



LASEP

Ecole fondamentale

BIO 4

2013 - 2014

paraît 10 fois par
année scolaire
imprimé par nos soins

Freed mat Liichtathletik
28. Basketballfest zu Monnerech
Olympiadag vum COSL
Déclarations d'accident



All Gudds a vill Freed fir 2014!

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 2013 - 2014



1^{er} semestre

Mardi	21.1.	Freed mat Liichtathletik (filles + débutants mixtes)
Mardi	28.1.	Freed mat Liichtathletik (garçons + scolaires mixtes)

2^e semestre

Mardi	11.2.	Basketballfest
-------	-------	----------------

Vacances de Carnaval

Mardi	4.3.	Dëschttennisfest a Promo
Mardi	11.3.	Butzen an der Coque
Mardi	18.3.	Schwammspiller cycles 1+2
Jeudi	20.3.	Schwammspiller cycles 1+2
Mardi	25.3.	Schwammspiller cycles 1+2
Jeudi	3.4.	Handballfest

Vacances de Pâques

Mardi	29.4.	Schwammspiller cycles 3+4
Jeudi	8.5.	50 Joer LASEP Multisports à Luxembourg
Mardi	20.5.	Schwammfest à Belair
Mardi	3.6.	Brevet sportif et Mini-Brevet sportif LASEP à la Coque

Vacances de la Pentecôte

Jeudi	19.6.	Fussballfest
Jeudi	26.6.	Volleyballfest a Promo
Mardi	1.7.	Multi-balles-Fest
Jeudi	3.7.	Journée des dirigeants (AS Luxembourg)

Transport - attention !!

Pour des raisons de responsabilité et d'assurances, tous les déplacements officiels avec les licenciés de la LASEP sont à effectuer impérativement par bus ou minibus à charge de la LASEP.



Comité Olympique et
Sportif Luxembourgeois



Olympiadag vum COSL Freideg, de 27. Juni 2014



Comité Olympique et
Sportif Luxembourgeois



Suite au grand succès de la Journée Olympique de l'année 2013 au Stade Boy Konen, le COSL en collaboration avec la LASEP invite les classes du **cycle 4.1 et 4.2** au Rallye Olympique qui aura lieu au

Stade Boy Konen à Cessange

le vendredi, **27 juin** 2014 de **10 à 16** heures.

Le programme de la journée:

- 9.30** accueil des classes
- 10.00** début du premier atelier sportif
- 12.00 - 14.00** déjeuner
- 16.00** fin de la manifestation et retour des classes

Les enfants sont encadrés pendant toute la journée. Veuillez prévoir deux personnes accompagnatrices par classe.

Le nombre des classes est limité à 18!
(maximum des enfants à encadrer: 300)

Intéressé?

**Veuillez vous inscrire avant le
10 février 2014 à l'adresse email suivante:**

nicole.kuhn-dicenta@lasep.lu

Pour toute question supplémentaire
gsm 691 48 55 70



Freed mat Liichtathletik 2014 an der Coque

en collaboration avec la FLA

Catégories et dates:

***1. Mardi, le 21 janvier 2014 : filles scolaires et débutants mixtes
(2 classements différents)***

***2. Mardi, le 28 janvier 2014 : 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. Le nombre des équipes par après-midi est limité à 36.
2. Pour la classification des enfants selon les critères scolaires/débutants, les règles valables pour les sports d'équipe seront appliquées.
3. Toute équipe ne respectant pas le nombre prévu de 5-7 compétiteurs par équipe pourra participer, mais ne sera pas classée au classement général.
4. Une équipe composée de compétiteurs issus de plusieurs AS différentes participera hors concours.
5. 7 élèves pourront être inscrits, mais à chaque épreuve participeront seulement 5 élèves. Pendant l'épreuve, aucun changement dans la composition de l'équipe ne sera permis, même pas pour un 2^e essai, les 5 compétiteurs actifs se voyant munis d'une signalisation visible.
6. Licence LASEP obligatoire !
7. Chaque équipe doit participer à tous les ateliers : course, saut, lancer. Le nombre d'essais par équipe et par atelier sera bien défini à l'avance et ne fera pas objet de négociations sur place. La dernière épreuve sera une course relais à laquelle participeront toutes les équipes.
8. Les ateliers resteront fermés jusqu'au signal officiel du départ. Aucun entraînement sur place n'est autorisé, les préparations devant être faites au sein de l'AS (explications détaillées des ateliers avec illustrations aux pages 6 et 7 de ce BIO). Warm-up commun 10 minutes avant le départ officiel.

Déroulement des épreuves :

Les équipes sont réparties aux ateliers et commencent simultanément. Après **9 minutes**, elles changent d'atelier selon le principe de rotation. Il n'est pas permis de changer l'atelier avant l'accomplissement des 9 minutes, même pas lorsqu'une équipe a terminé son atelier avant les délais.

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.

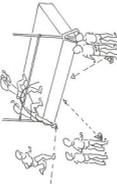
Toute équipe non conforme au règlement ne pourra participer que hors concours.

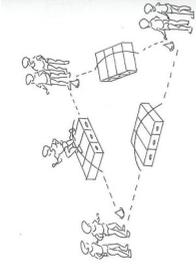
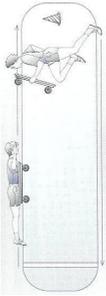
Les inscriptions sont à envoyer pour le 17 janvier 2014 au plus tard auprès du DS jeff.elcheroth@education.lu en indiquant:

- ***le nom de l'Association sportive***
- ***le nom du dirigeant responsable***
- ***son numéro de téléphone et son adresse électronique***
- ***le nombre d'équipes pour chaque catégorie***
- ***la date de la participation des équipes***

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

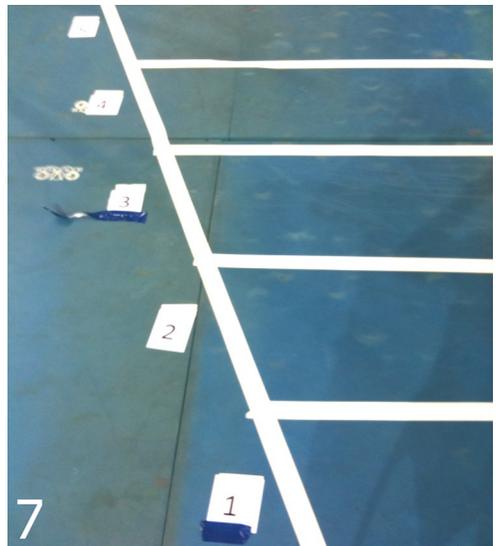
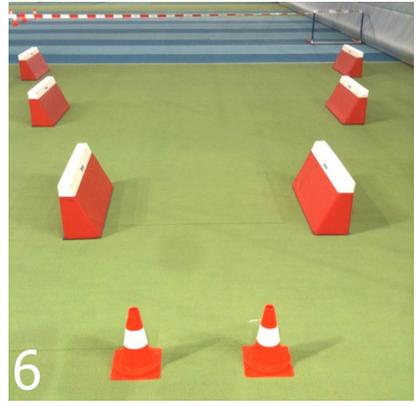


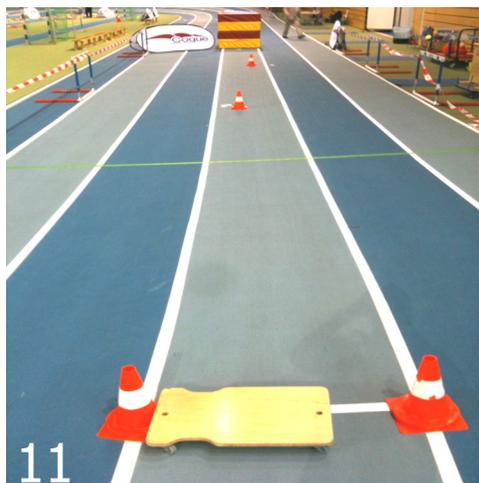
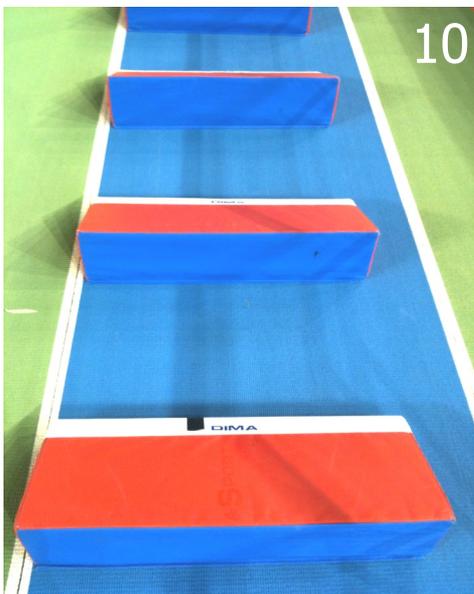
Freem mat LA (1)	Titre atelier	Déroulement	Evaluation
course	1.Sprint	<ul style="list-style-type: none"> parcourir une distance max. en un temps de 5 sec. cônes déposés à partir de 10 m du départ à des intervalles réguliers de 3 mètres (7 cônes pour les garçons) coup de sifflet par le Juge = fin des 5 sec. 	<ul style="list-style-type: none"> 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
	8.Sprint 20 m	<ul style="list-style-type: none"> temps mesuré par chrono chaque enfant court individuellement 	<ul style="list-style-type: none"> résultats de tous les coéquipiers additionnés
	2.Zielspringen	<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> 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
saut	3.Hochsprung	 <ul style="list-style-type: none"> impulsion à une jambe !!! élan limité à 8 m barre à franchir : 90 resp. 80 cm 5 essais max. par sauteur côté au choix 	<ul style="list-style-type: none"> total des meilleures réussites par l'équipe retenu pour le classement
	6.Hürdenüberqueren	<ul style="list-style-type: none"> relais de 5 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 	<ul style="list-style-type: none"> nombre total de haies réussies par équipe en 2 min. 
	4.Medizinballstaffel	<ul style="list-style-type: none"> atteindre une distance max. entre le 1^{er} lanceur et le point d'atterrissage du dernier lancement point d'impact du 1er, 2e, 3e ... lanceur = position de lancer du prochain lanceur balle à lancer à deux mains (poids des balles: filles 2 kg, garçons 3 kg) 	<ul style="list-style-type: none"> plusieurs essais de l'équipe tolérés dans la limite de la durée de 9 minutes distance totale atteinte prise en compte
lancer	7.Medizinball-schocken	<ul style="list-style-type: none"> 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) 	<ul style="list-style-type: none"> zone plus éloignée = plus de points attribués (2m + 0,50 + 0,50+0,50 + 0,50 + 0,50) garçons distances de 75 cm meilleurs essais de l'équipe pris en compte
	12.Wurf ins Netz	<ul style="list-style-type: none"> lancers de précision sur la zone indiquée de la paroi de séparation choix entre 3 distances de lancer, distances plus grandes pour garçons les lancers manquant la zone indiquée seront nuls plusieurs essais de l'équipe tolérés (limite de la durée : 9 minutes) 	<ul style="list-style-type: none"> meilleur essai de chaque participant pris en compte pour le classement

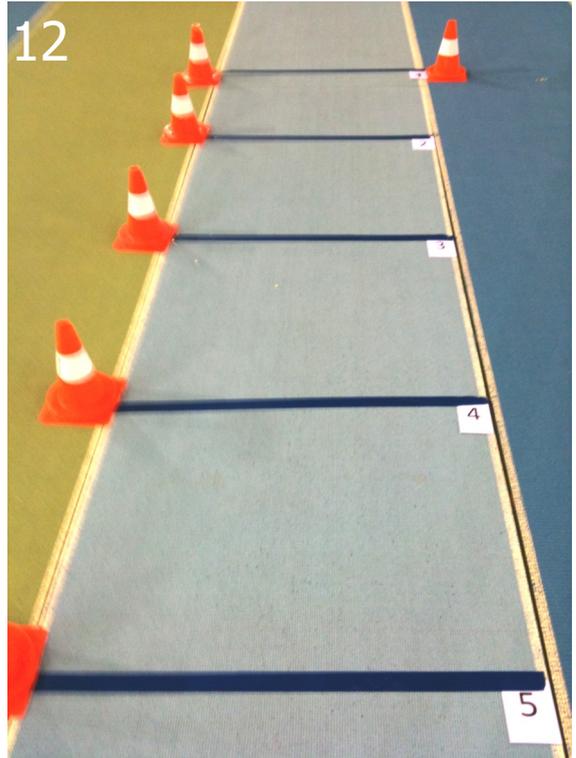
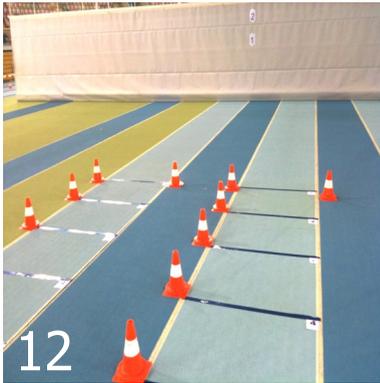
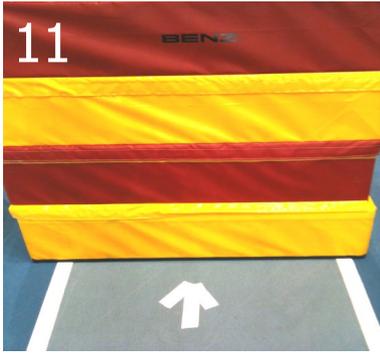
Freed mat LA (2)	Titre atelier	Déroulement	Evaluation
haies	5.Hürden-sprint	<ul style="list-style-type: none"> parcours de 1, 2, 3 obstacles à parcourir par l'équipe des 5 chronomètre mis en route au signal de départ, arrêté à l'arrivée du dernier coureur de l'équipe 	<ul style="list-style-type: none"> meilleur temps du relais de l'équipe pris en compte pour le classement <p>détail haies :</p> 
	10.Hürden-staffel	<ul style="list-style-type: none"> traverser 6 mini-haies alignées, revenir en courant en arrière, 5 haies pour les filles chronomètre mis en route au signal du départ, arrêté à l'arrivée du dernier coureur de l'équipe 	<ul style="list-style-type: none"> temps total du relais de l'équipe pris en compte pour le classement
coordination	9.Bank-springen	<ul style="list-style-type: none"> traverser un banc avec toujours <i>au moins un pied</i> sur le banc en alternant les pieds le 2e 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 2 bancs pour les garçons, alterner jambes en sautant 	<ul style="list-style-type: none"> temps total de passage par l'équipe des 5 chronométré seuls les parcours exécutés de façon exacte pris en compte pour le classement
	11.Roll-brettstaff-fel	<ul style="list-style-type: none"> parcourir une distance de 12 m en slalom couché sur la planche à roulettes revenir en courant 	<ul style="list-style-type: none"> temps total de passage par l'équipe des 5 chronométré
	13.relais 200 m sur la piste	<ul style="list-style-type: none"> 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 5e coureur les résultats au relais comptent 2 fois pour le classement final!! 	<ul style="list-style-type: none"> chronomètre pour chaque équipe mis en marche au signal du départ et arrêté lorsque le 5e 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
épreuve finale	<p style="text-align: right;">en vert : nouveautés 2014</p>		



8







28^e Fête de Basketball pour filles et garçons le mardi, 11 février 2014 à Mondercange (en collaboration avec la FLBB)

1. DATE et LIEU : le 11 février de 14.30 à 17.00 hrs à Mondercange avec deux tournois différents pour filles et garçons.

2. Un SECRETARIAT sera ouvert à partir de 13.50 heures pour: recevoir la composition des équipes; procéder au contrôle des inscriptions; assurer le déroulement des rencontres à jouer simultanément sur plusieurs terrains.

Pour pouvoir respecter l'horaire établi par le directeur sportif, toutes les équipes doivent être présentes à l'appel. Un coup d'envoi unique sera donné pour les matches à disputer simultanément sur trois terrains.

3. EQUIPES

Chaque équipe pourra se composer de 10 joueurs scolaires avec 1 joueur minime au maximum. Les équipes mixtes participeront au tournoi pour garçons.

**Attention: tous les participants doivent être licenciés LASEP, et faire partie de l'enseignement fondamental : Scolaires: à partir du 1^{er} sept 2000-01-02-03
Minimes : 2000**

4. DUREE DES RENCONTRES

Le temps de jeu dépend du programme en fonction du nombre d'équipes inscrites. Des temps-morts ne sont pas prévus. Un changement de joueur est possible à chaque arrêt de jeu.

12 Attention! Les joueurs/joueuses doivent impérativement être licencié(e)s LASEP à la date d'inscription du 30.1.2014

5. REGLES DE JEU

On joue suivant les règles de la FLBB avec les exceptions stipulées ci-après: il n'y a pas de feuille de match et les fautes personnelles ne sont pas comptabilisées, l'arbitre peut expulser, après avertissement, un joueur pour comportement antisportif, la ligne des coups francs est avancée, il n'y a pas de retour en zone et le chrono n'est pas arrêté.

6. ARBITRAGE

Les rencontres seront dirigées par des arbitres de la fédération.

7. CLASSEMENT

Le classement dans les éliminatoires se fait par l'addition des points obtenus comme suit: match gagné: 2 pts, match nul: 1 pt, match perdu: 0 pt.

En cas d'égalité de points entre deux ou trois équipes, on tiendra compte du résultat obtenu lors de la rencontre opposant les équipes concernées. ("direkte Vergleich").

En cas de nouvelle égalité, 5 joueurs de chaque équipe lancent chacun 1 coup franc.

En cas d'égalité pendant les finales, on joue une prolongation de 2 minutes.

En cas de nouvelle égalité après cette prolongation, la rencontre est continuée et l'équipe qui marque le premier panier est déclarée vainqueur; la rencontre est arrêtée aussitôt.

8. L'équipe qui ne répondra pas au présent règlement pourra participer à la fête, mais hors concours. Elle sera classée dernière de la poule concernée.

9. Tout cas non prévu par ce règlement sera tranché par le jury qui a la charge de surveiller le bon déroulement de la fête. La participation à la fête implique l'acceptation des règlements LASEP.

Inscription pour le 30 janvier 2014 au plus tard

28. Basketfest vun der LASEP fir Meedercher an 28. Basketfest vun der LASEP fir Jongen (en collaboration avec la FLBB)

Dönschdes, den 11. Februar 2014 zu Monnerech

Inscription

Toute licenciée ne pourra participer qu'à une fête BB, soit fête pour filles ou fête pour garçons en équipe mixte.

Sur le terrain, il ne peut évoluer qu'un seul minime (né en 2000) dans l'équipe scolaire.

Les inscriptions sont à renvoyer pour le
30 janvier 2014 *au plus tard à*
l'adresse email pierre.boever@education.lu
en indiquant:

- *le nom de l'Association sportive*
- *le nom du dirigeant responsable*
- *son numéro de téléphone et son adresse électronique*
- *le nombre d'équipes de filles et de garçons*

ATTENTION ! La CF ne prend en charge qu'un seul dirigeant par équipe



En cas d'accident, téléchargez sur www.lasep.lu:

1) concernant la fiche de déclaration d'accident de travail (**adultes**)

LASEP 3, route d'Arlon L-8009 Strassen

Association d'assurance contre les accidents - adresse postale: L-2978 Luxembourg
DÉCLARATION D'ACCIDENT DU TRAVAIL / DE TRAJET

EMPLOYEUR	1.01 Dénomination de l'entreprise / de l'établissement scolaire / de l'administration ou nom et prénom de l'employeur		G
	1.02 Adresse		
	1.03 Numéro d'affiliation de l'entreprise auprès de la sécurité sociale : <input type="text"/> - <input type="text"/> <input type="text"/>		
	2.01 Nom, prénom	2.05 La victime occupe-t-elle (emploi dans le cadre d'un emploi permanent (contrat à durée indéterminé) un emploi temporaire ou de nature similaire. <u>En</u> Intérimaire veuillez indiquer le nom et l'adresse de le numéro d'affiliation auprès de la sécurité sociale (
	2.02 Adresse	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	

14 « **emploi permanent** »

Uniquement pour les séances d'entraînement hebdomadaires au cas où le dirigeant est rémunéré par une **décharge du MENFP** dans la tâche ou comme leçon supplémentaire.

« **emploi temporaire** »

Pour toutes les activités rémunérées par la **CF de la LASEP**.

2) concernant la fiche de déclaration d'accident au périscolaire (**enfants**)

LASEP 3, route d'Arlon L-8009 Strassen

Association d'assurance accident - adresse postale : L-2978 Luxembourg
DÉCLARATION D'ACCIDENT SURVENU DANS LE CADRE DE L'ENSEIGNEMENT SCOLAIRE OU LORS D'UNE ACTIVITÉ PÉRISCOLAIRE

ETABLISSEMENT	1.01 Dénomination de l'établissement d'enseignement scolaire, de l'organisateur de l'activité périscolaire ou de l'organisme d'accueil agréé par l'Etat		Case n
	1.02 Adresse		
	1.03 Numéro d'affiliation de l'établissement, de l'organisateur de l'activité périscolaire ou de l'organisme d'accueil agréé par l'Etat auprès de la sécurité sociale (si un tel numéro a été attribué) <input type="text"/> - <input type="text"/> <input type="text"/>		

3) concernant **les deux fiches de déclaration d'accident**

Le point 3.02 est à remplir par le secrétaire général.

Adultes:

3.02 Date et heure de la déclaration à l'employeur jour/mois/année - heure : minute
 / / - h: min

Enfants:

3.02 Date et heure de la déclaration au signataire repris sous 5.01 jour/mois/année - heure : minute
 / / - h: min

Les points 5.01, 5.02, 5.03, 5.04 et 5.05 sont à remplir par le secrétaire général.

SIGNATAIRE	5.01 Nom et prénom du signataire <input type="text"/>	5.04 Lieu, date <input type="text"/> , le <input type="text"/> jour
	5.02 Fonction du signataire <input type="text"/>	5.05 Signature du bourgmestre, du directeur ou délégué, de l'organisateur de l'activité périscolaire, l'organisme d'accueil agréé par l'Etat ou le cas échéant sécurité dans la fonction publique. Cachet.
	5.03 Numéro de téléphone / télécopie : <input type="text"/> <input type="text"/>	Prière de remplir toutes les rubriques avant ! Tout formulaire incomplet se

Toutes les fiches de déclaration d'accidents sont à remplir complètement et sans délai par le dirigeant. Les déclarations non-conformes sont renvoyées par l'Association d'assurance contre les accidents (AAA).



En cas de questions, veuillez contacter le secrétariat général ou consulter www.aaa.lu! Merci de votre collaboration!



Les sponsors de la LASEP

ALL ABOUT PRINTING

G R O U P E
CK
CHARLES KIEFFER

2, rue Léon Laval Z.A. am Bann
L-3372 Leudelange
Tél. : 26 380-1
info@ck-online.lu
www.ck-online.lu



KONICA MINOLTA



Comité Olympique et
Sportif Luxembourgeois



PIDAL

lalux
ASSURANCES



voyages
emile weber

www.voyages-weber.lu

éischtklasseg reesen

CCPL de la LASEP: IBAN LU77 1111 0110 0847 0000