



LASEP

Ecole fondamentale

BIO 7

2012 - 2013



paraît 10 fois par
année scolaire
imprimé par nos soins

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 2012 - 2013

<i>Ma</i>	<i>7.05.</i>	<i>Ausdauerlaf</i>
<i>Je</i>	<i>16.05.</i>	<i>Basketfest</i>
<i>Je</i>	<i>23.05.</i>	<i>Duathlon</i>
<i>Ma</i>	<i>4.06.</i>	<i>Brevet sportif à la Coque</i>
<i>Je</i>	<i>13.06.</i>	<i>Fussballfest</i>
<i>Ma</i>	<i>25.06.</i>	<i>Volleyballfest</i>
<i>Ma</i>	<i>2.07.</i>	<i>Schwammspiller Cycle 1+2</i>
<i>Je</i>	<i>4.07.</i>	<i>Schwammspiller Cycle 1+2</i>
<i>Ve</i>	<i>5.07.</i>	<i>Journée des Dirigeants à Lasauvage</i>

● Activités supplémentaires: Responsabilité

- **Attention!** Toute activité dans le cadre de la LASEP (excursions, patinoire, escalade,...) qui ne fait partie ni du calendrier officiel de la CTS, ni des séances hebdomadaires d'entraînement accordées par la CF doit être **obligatoirement accordée préalablement** par le secrétariat général.

La demande contient le nom de l'AS, le nom du dirigeant responsable, la date, l'horaire et le lieu de l'activité.

Merci d'avance!

La LASEP au COSL Spillfest

La LASEP participe au COSL Spillfest qui aura lieu le jeudi 9 mai 2013 à Kockelscheuer avec un atelier ludique multisport.

Le CC et la CTS invitent tous les intéressés à venir assister à cette activité.

Avis aux amateurs!



Cher(e)s collègues

LASEP

3, route d'Arlon
L-8009 Strassen

concerne: Natation LASEP 2013-14

Le Comité Central tient à vous rappeler sa décision du lundi, 4 février 2013 publiée au BIO 5. A partir de la rentrée 2013-14, la détention du brevet Junior Lifesaver de la FLNS est impérativement requise pour tout dirigeant assurant des cours de natation LASEP. La présence physique d'un maître-nageur agréé n'en dispense pas.

Pour éviter tout problème juridique en cas d'accident, le Comité Central exige des dirigeants concernés de se conformer à cette directive.

La LASEP organisera des cours spécifiques en vue de l'obtention du brevet Junior Lifesaver au cours du 3^e trimestre. Les secrétaires des AS sont invités d'ores et déjà à communiquer aux intéressés les informations suivantes:

Lundi, 22 avril 2013 à 19.00 hrs : séance d'information et d'inscription au siège de la LASEP à Strassen

Selon les besoins et compétences individuels, les candidats auront le choix de se présenter à la Piscine intercommunale PIDAL à Walferdange aux dates et horaires suivants :

de 10.30 à 12.30 hrs les samedis

27.04. – 04.05. – 11.05. – 18.05. – 08.06. – 15.06. – 22.06. – 29.06. – 06.07. et 13.07.

Les horaires seront également notés dans le BIO 7 qui paraîtra sous peu.

Pour tout renseignement supplémentaire, veuillez contacter Nicole Kuhn-Di Centa

GSM : 691 48 55 70

E-Mail : nicole-kuhn-dicenta@lasep.lu

Salutations sportives

Journée des dirigeants 2013 - Save the date!!

D'Journée ass dëst Joer Freides de 5. Juli zu Lasauvage (Gemeng Déifferdeng)

Programm

Rendez-Vous um 18:00 Auer bei der Schoul zu Lasauvage.

Visite vun der Naturschoul, dem Hébergement an den Alentouren.

19:15 Auer : Eirewäin offréiert vun der Gemeng Déifferdeng am Festsall
ënnert der Schoul.

20:00 Auer : Iessen am Hotel Presbytère, Table du Curé, niewt der Kierch.

Menu

Entrée: Buffet froid

Hauptplat au choix:

1. Emincée de volaille au curry, riz pilaf
ou
2. Escalope de saumon à l'oseille
ou
3. Cannelloni ricotta

Dessert: Buffet

Maacht w.e.g. eng global Umeldung pro AS bis spéitstens de 24.Juni.

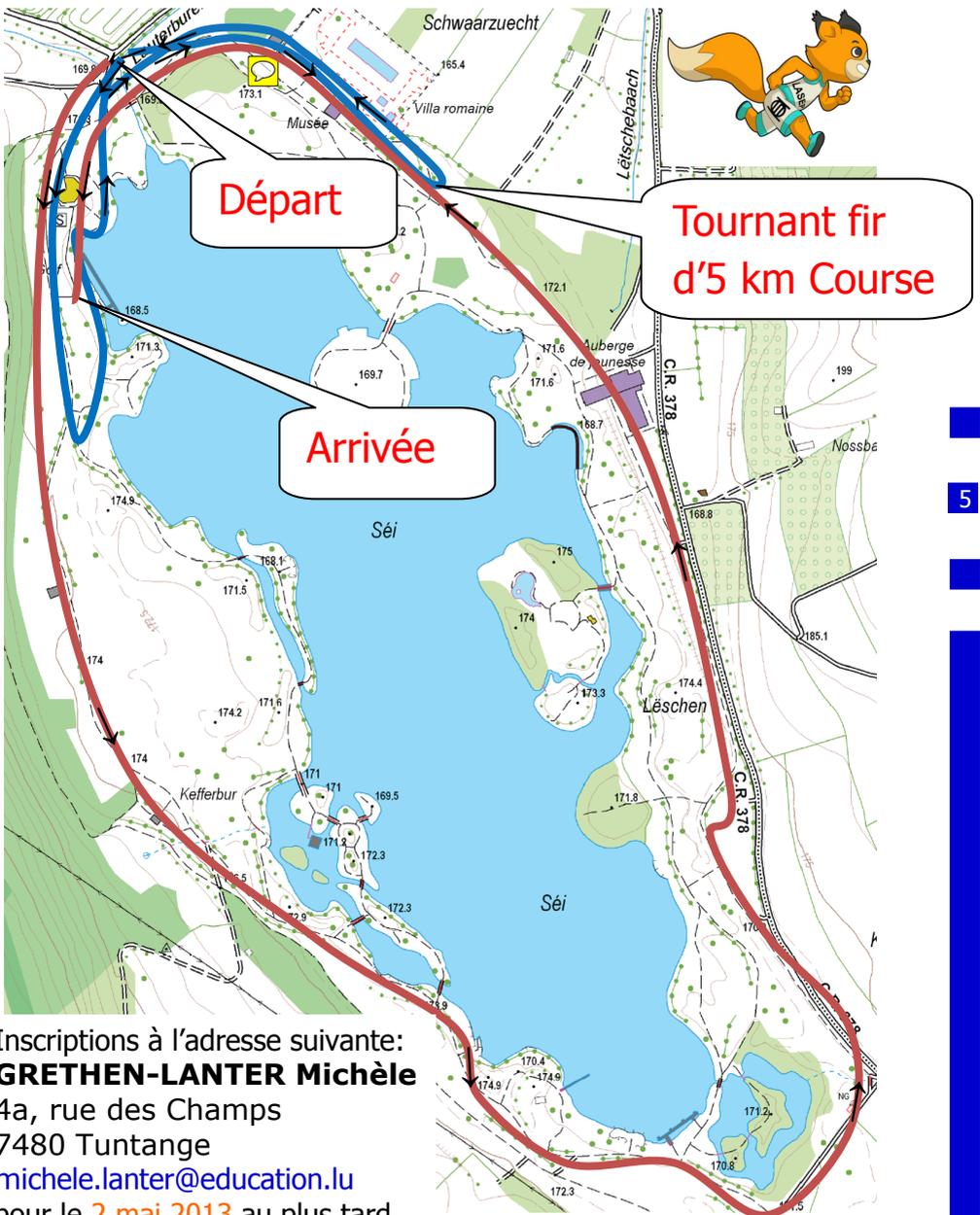
Josée Schwachtgen: josée.schwachtgen@education.lu GSM 691 585759

Valérie Weber: valérie.weber@education.lu GSM 691 472982



Ausdauerlaf zu Iechternach - Dënschdes, de 7.5.2013

Rendez-vous virum Laf: 14.45! Ofhuelen vun den Dossarden bis 14.30!
5 km chronométréiert Course (bloen a roude Wee): Départ ém 15.00!
3,7 km Jogging a Walking ronderëm de Séi (nëmme de roude Wee):
Départ, wann d'Leefer vun der Course all um Départ beim Parking passéiert sinn.



Inscriptions à l'adresse suivante:
GRETHEN-LANTER Michèle
4a, rue des Champs
7480 Tuntange
michele.lanter@education.lu
pour le **2 mai 2013** au plus tard.

Ausdauerlaf zu Iechternach, de 7.5.2013

Inscription au Jogging

L' AS de _____ prendra part le mardi,
7 mai 2013 au jogging et walking « ronderëm de Séi » à Echternach
avec _____ enfants et _____ dirigeants.

Nom du dirigeant responsable: _____

Téléphone: _____

Email: _____

Inscription à la course chronométrée de 5 km

L' AS de _____ prendra part le mardi,
7 mai 2013 à la course chronométrée de 5 km « ronderëm de Séi » à
Echternach avec les athlètes suivants:

6

nom

prénom

sexe

1) _____

2) _____

3) _____

4) _____

5) _____

6) _____

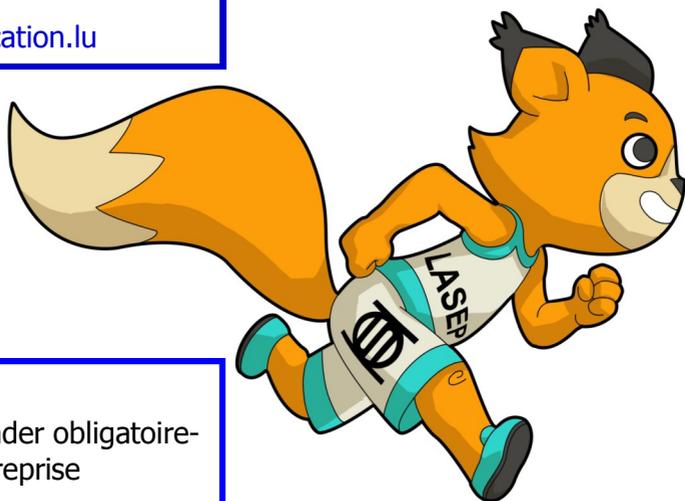
Nom du dirigeant responsable: _____

Tél: _____

Email: _____

**Un secrétariat sera ouvert à partir de 14.00 heures où
les dossards seront à reprendre à 14.30 au plus tard.
Départ à 15.00 pile!!**

Prrière de vous inscrire avant le
2 mai 2013 à l'adresse suivante:
GRETHEN-LANTER Michèle
4a, rue des Champs
7480 Tuntange
michele.lanter@education.lu

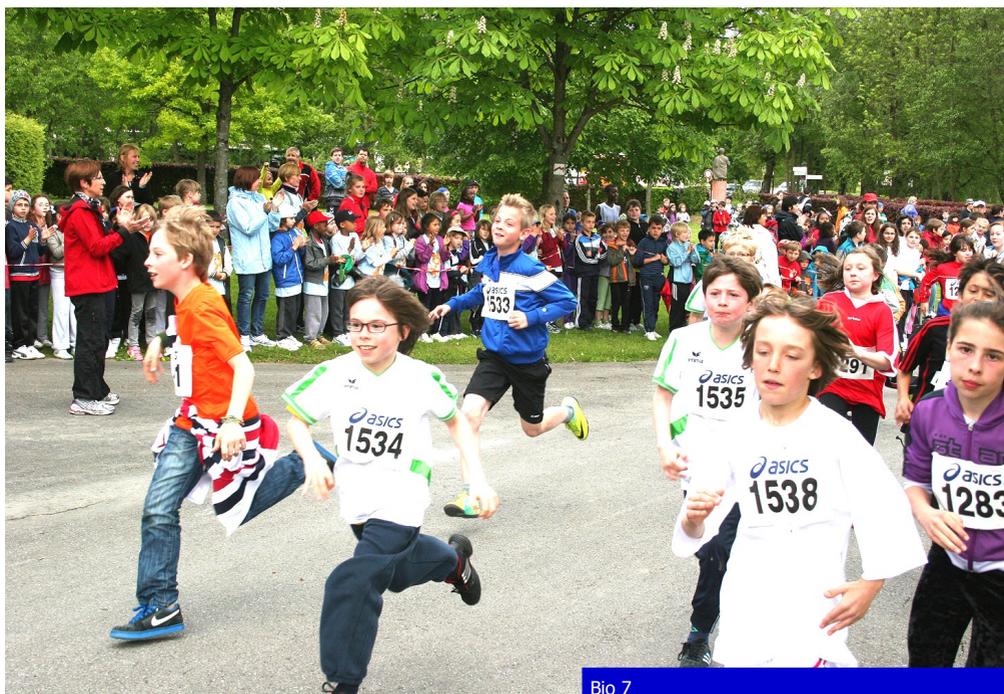


Attention:

Le bus est à commander obligatoirement auprès de l'entreprise

VOYAGES EMILE WEBER

si possible avec une AS voisine!



27. Basketfest pour filles et garçons le jeudi, 16 mai 2013 à Mondercange (en collaboration avec la FLBB)



1. DATE et LIEU : le 16 mai 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 1999-00-01-02
Minimes : 1999**

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.

8 **Attention! Les joueurs/joueuses doivent impérativement être licencié(e)s LASEP à la date d'inscription du 8.5.2013**

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 8 mai au plus tard

27. Basketfest vun der LASEP fir Meedercher an 27. Basketfest vun der LASEP fir Jongen (en collaboration avec la FLBB)

Donneschdes, den 16. Mai 2013 zu Monnerech

Bulletin d'inscription

Attention: les joueurs doivent impérativement être licencié(e)s LASEP à la date d'inscription du 8 mai 2013

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

Tous les enfants qui participent à la fête sportive doivent être licenciés LASEP et faire partie de l'enseignement fondamental. Sur le terrain, il ne peut évoluer qu'un seul minime (né en 1999) dans l'équipe scolaire.

L'association sportive de _____

participera au 27^e Basketfest avec:

_____ équipe(s) filles

_____ équipe(s) garçons



Dirigeant responsable: _____ tél: _____

E-mail : _____

à renvoyer pour le **8 mai 2013** au plus tard à
l'adresse suivante:

Monsieur
Pierre BOEVER
10, rue de l'école
L-3317 BERGEM
pierre.boever@education.lu



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

600m lafen - 3 km Velo - 600m lafen

Groussen Duathlon zu Roodt/Syre

am flotte Schoulhaff

Donneschdeg, 23. Mee 2013

fir d'Joergäng 2000, 2001, 2002, 2003

Programm:

- Départ um 14.30 Auer
- 10 ● Zesumme fuere mir de
- Parcours of fir eis waarm
- ze man.



Duerno Course mat
Chronométrage.

Géint 16.00 Auer pake mir
eis Vëloen erëm an.

Ganz wichteg:

Dir musst ären **VTT** matbréngen. **Et fiert keen ouni Casque.**
Veloshännche si staark rekommandéiert.

Den Dossard kritt dir op der Plaz.

Mellt iech un bis den **19. Mee 2013** per Mail op
jualain@internet.lu !

Groussen Duathlon zu Roodt/Syre

Bulletin d'inscription

600m lafen - 3 km Velo - 600m lafen



Donneschdeg, den 23. Mee 2013

L' AS de _____

participera au duathlon chronométré avec:

nom

prénom

sexe

catégorie d'âge
(débutant/scolaire)

1) _____

2) _____

3) _____

4) _____

5) _____

6) _____

Prière de vous inscrire avant le **19 mai 2013**

jualain@internet.lu

Nom du dirigeant responsable: _____

Téléphone: _____

Email: _____

Brevet sportif LASEP et Brevet sportif national

Où? à la **COQUE** au Kirchberg
dans la grande arène de **14.00 à 16.00hrs**
et à la piscine olympique de **15.00hrs à 17.00hrs**

Quand? le mardi, 4 juin 2013

Qui? Pour les licencié(e)s LASEP né(e)s
en 2003, 2002, 2001, 2000 et 1999



Epreuves à réussir:

- | | |
|--------------|--|
| à l'arène | a. sprint 50m/75m |
| | b. saut: longueur <u>ou</u> hauteur |
| | c. course à pied: 800m (filles)
1000m (garçons) |
| à la piscine | d. 50m |

12 pour les **performances** voir tableau à la page 11 de ce BIO

Règlement:

- Pour le brevet de la LASEP, le candidat doit avoir réussi 3 des 4 épreuves a, b, c, d au moins dans les performances 'bronze' du brevet sportif national.
- Les médailles de la LASEP sont remises après la réussite, le diplôme et l'Insigne National seront remis plus tard par Monsieur le Ministre des Sports.
- N.B. Les éventuelles performances – piscine et vélo déjà accomplies sous contrôle d'un dirigeant LASEP, sont considérées pour le brevet.

Attention: Il faut savoir nager pour franchir 50m dans le bassin olympique.

**Inscription pour le 23 mai 2013
au secrétariat général**

	Filles nées en 2003		
	Bronze	Argent	Or
50 m	10.5	10.0	9.5
Longueur	2.00 m	2.40 m	2.80 m
Hauteur	0.70 m	0.80 m	0.90 m
Balle (80 g)	10.0 m	12.0 m	17.0 m
Natation 50 m	1:22	1:18	1:14
Vélo 5 km	15:00	14:00	13:00
Natation 500 m	19:30	19:00	18:30
Course 800 m	5:40	5:00	4:20

	Garçons nés en 2003		
	Bronze	Argent	Or
50 m	10.4	9.9	9.4
Longueur	2.30 m	2.60 m	2.90 m
Hauteur	0.75 m	0.85 m	0.95 m
Balle (80 g)	15.0 m	20.0 m	27.0 m
Natation 50 m	1:18	1:14	1:10
Vélo 5 km	15:00	14:00	13:00
Natation 500 m	19:00	18:30	18:00
Course 1000 m	6:10	5:40	5:10

	Filles nées en 2002		
	Bronze	Argent	Or
50 m	10.2	9.7	9.2
Longueur	2.20 m	2.60 m	3.00 m
Hauteur	0.75 m	0.85 m	0.95 m
Balle (80 g)	12.0 m	15.0 m	20.0 m
Natation 50 m	1:18	1:14	1:10
Vélo 5 km	14:00	13:00	12:00
Natation 500 m	19:00	18:30	18:00
Course 800 m	5:30	4:50	4:10

	Garçons nés en 2002		
	Bronze	Argent	Or
50 m	10.0	9.5	9.0
Longueur	2.50 m	2.80 m	3.10 m
Hauteur	0.85 m	0.95 m	1.05 m
Balle (80 g)	18.0 m	23.0 m	30.0 m
Natation 50 m	1:14	1:10	1:06
Vélo 5 km	14:00	13:00	12:00
Natation 500 m	18:30	18:00	17:30
Course 1000 m	5:55	5:25	4:55

	Filles nées en 2001		
	Bronze	Argent	Or
50 m	10.0	9.5	9.0
Longueur	2.40 m	2.80 m	3.20 m
Hauteur	0.80 m	0.90 m	1.00 m
Balle (80 g)	15.0 m	18.0 m	23.0 m
Natation 50 m	1:14	1:10	1:06
Vélo 5 km	13:00	12:00	11:00
Natation 500 m	18:30	18:00	17:30
Course 800 m	5:20	4:40	4:00

	Garçons nés en 2001		
	Bronze	Argent	Or
50 m	9.7	9.2	8.7
Longueur	2.80 m	3.10 m	3.40 m
Hauteur	0.90 m	1.00 m	1.10 m
Balle (80 g)	22.0 m	27.0 m	34.0 m
Natation 50 m	1:10	1:06	1:02
Vélo 5 km	13:00	12:00	11:00
Natation 500 m	18:00	17:30	17:00
Course 1000 m	5:45	5:15	4:45

	Filles nées en 2000		
	Bronze	Argent	Or
75 m	13.9	13.0	12.1
Longueur	2.70 m	3.00 m	3.30 m
Hauteur	0.85 m	0.95 m	1.05 m
Balle (80 g)	19.0 m	22.0 m	27.0 m
Poids (3kg)	3,00 m	4,00 m	4,75 m
Natation 50 m	1:08	1:04	1:00
Vélo 5 km	28:00	26:00	24:00
Natation 500 m	18:00	17:30	17:00
Course 800 m	5:00	4 :25	3:50

	Garçons nés en 2000		
	Bronze	Argent	Or
75 m	13.4	12.4	11.4
Longueur	3.10 m	3.40 m	3.70 m
Hauteur	1.00 m	1.10 m	1.20 m
Balle (200 g)	24.0 m	29.0 m	34.0 m
Poids (4 kg)	5,75 m	6,50 m	7,50 m
Natation 50 m	1:04	1:00	0:56
Vélo 5 km	28:00	26:00	24:00
Natation 500 m	17:30	17:00	16:30
Course 1000 m	5:20	4:50	4:30

	Filles nées en 1999		
	Bronze	Argent	Or
75 m	13.7	12.8	11.9
Longueur	3.00 m	3.20 m	3.50 m
Hauteur	0.90 m	1.00 m	1.10 m
Balle (80 g)	22.0 m	25.0 m	30.0 m
Poids (3kg)	3,50 m	4,50 m	5,25m
Natation 50 m	1:06	1:02	0:58
Vélo 5 km	24:00	23:00	21:30
Natation 500 m	17:30	17:00	16:30
Course 800 m	4:40	4 :10	3:40

	Garçons nés en 1999		
	Bronze	Argent	Or
75 m	13.0	12.0	11.0
Longueur	3.40 m	3.70 m	4.00 m
Hauteur	1.05 m	1.15 m	1.25 m
Balle (200 g)	27.0 m	32.0 m	37.0 m
Poids (4 kg)	6,00 m	7,00 m	8,00 m
Natation 50 m	1:02	0:58	0:54
Vélo 5 km	24:00	23:00	21:30
Natation 500 m	17:00	16:30	16:00
Course 1000 m	5:00	4:30	4:10

LASEP – Brevet sportif à la COQUE, mardi 4 juin 2013

Arrivée des participants: à partir de 13.45 hrs

Horaire: activités dans l'arène de 14.00hrs à 16.00hrs
piscine de 15.00 hrs à 17.00 hrs

Informations aux dirigeants :

1. Veuillez préparer une liste des candidats avec noms, adresses et date de naissance.
2. Les fiches d'évaluation vous seront remises à l'accueil.
3. Les fiches seront véhiculées d'atelier en atelier par les enfants sous surveillance des dirigeants.
4. Avant de passer à la piscine, le dirigeant rassemble les fiches de son groupe.
5. A la fin des épreuves, chaque enfant remet sa fiche au secrétaire général et aura, 3 des 4 catégories réussies, la médaille LASEP.

Déroulement pratique à la Coque:

- **Entrée III boulevard Kennedy,**
- **voie réservée BUS et stationnement BUS**



- Avant de descendre dans l'arène, les enfants et les dirigeants doivent obligatoirement changer les souliers : **il est défendu de circuler dans l'arène sans chaussures de sport.**

14

Les participants font le tour des différents ateliers, le candidat remet sa fiche d'évaluation au responsable de l'atelier, l'épreuve terminée l'enfant reprend sa fiche. La même manœuvre se répète dans chaque atelier.

Le groupe ayant terminé ses épreuves dans l'arène peut passer à la piscine-bassin d'entraînement, le dirigeant rassemble les fiches. Les enfants mettent leur maillot de bain aux vestiaires.

A la piscine les enfants ne portent plus leur dossard, le dirigeant amène les fiches d'évaluation – à garder aussi sèches que possible.

A la sortie de l'arène (3 épreuves) ou de la piscine (4 épreuves), l'enfant remet les fiches d'évaluation au secrétaire général.

Chaque participant ayant réussi dans trois des quatre catégories

- Catégorie 1 : 50m/75m
- Catégorie 2 : longueur ou hauteur
- Catégorie 3 : natation 50m
- Catégorie 4 : course 800m/1000m



recevra la médaille du brevet sportif LASEP près de l'entrée/sortie III de nouveau du côté boulevard Kennedy.

Le candidat ayant réussi les quatre catégories aura la médaille LASEP et recevra en plus dans une séance spéciale à une date à fixer le diplôme et l'insigne du brevet sportif national des mains du Ministre des Sports.

Les partenaires 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



voyages

emile weber

www.voyages-weber.lu

éischtklasseg reesen

**BETONS
matériaux
s.a.**

POUR VOS BETONS
ET TRAVAUX DE POMPAGE

Centrales à

Route de Remich
Luxembourg- Findel
Tél. : 42.68.26
42.68.28
Fax : 42.68.27

Route de Luxembourg
Roost / Mersch
Tél. : 85.90.43
Fax : 85.90.53

Demande de prix :
Tél. : 26.68.41.98
Fax : 26.68.41.99

Adresse postale :
1, Breedewues
L-1259 SENNINGERBERG
Tél.: 42.92.62-1

CCPL de la LASEP: IBAN LU77 1111 0110 0847 0000