimé par nos soins

Schéi Feierdeeg an all Gudds fir 2012!

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

Tél.: 48 55 70
Gsm: 691 48 54 47
ou 691 48 55 70

Fax: 48 54 47
Email: info@lasep.lu
www.lasep.lu

Calendrier sportif 2011 - 2012

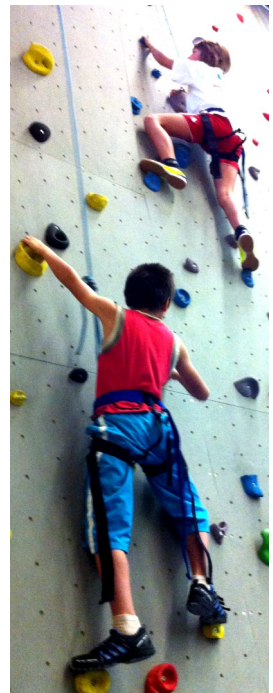
1^{er} semestre



<i>Je</i>	<i>15.12.</i>	<i>Football Indoor Finales à la Coque</i>
<i>Ma</i>	<i>10.01.</i>	<i>Football Indoor pour filles</i>
<i>Je</i>	<i>12.01.</i>	<i>Football Indoor pour filles</i>
<i>Ma</i>	<i>17.01.</i>	<i>Freed mat Liichtathletik à la Coque pour filles et débutants mixtes</i>
<i>Ma</i>	<i>24.01.</i>	<i>Freed mat Liichtathletik à la Coque pour garçons et scolaires mixtes</i>
<i>Ma</i>	<i>31.01.</i>	<i>Football Indoor pour filles Finales</i>

2^e semestre

●	<i>Ma</i>	<i>7.02.</i>	<i>Jeux aquatiques à Walferdange Cycles 3+4</i>
	<i>Ma</i>	<i>14.02.</i>	<i>Jeux aquatiques à Walferdange Cycles 3+4</i>
②	<i>Ma</i>	<i>28.02.</i>	<i>Schwammfest</i>
●	<i>Ma</i>	<i>13.03.</i>	<i>Butzen an der Coque</i>
	<i>Je</i>	<i>22.03.</i>	<i>Dëschtennisfest</i>
	<i>Ma</i>	<i>27.03.</i>	<i>Airtramp (à confirmer)</i>
	<i>Ma</i>	<i>24.04.</i>	<i>Handballfest</i>
	<i>Je</i>	<i>3.05.</i>	<i>Basketballfest</i>
	<i>Ma</i>	<i>8.05.</i>	<i>Duathlon</i>
	<i>Ma</i>	<i>15.05.</i>	<i>Ausdauerlaf</i>
	<i>Ma</i>	<i>22.05.</i>	<i>Brevet sportif à la Coque*</i>
	<i>Je</i>	<i>14.06.</i>	<i>Fussballfest</i>
	<i>Ma</i>	<i>19.06.</i>	<i>Volleyball Loisir</i>
	<i>Ma</i>	<i>26.06.</i>	<i>Volleyballfest*</i>
	<i>Ma</i>	<i>3.07.</i>	<i>Jeux aquatiques Cycles 1+2</i>
	<i>Je</i>	<i>5.07.</i>	<i>Jeux aquatiques Cycles 1+2</i>
	<i>Ve</i>	<i>6.07.</i>	<i>Journée des Dirigeants</i>



* changements de date

Freed mat Liichtathletik 2012 an der Coque (LASEP-FLA)

Catégories et dates:

- 1. Mardi, le 17 janvier 2012 : filles scolaires et débutants mixtes (2 classements différents)**
- 2. Mardi, le 24 janvier 2012 : garçons scolaires et scolaires mixtes (1 seul classement final)**

Compétition par équipes de 7 athlètes dont 5 participent à l'épreuve

Horaire:

- arrivée des équipes à 14.15 hrs par **l'entrée 3 bd Kennedy**
- début des épreuves à 14.30 hrs
- course finale à 16.30 hrs (13^e atelier)
- classement final et remise des coupes vers 17.00 hrs



Règlement:

1. 7 élèves pourront être inscrits, mais à chaque épreuve participeront seulement 5 élèves. Les échanges se feront comme aux sports collectifs, le sortant sera remplacé par l'entrant, mais le sortant pourra de nouveau être intégré à la prochaine épreuve parmi les 5 compétiteurs.
2. Une équipe de moins de 5 athlètes pourra participer, mais ne sera pas classée au classement général.
3. Licence LASEP obligatoire !
4. Chaque équipe doit participer à tous les ateliers – **course, saut, lancer**. La dernière épreuve sera une course relais à laquelle participent toutes les équipes.
5. Le nombre des équipes par après-midi est limité à 36.
6. Chaque équipe sera munie de t-shirts offerts par la LASEP

Déroulement des épreuves :

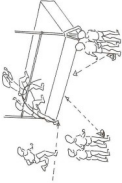
Les équipes sont réparties aux ateliers et commencent simultanément.
Après **9 minutes**, elles changent d'atelier selon le principe de rotation.

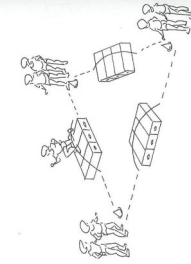
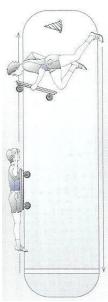
La distribution des points et le classement :

1. Le vainqueur de chaque épreuve reçoit 1 point, le deuxième reçoit 2 points, le troisième 3 points, etc...
2. Les points rassemblés à chaque épreuve sont additionnés et déterminent le classement général, donc l'équipe avec la plus petite somme de points est déclarée vainqueur final.

Toute équipe non conforme au règlement ne pourra participer que hors concours.

Inscriptions pour le 6 janvier 2012 au plus tard auprès du DS jeff.elcheroth@education.lu ou sur le site www.lasep.lu.

Freed mat LA (1)	Titre atelier	Déroulement	Evaluation
course	1.Sprint	- parcourir une distance max. en un temps de 5 sec. - cônes déposés à partir de 10 m du départ à des intervalles réguliers de 3 mètres - coup de sifflet par le juge = fin des 5 sec.	5e cône dépassé = 5 points 4e cône dépassé = 4 points, etc. - tous les équipiers courent à tour de rôle points additionnés = résultat de l'équipe
	2.Sprint 20 m	- temps mesuré par chrono - chaque enfant court individuellement	résultats de tous les coéquipiers additionnés
	3.Zielspringen	- élan de 10 m maximum - essayer de sauter dans une zone de réception à partir de l'une des zones d'impulsion se suivant à une distance de 50 cm. - saut = valable si sauteur atterrit dans zone de réception	- points varient selon la distance entre la zone d'impulsion et la zone de réception atteinte meilleur résultat total des points par équipe intervient dans le classement
	4.Hürden überqueren	- relais de 3 sauts en ciseaux - lever l'une après l'autre les jambes - le départ du sauteur suivant sera le moment du contact au sol après le 3e obstacle du sauteur précédent, confirmé par l'appel du juge	nombre total de haies réussies par équipe en 2 min. 
	5.Hochsprung	- impulsion à une jambe !!! - élan limité à 8 m - barre à franchir : 90 resp. 80 cm 5 essais max. par sauteur - côté au choix 	total des meilleures réussites par l'équipe retenu pour le classement
lancer	6.Wurf ins Netz	- lancers de précision sur la zone indiquée de la paroi de séparation - choix entre 3 distances de lancer - les lancers manquant la zone indiquée seront nuls - plusieurs essais de l'équipe tolérés (limite de la durée : 9 minutes)	meilleur essai de chaque participant pris en compte pour le classement
	7.Medezinball-schocken	- lancer la balle (2 resp.1,5 kg) avec deux mains d'en bas et vers l'avant - plusieurs essais de l'équipe tolérés (limite 9 minutes)	- zone plus éloignée = plus de points attribués ($2m + 0,50 + 0,50 + 0,50 + 0,50 + 0,50$) meilleurs essais de l'équipe pris en compte
	8.Medezinball-staffel	- atteindre une distance max. entre le 1^{er} lanceur et le point d'atterrissage du dernier lancer - point d'impact du 1er, 2e, 3e ... lanceur = position de lancer du prochain lanceur - balle à lancée à deux mains	- plusieurs essais de l'équipe tolérés dans la limite de la durée de 9 minutes distance totale atteinte prise en compte

Freed mat LA (2)	Titre atelier	Déroulement	Evaluation
haies	9. Hürden-sprint	- parcours de 1, 2, 3 obstacles à parcourir par l'équipe des 5 - chronomètre mis en route au signal de départ, arrêté à l'arrivée du dernier coureur de l'équipe 	meilleur temps du relais de l'équipe pris en compte pour le classement détail haies : 
	10. Hürden-staffel	- traverser 6 mini-haies alignées, revenir en courant en arrière - chronomètre mis en route au signal du départ, arrêté à l'arrivée du dernier coureur de l'équipe	temps total du relais de l'équipe pris en compte pour le classement
	11. Bank-springen	- traverser un banc avec toujours <i>au moins un pied</i> sur le banc - le 2^e pied passe d'un côté du banc vers l'autre - à chaque mouvement, avancer d'un champ indiqué sur le banc - retourner en sautant sur une jambe	temps total de passage par l'équipe des 5 chronométré - seuls les parcours exécutés de façon exacte pris en compte pour le classement
	12. Roll-brettstaffel	- parcourir une distance de 12 m en ligne couchée sur la planche à roulettes - revenir en courant 	temps total de passage par l'équipe des 5 chronométré
épreuve finale	13. relais 200 m sur la piste	- équipes placées dans des zones de départ déterminées par des tapis autour de la piste - Après le départ commun du premier coureur de chaque équipe, l'athlète réalise un tour de piste (200m) et fait le relais avec le prochain coureur de son équipe sur le tapis avec passage du témoin... ... jusqu'au 5^e coureur	chronomètre pour chaque équipe mis en marche au signal du départ et arrêté lorsque le 5^e coureur touche la zone d'arrivée (le tapis) d'un pied pour tout renseignement supplémentaire, contacter le DS de l'athlétisme (indoor) Jeff ELCHEROTH : jeff.elcheroth@education.lu

Freed mat Liichtathletik an der Coque

FLA - LASEP

Bulletin d'inscription

à retourner pour le 6 janvier 2012 au plus tard à l'adresse suivante:

jeff.elcheroth@education.lu

Les places sont limitées: **36 équipes par après-midi au maximum!!**

Horaire: arrivée des équipes à 14.15 heures,
début des épreuves à 14.30 heures,
grande course finale à 16.30 heures.

Veuillez noter que les transport-bus sont à organisés par vos soins!

L'Association sportive de _____

participera à Freed mat Liichtathletik an der Coque

6

le 17 janvier avec _____ équipes filles scolaires,

le 17 janvier avec _____ équipes débutants mixtes,

le 24 janvier avec _____ équipes garçons scolaires
et scolaires mixtes.

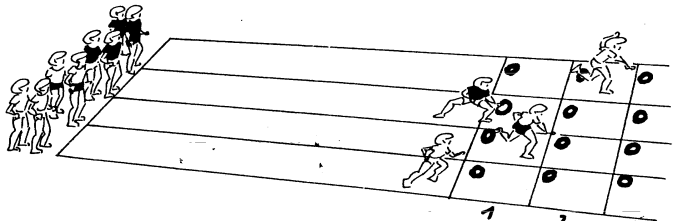
Nom du dirigeant: _____

adresse: _____

L- _____

téléphone: _____

e-mail: _____



Séances d'entraînement: Trois modes différents d'être rémunéré ...

1) moyennant une **décharge dans la tâche d'enseignant (x)**.

Les dirigeants qui ont déclaré leurs séances d'entraînement au logiciel „**SCOLARIA**” comme décharges dans la tâche ne les déclarent plus sur aucune fiche.

2) moyennant la **déclaration trimestrielle des heures supplémentaires envoyée à l'inspecteur du ressort avec copie à la Commission des finances (CF) de la LASEP (y)**.

Les dirigeants qui déclarent leurs séances d'entraînement comme heures supplémentaires font parvenir au secrétariat général une copie de cette déclaration pour **le 13 janvier 2012 au plus tard**. Il suffit d'y indiquer les séances LASEP (au cas où d'autres travaux supplémentaires sont accomplis).

3) moyennant le **décompte semestriel de la Commission des finances (CF) de la LASEP (z)**.

Les dirigeants qui déclarent leurs séances d'entraînement sur le décompte semestriel de la CF (I) remplissent la fiche encadrée en vert (page 8 du Bio 4). Ils l'envoient **au plus tard pour le 3 février 2012** au secrétariat général.

Fêtes sportives: Un seul mode d'être rémunéré ...

Les dirigeants qui ont accompli des sorties aux fêtes sportives organisées par la CTS, ou qui ont réalisé une organisation locale, ou qui ont d'autres frais à déclarer remplissent le décompte semestriel de la CF (II) encadré en noir (page 9 du Bio 4). Les fêtes sportives sont marquées d'une croix à **gauche** du calendrier sportif. Ils envoient leur décompte au secrétariat général pour **le 3 février 2012 au plus tard**.

Les accompagnateurs qui ont accompli des sorties aux fêtes sportives organisées par la CTS ou qui ont d'autres frais à déclarer remplissent le décompte semestriel de la CF (II) encadré en noir (page 9 du Bio 4). Les fêtes sportives sont marquées d'une croix à **droite** du calendrier sportif. Ils envoient leur décompte au secrétariat général pour **le 3 février 2012 au plus tard**.

Remarques:

- Une organisation locale ne peut être déclarée qu'**une seule fois** par association sportive locale.
- **Attention:** N'oubliez pas de **signer** votre décompte.
- Les **délais sont absolument à respecter** et mènent à ce que chacun soit rémunéré le plus vite possible!!

FUSSBALL-INDOOR CHAMPIONNAT FIR MEEDECHER - CYCLES 2-4

D'LASEP wëll och onse

Meedecher

d'Méiglechkeet ginn,

FUSSBALL

ënnert sech ze spillen.



Dofir organiséiere mir e Championnat an
dräi verschiddenen Halen. (eventuell mat
Finall an der neier Sportshal um BELAIR)

(max. 6 Equipen pro Tournoi)

Dönschdes, den 10. Januar 2012
zu Reiler an um Belair

Donneschdes, den 12. Januar 2012
am Rolléngergronn

All Kéiers vu 14⁰⁰ – 16⁰⁰ Auer.

Wien interesséiert ass, soll sech **per Mail**
mellen bis spéitstens

Freides, de 6. Januar 2012.



Jhang Serrig

Email:

jhang.serrig@education.lu



FUSSBALL - INDOOR CHAMPIONNAT FIR MEEDECHER

CYCLES 2-4

Eng Equipe besteet aus maximal **10 Spillerinnen:**
6 um Terrain (1 am Goal a 5 am Feld).

Dënschdes, den 10. Januar 2012 zu Reiler
Dënschdes, den 10. Januar 2012 um Belair
Donneschdes, den 12. Januar 2012 am Rolléngergronn

Abschreiwung bis de 6. Januar 2012 spëtstens un de



Jhang Serrig

Email: jhang.serrig@education.lu

D'AS vun _____
mëllt eng Equipe fir d'FUSSBALL - INDOOR CHAMPIONNAT
FIR MEEDECHER un.

Preferenz :

- ☐ Dënschdes, den 10. Januar 2012 zu Reiler.
- ☐ Dënschdes, den 10. Januar 2012 um Belair.
- ☐ Donneschdes, den 12. Januar 2012 am Rolléngergronn.

Numm vum / vun der Dirigeant(e): _____

_____ Telefon: _____

Adress: __ , _____

L - _____ Uertschaft: _____

Email : _____



Réservé uniquement aux enfants des cycles 3 et 4.

Schwammespieler am PFDAL zu Walferdange

Séances de 60 minutes pour 60 nageurs au maximum dans la piscine de Walferdange

le mardi 7.02.2012 de 14.00 à 15.00 hrs

le mardi 7.02.2012 de 15.00 à 16.00 hrs

le mardi 14.02.2012 de 14.00 à 15.00 hrs

le mardi 14.02.2012 de 15.00 à 16.00 hrs

Déroulement des deux après-midi

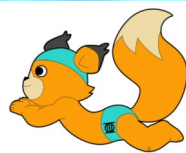
1) Vestiaire à 13.45 - Natation à 14.00 - Vestiaire à 15.00 hrs

2) Vestiaire à 14.45 - Natation à 15.00 - Vestiaire à 16.00 hrs

Inscription pour le 27 janvier 2012 à l'adresse suivante:



Monsieur Guy Treis
11, Eechelsbiärreg
L-9907 Troisvierges



Bulletin d'inscription

L'AS de _____

prendra part aux jeux aquatiques avec _____ **nageurs** de préférence

- ☐ le mardi 7.02.2012 de 14.00 à 15.00 hrs
- ☐ le mardi 7.02.2012 de 15.00 à 16.00 hrs
- ☐ le mardi 14.02.2012 de 14.00 à 15.00 hrs
- ☐ le mardi 14.02.2012 de 15.00 à 16.00 hrs

Nom du dirigeant responsable _____

Téléphone: _____

Email: _____

Rapport de la réunion de la CTS de la LASEP du mardi, 25 octobre 2011 à Strassen

Et waren do: Boever Pierre, Gierenz Steve, Grethen Michèle, Jung Alain, Krier Benoît, Marteling Maryse, Schaack Roland, Senninger Astrid, Serrig Jean, Treis Guy, Wesquet Stéphanie

Entschëllegt: Barthel Jean-Paul, Elcheroth Jeff, Senninger René

An och: Jander Tom (secrétaire général), Kuhn Nicole (secrétaire adjointe)

1. De **compte-rendu vun der leschter Versammlung** den 28.9.2011 gött ugeholl.

2. De Sekretär seet eis dat de Numm „**Sporty**“ fir eist **LASEP-Maskottchen** aus enger ganzer Rei un Virschléi erausgewielt gouf. De Numm an och de Sporty an Aktioun ginn an enger Pressekonferenz der Öffentlechkeet virgestallt.

3. 520 Kanner an 59 Dirigeanten bedeiten e groussen Erfolleg fir den **Young Walkers Day zu Konsdrëf** (13.10.). Mä halen fest fir déi nächst Editioun zesummen mat der FLMP e Wee vun 5 km an en aneren vun 8 km unzebidden, well nëmmen ganz wéineg Sektioonen zäitlech oder iwwerhaapt sech un den Parcours vun 10 km eruwoen.

Eng Maximalzuel vun 60 Kanner haten d'Chance ënnert der Uleedung vum Elisabeth Rath un der Kloterwand zu Kéinzeg ze üben (18./20.10.) Mä kucken op mä am Fréijoer nach eng Kéier eng Méiglechkeet hunn d' **Kloteren** fir weider Kanner unzebidden.



4. Ronn 420 Inscriptiounen sinn fir den **Cross National zu Dikrech** (27.10.) erakomm. D' Michèle an de Jeff hunn 7 Coursen organiséiert an d' Distanz e bëssi no ënnen ugepasst fir den Coursen vun der FLA méi no ze kommen.

5. De **LASEP-Kongress zu Réimech** (10.11.) gött nach emol ugeschwat an d'Invitatioun un de Marcel Bamberg vun der FLF erneiert fir eis iwwert hiren Grassroots-Programm ze schwätzen.

6. Eis Butzen sinn ënnert der Leedung vum Nicole aktiv um **Butzendag** an 4 verschidden Halen: um Kiem (15.11.) mat eisen Leit Michèle, Maryse a Steve, zu Schëffleng (17.11.) mat Nicole, Michèle a Jeff, zu Réimech (22.11.) mat Astrid an zu Dikkrech (22.11.) mat Guy. Am Kontext vum Butzendag halen mär och fest dat et och Aufgab vun der CTS ass all präsent Dirigeanten zur Mathëllef opzefuerderen fir den flotten Oflaf an och d' Sëcherheet bei all Atelier maximal ze garantéieren. De Roland formuléiert eng Zort **Charta de bonne conduite** fir all Dirigeant déi am nächsten CC soll op de Leescht geholl ginn.

7. Den **Indoor-Fussball-Championnat** gëtt vum Jhang nom selwechten Modus wéi déi lescht Joeren organiséiert: Eliminatoiren 22./24./29.11.+ 1./8.12.) an eng Final am Gymnase vun der Coque (15.12.) fir déi beschten Ekippen bei den Debutant an Scolaires.

8. Am Divers stellt de Guy eis seng Iddi vir, fir d'Schwammnomëtteger och fir den Cycle 3 an 4 an der PIDAL zu Walfer ze organiséieren.

Déi **nächst Versammlung vun der CTS** gëtt festgeluecht op den **7.12.2011 um 18.30 Auer** an der Maison des Sports zu Stroossen.

Roland Schaack (président de la CTS)



Rapport de la réunion du CC de la LASEP du lundi, 21 novembre 2011 à Strassen

Présences: JANDER Tom, KIMMEL Steve, KINTZELE-MAJERUS Simone, KUHN – DI CENTA Nicole, RATH Marcel, SCHAACK Roland, SERRIG Jean.

Excusés: HEINEN Simone, RATH Elisabeth, SCHEIDWEILER Marc, WESQUET Stéphanie.

Informations du secrétariat général

- Lors d'un entretien téléphonique la présidente de la LASEP Simone HEINEN a exprimé sa satisfaction quant au déroulement du Congrès ordinaire du 10 novembre 2011 à Remich et a félicité les responsables du Comité Central et de la CTS qui ont contribué à ce succès.
- Le Comité Central est informé des nouvelles directives du COSL concernant les droits d'auteur à payer dans certains cas par les associations sportives luxembourgeoises à la SACEM sous forme d'un tarif annuel forfaitaire.

- Le Brevet Sportif à la Coque aura lieu le mardi 22 mai au lieu du jeudi 24 mai 2012 et la Journée Olympique du COSL aura lieu le 15 juin 2012 au Stade Boy Konen en collaboration avec la CTS de la LASEP.
- Le Comité Central est informé du déroulement de la formation Comenius EURO-MOQS du 17 et 18 novembre à Butgenbach et à Rocherath en Belgique.
- Les réunions d'informations à Kopstal ont été annulées vu le nombre restreint de participants inscrits.
- Un cinquième projet-pilote « Hesper beweegt sech » a été lancé à la commune de Hesperange. Une entrevue avec une délégation du Comité Central et les responsables de l'AS Hesperange a eu lieu le 4 novembre 2011 à Strassen à la Maison des Sports.

Présences obligatoires de délégués des AS

Le Comité Central a retenu trois directives :

- Congrès ordinaire et réunions pour secrétaires : Toutes les AS doivent obligatoirement être représentées par le secrétaire de l'AS ou par son délégué.
- Réunions d'informations pour les nouveaux dirigeants : Tous les nouveaux dirigeants doivent obligatoirement participer à une des réunions d'informations.
- Fêtes sportives : Chaque AS est censée être représentée au moins une fois par année à une fête sportive.

La Commission des finances est chargée de trouver des tarifs appropriés en cas d'absences non-motivées.

Rapport de la réunion de la CTS du 25 octobre 2011

Roland Schaack informe le Comité Central des organisations suivantes: Escalade, Cross National, Butzen Cycle 1+2 et Football Indoor.

En outre il présente un croquis d'une charte LASEP pour nos dirigeants.

Réunion commune CC et CTS

La traditionnelle réunion commune du Comité Central et de la Commission technique et sportive aura lieu le jeudi 26 janvier 2012.

La prochaine réunion du CC aura lieu le mercredi 4 janvier 2012 à 18.30 heures à la Maison des Sports.

Tom Jander (secrétaire général)



Les sponsors de la LASEP

Copieurs - Imprimantes - Fax - Solutions

2, rue Léon Laval - Z.A. Am Bann - L-3372 Leudelange

Tél: **+352 26 380-1**

info@ck-online.lu



KONICA MINOLTA



Comité Olympique et
Sportif Luxembourgeois



mobilités
zentral e service vum
verkéiersverband



vitarium

lalux
ASSURANCES

PIDAL



voyages

emile weber

www.voyages-weber.lu

éischtklasseg reesen

CCPL de la LASEP: IBAN LU77 1111 0110 0847 0000