

SOMMAIRE

SOMMAIRE	1
EDITORIAL	2
SECRETARIAT	3
<i>PV du CA du 6 Octobre 09</i>	3
Avis.....	4
TRESORERIE	4
<i>Rappel des n° de compte</i>	4
<i>Compte amendes</i>	4
CELLULE COMPETITION	5
<i>RESULTATS</i>	5
<i>CLASSEMENTS OFFICIELS AU 30/10/0</i>	7
<i>CHANGEMENTS DE MATCHES</i>	10
CARTES JAUNES ET ROUGES.....	10
Amendes.....	11
<i>JEUNES</i>	14
Contacts.....	14
Résultats.....	15
CLASSEMENTS.....	17
AMENDES JEUNES.....	18
<i>LOISIRS</i>	19
RESULTATS DES MATCHS :.....	19
CLASSEMENTS :.....	20
CHANGEMENTS DE MATCHS :.....	21
AMENDES ET FRAIS ADMINISTRATIFS :.....	21
INTERET GENERAL	22

EDITORIAL

MERCI ! MERCI !

Aux 6 ou 7 (peut-être 8 sur 218 ;-)) assez concernés pour avoir répondu à mon petit sondage sur cette publication.

Vos avis seront exposés au prochain CA et je ne manquerai pas de vous faire part de la suite de notre réflexion sur la parution et/ou la forme de ce Bulletin Officiel.

Ceci dit, les 210 autres comprendront peut-être que ce soir j'ai du mal à me triturer le cerveau pour trouver l'un ou l'autre sujet qui pourrait les intéresser. Il y a des jours et il y a des lunes...

Mes petites réflexions philosophiques sur le repli sur soi, le respect, l'engagement ou autres bêtises du style vont rester sagement bien au chaud dans un recoin de mon hémisphère gauche ...

Le prochain numéro est prévu le 1 décembre 09

Bonne Lecture

Dany

SECRETARIAT

PV du CA du 6 Octobre 09

Présents : Ph. Achten, C. Bolkaerts, H. Broun, J. Ruyffelaert, F. Remacle, D. Bourguignon, JC. Debatty, JC. Baccus, T. Khuc, J. Henrard, P. Decraene, C. Lemoine

1) **Suivi :** a) réunion RVV et cellule Formation

J. Henrard nous a transmis le rapport. C. Lemoine fait remarquer qu'il faudra changer le protocole d'accord. J. Henrard signale que cette réunion a prévu une évaluation à la fin de cette saison (mai) et que nous attendrons celle-ci avant de modifier le protocole et de le proposer aux AG. Le rapport est approuvé.

b) réunion intercellules :

Elles devra avoir lieu AVANT le prochain CA

c) Composition des cellules

Les différentes cellules sont approuvées. D. Bourguignon fera paraître dans le prochain BO

2) **Tour des cellules :**

a) *Formation :*

La journée d'évaluation des jeunes à Malmedy a été un gros succès de participation : 60 pupilles et 90 minimes. Il faudra prévoir une plus grande salle l'année prochaine. On a dû être assez directif avec les clubs surtout en minimes.

En pupilles, les gens se sont adaptés mais en minimes, ils voulaient tous aller en 4/4.

Ph. Achten demande si cela ne vaudrait pas la peine de communiquer sur cette journée avec compte rendu et pourcentage de présence. J. Henrard fera un petit résumé.

Réunion précalendrier : étape un peu plus houleuse... après la publication du précalendrier certains se sont rendus compte qu'il n'y avait pas assez d'activités. Une impression de manque de coordination entre les cellules compétition et formation a pu apparaître.

Pour éviter cette impression J. Henrard suggère une attitude plus directive du responsable des jeunes qui à son avis, essaie trop de tenir compte des desideratas des clubs.

Une réunion des différents responsables sera programmée avant les pré-calendriers du 2^{ème} tour.

Une réunion avec Ph. Halleux éventuelle reprenant de l'édition du coin de l'entraîneur a eu lieu. Ph. Halleux a demandé un moment de réflexion avant de s'engager

Une participation de l'AIF peut être envisagée. C. Lemoine rencontrera A. Daffe ce jeudi

Un interprovince est prévu à Perwez lors du congé de Toussaint. La province doit désigner un arbitre pour la journée

Le cours d'arbitrage s'annonce bien 9 candidats inscrits, la plupart issus de club sans arbitre.

b) *Communication :*

Par manque de matière le BO prévu le 15 septembre a dû être décalé. La question est posée du contenu du BO et de la périodicité de celui-ci.

Il semble que la parution d'un BO tous les premiers mardi du mois serait une bonne solution

Le point sera rediscuté à la prochaine réunion

c) *Compétition :*

JC Debatty signale la difficulté d'organiser les tournois scolaires et juniors.

Beach : mardi prochain à la Renaissance, Th. Malherbe fait une réunion de débriefing de la saison passée

En Loisirs, un problème de numéros d'équipes à Tihange. (réglé)

Des documents non en ordre sont à l'origine des forfaits appliqués en provinciale

Une discussion s'engage sur la question de la grève de la poste et des amendes qui seront éventuellement appliquées

Une question est posée quant aux amendes concernant la communication des résultats par mail ?

JC Debatty réfléchira pour le prochain CA.

3. Divers :

- a) prix du fair play de la Province de Liège :
De gros doutes sont émis sur le déroulement réel du match qui a valu à Neupré l'attribution de ce prix.
Le CA s'interroge sur la suite possible à donner à cette affaire.
- b) confidentialité des mails échangés entre les membres du CA
- c) invitation pour le CA pour les 30 ans du club de Dison.
- d) Christine Bolkaerts demande si une réponse a été fournie à J. Houbeau ? Ph. Achten a une partie des réponses mais n'a pas encore communiqué.
- e) Henri signale que le RVV va organiser une formation Initiateur pour les membres germanophones et des communes francophones avoisinantes. Une formation générale est pré-requise. Les dates et endroits des cours seront communiqués en temps utile. Des renseignements complémentaires peuvent être obtenus auprès de Manfred Gotfried.
Pour les affiliés non RVV, C. Lemoine demandera l'autorisation à l'AIF

Rappel : Prochains BO : 13/10, 3/11, 1/12
CA : 10/11, 1/12

P. Achten
President

C. Lemoine
Secrétaire

Avis

**Mon adresse : dany.bourguignon@teledisnet.be ne fonctionne plus à partir de ce 3 novembre. Veuillez pour l'instant utiliser uniquement : dany.bourguignon@gmail.com
Merci de votre attention.**

TRESORERIE

Rappel des n° de compte

732-0074209-55	Inscription championnat - Inscription coupe - Imprimés - Abonnement B.O.
732-0074210-56	Provision arbitrage
776-5928851-17	Provision amendes - Amendes championnat & administratives publiées au B.O.
732-0074211-57	Loisirs

Compte amendes

C'est le trésorier-adjoint Monsieur Emile GROVEN Voie des Botresses, 15 à 4432 ALLEUR
qui est responsable du compte amendes
Tél : 04/263,76,92

CELLULE COMPETITION

RESULTATS

Week-End des 10-11 Octobre 2009

Provinciale 1 Messieurs.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
1021	Spa 1-Grivegnée 1	3 - 1	2 - 1
1023	Dison 1-Flémalle 1	3 - 0	2 - 1
1022	Marchin 2-Renaissance 1	3 - 2	3 - 0
1019	Aubel 1-Lommersweiler 1	3 - 2	1 - 2
1024	Esneux 1-Baelen 1	3 - 0	3 - 0
1020	Waremme 3-Seraing 1	3 - 2	1 - 2

Provinciale 2A Messieurs.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
2022	Soumagne 2-Limbourg 1	3 - 0	2 - 1
2020	St Jo Herve 1-St-Vith 1	3 - 0	3 - 0
2021	Fléron 1-Lommersweiler 2	3 - 2	2 - 1
2019	Stavelot 1-Spa 2	3 - 0	3 - 0
2023	St Jo Welkenraedt 1-A Welkenraedt 1	3 - 1	2 - 1
2024	Sporta EK 1-Dison 2	2 - 3	1 - 2

Provinciale 2B Messieurs.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
2223	EV Wanzois 1-Aywaille 1	1 - 3	0 - 3
2219	Sart Tilman 1-Remouchamps 1	1 - 3	0 - 3
2221	Sart Tilman 2-Tihange Huy 1	1 - 3	1 - 2
2222	Hannut 1-Embourg-Tilff 2	3 - 2	2 - 1
2220	Esneux 2-Visé 1	3 - 2	3 - 0
2224	Mortroux 3-Embourg-Tilff 3	3 - 2	3 - 0

Provinciale 3A Messieurs.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
3021	Malmedy 1-Calaminia 2	0 - 3	2 - 1
3023	St Jo Welkenraedt 2-Loncin 2	2 - 3	0 - 3
3024	Mortroux 4-Gd Rechain 1	0 - 3	0 - 3
3020	Rocourt 1-A Verviers 1	3 - 2	0 - 3
3085	Spa 3-Aubel 2	1 - 3	0 - 3

Provinciale 3B Messieurs.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
3173	Embourg-Tilff 4-Neupré 1	0 - 3	0 - 3
3170	Loncin 1-Seraing 3	3 - 0	3 - 0
3174	Esneux 3-Flémalle 2	0 - 3	0 - 3
3171	Hannut 3-Tihange Huy 2	1 - 3	0 - 3
3169	Remouchamps 2-Seraing 2	3 - 0	2 - 1
3172	Hannut 2-Grivegnée 2	3 - 0	2 - 1

Provinciale 1 Dames.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
1521	Remouchamps 1-Thimister 3	1 - 3	1 - 2
1520	Oreye 2-Seraing 1	1 - 3	1 - 2
1519	Ans 1-Embourg 1	3 - 1	1 - 2
1523	Franch Theux 2-A Welkenraedt 1	3 - 0	0 - 3
1524	Gd Rechain 1-Vollamac 1	0 - 3	1 - 2
1522	Soumagne 2-Limbourg 1	3 - 0	3 - 0

Provinciale 2A Dames.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
2520	A Verviers 1-Gd Rechain 2	0 - 3	1 - 2
2524	Baelen 1-Sporta EK 3	3 - 1	2 - 1
2519	Aubel 3-Spa 3	0 - 3	1 - 2
2523	St Jo Welkenraedt 1-A Welkenraedt 2	3 - 0	2 - 1
2522	Thimister 4-Dison 1	3 - 0	3 - 0

Provinciale 2B Dames.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
2719	Neupré 2-Loncin 2	3 - 2	2 - 1
2722	Tihange Huy 1-Grivegnée 2	3 - 0	3 - 0
2723	Loncin 3-Flémalle 2	3 - 0	3 - 0
2724	Esneux 2-Dalhem 1	0 - 3	0 - 3
2721	Sart Tilman 1-St-Louis 1	3 - 0	0 - 3
2835	Sélection-Grivegnée 2	1 - 3	
2720	Neupré 1-Spa 4	3 - 0	1 - 2

Provinciale 3A Dames.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
3522	Malmedy 3-Franch. Theux 3	3 - 0	3 - 0
3523	St Jo Welkenraedt 2-A Welkenraedt 3	3 - 0	2 - 1
3519	Stavelot 1-Raeren 1	3 - 2	3 - 0
3520	Aubel 4-St Vith 1	0 - 3	1 - 2
3590	Spa 5-Sporta EK 4	0 - 3	0 - 3

Provinciale 3B Dames.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
3669	Esneux 3-Embourg Tilff 2	0 - 3	0 - 3
3670	Juprelle 1-Ans 2	0 - 3	0 - 3
3672	Grivegnée 3-Loncin 4	3 - 0	1 - 2
3673	Dison 2-Hermalle 2	3 - 2	2 - 1
3674	Gd Rechain 3-Dalhem 2	0 - 3	1 - 2
3671	Thimister 5-St-Louis 3	3 - 0	2 - 1

Provinciale 3C Dames.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
3824	Vollamac 2-Neupré 4	2 - 3	1 - 2
3822	Marchin 1-Renaissance 1	0 - 3	1 - 2
3819	Ans 3-Loncin 5	3 - 0	2 - 1
3821	Hannut 1-St-Louis 2	3 - 0	2 - 1
3820	Neupré 3-Seraing 2	0 - 3	1 - 2
3823	Embourg-Tilff 3-Oreye 3	1 - 3	1 - 2

Provinciale 4A Dames.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
4524	A Verviers 2-Sporta EK 5	3 - 0	2 - 1
4519	Stavelot 2-A Verdi 1	3 - 2	2 - 1
4520	Aubel 5-St Vith 2	3 - 0	2 - 1

Provinciale 4B Dames.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
4722	Soumagne 5-Renaissance 2	3 - 1	3 - 0
4724	Flémalle 3-Dalhem 3	2 - 3	2 - 1
4720	Juprelle 2-Seraing 3	3 - 0	3 - Ft
4723	Grivegnée 4-Neupré 5	3 - 0	2 - 1

Provinciale 4C Dames.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
4938	Renaissance 3-Tihange Huy 2	3 - 0	2 - 1
4965	Remouchamps 2-Soumagne 4	3 - 0	3 - 0
4871	Hannut 2-St Louis 4	2 - 3	1 - 2

Week-End des 17-18 Octobre 2009

Provinciale 3A Messieurs.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
3046	Soumagne 3-Mortroux 4	2 - 3	2 - 1

Provinciale 2A Dames.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
2531	Spa 2-Spa 3	2 - 3	2 - 1

Provinciale 2B Dames.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
2713	Loncin 2-Neupré 1	0 - 3	2 - 1
2836	Sélection-Spa 4	0 - 3	

Provinciale 3A Dames.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
3502	St Vith 1-St Jo Welkenraedt 2	3 - 0	3 - 0
3510	Aubel 4-Franch. Theux 3	3 - 2	3 - 0
3521	Malmedy 2-Baelen 2	3 - 1	3 - Ft

Provinciale 3B Dames.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
3676	Ans 2-Thimister 5	2 - 3	1 - 2

Provinciale 3C Dames.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
3813	Loncin 5-Neupré 3	3 - 2	1 - 2

Provinciale 4A Dames.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
4521	Malmedy 4-Calaminia 1	2 - 3	2 - 1
4615	St Vith 2-A Verdi 1	0 - 3	1 - 2
4602	Sporta EK 5-Aubel 5	0 - 3	0 - 3
4600	Franch Theux 4-A Verviers 2	1 - 3	0 - 3

Provinciale 4B Dames.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
4816	Dalhem 3-Renaissance 2	3 - 1	0 - 3
4774	Seraing 3-Flémalle 3	0 - 3	1 - 2
4789	Neupré 5-Grivegnée 4	3 - 1	1 - 2

Provinciale 4C Dames.

		<u>1ère</u>	<u>Rés.</u>
4857	Grivegnée 5-Soumagne 4	3 - 0	0 - 3

Week-End des 24-25 Octobre 2009

Provinciale 1 Messieurs.

		1ère	Rés.
1026	Seraing 1-Spa 1	0 - 3	0 - 3
1096	Aubel 1-Baelen 1	3 - 0	3 - 0
1027	Grivegnée 1-Esneux 1	3 - 1	2 - 1
1028	Renaissance 1-Dison 1	0 - 3	0 - 3
1029	Flémalle 1-Waremme 3	3 - 2	1 - 2

Provinciale 2A Messieurs.

		1ère	Rés.
2025	Spa 2-Soumagne 2	0 - 3	0 - 3
2028	Limbourg 1-St Jo Welkenraedt 1	0 - 3	2 - 1
2092	Fléron 1-St-Vith 1	3 - 0	2 - 1
2029	A Welkenraedt 1-St Jo Herve 1	3 - 1	0 - 3
2030	Dison 2-Stavelot 1	3 - 1	2 - 1

Provinciale 2B Messieurs.

		1ère	Rés.
2225	Remouchamps 1-Hannut 1	3 - 1	2 - 1
2227	Tihange Huy 1-Mortroux 3	1 - 3	0 - 3
2228	Embourg-Tilff 2-EV Wanzois 1	3 - 0	3 - 0
2230	Embourg-Tilff 3-Sart Tilman 1	1 - 3	0 - 3
2226	Visé 1-Sart Tilman 2	3 - 0	1 - 2
2229	Aywaille 1-Esneux 2	3 - 0	3 - 0

Provinciale 3A Messieurs.

		1ère	Rés.
3026	A Verviers 1-Malmedy 1	3 - 1	0 - 3
3027	Calaminia 2-Mortroux 4	3 - 1	3 - 0
3096	Aubel 2-Gd Rechain 1	3 - 2	0 - 3
3029	Loncin 2-Rocourt 1	3 - 1	1 - 2
3025	Spa 3-Soumagne 3	3 - 0	0 - 3

Provinciale 3B Messieurs.

		1ère	Rés.
3177	Tihange Huy 2-Esneux 3	0 - 3	2 - 1
3179	Neupré 1-Loncin 1	3 - 1	1 - 2
3180	Flémalle 2-Remouchamps 2	0 - 3	1 - 2
3176	Seraing 3-Hannut 3	3 - 0	3 - 0
3178	Grivegnée 2-Embourg-Tilff 4	3 - 0	3 - 0
3175	Seraing 2-Hannut 2	1 - 3	0 - 3

Provinciale 1 Dames.

		1ère	Rés.
1592	Remouchamps 1-Seraing 1	1 - 3	1 - 2
1530	Vollamac 1-Ans 1	3 - 2	0 - 3
1527	Thimister 2-Thimister 4	3 - 0	3 - 0
1529	A Welkenraedt 1-Oreye 2	3 - 2	2 - 1
1591	Soumagne 2-Embourg 1	3 - 1	2 - 1
1528	Limbourg 1-Franch Theux 2	1 - 3	3 - 0

Provinciale 2A Dames.

		1ère	Rés.
2595	A Verviers 1-A Welkenraedt 2	1 - 3	0 - 3
2598	Gd Rechain 2-Thimister 4	3 - 1	2 - 1
2530	Sporta EK 3-Aubel 3	3 - 0	2 - 1
2528	Dison 1-St Jo Welkenraedt 1	0 - 3	0 - 3
2527	Soumagne 3-Baelen 1	3 - 1	1 - 2

Provinciale 2B Dames.

		1ère	Rés.
2726	Spa 4-Sart Tilman 1	3 - 1	1 - 2
2729	Flémalle 2-Neupre 1	0 - 3	0 - 3
2727	St-Louis 1-Esneux 2	3 - 0	3 - 0
2725	Loncin 2-Tihange Huy 1	2 - 3	0 - 3
2730	Dalhem 1-Neupré 2	3 - 0	3 - 0
2728	Grivegnée 2-Loncin 3	1 - 3	1 - 2
2833	Sélection-Neupre 1	Ft - 3	

Provinciale 3A Dames.

		1ère	Rés.
3525	Raeren 1-Malmedy 3	3 - 1	1 - 2
3527	Baelen 2-Sporta EK 4	3 - Ft3	Ft
3528	Franch. Theux 3-St Jo Welkenraedt 2	2 - 3	0 - 3
3529	A Welkenraedt 3-Aubel 4	1 - 3	0 - 3
3530	Spa 5-Stavelot 1	0 - 3	0 - 3

Provinciale 3B Dames.

		1ère	Rés.
3679	Hermalle 2-Juprelle 1	3 - 0	1 - 2
3678	Loncin 4-Dison 2	3 - 0	2 - 1
3680	Dalhem 2-Esneux 3	3 - 0	3 - 0
3677	St-Louis 3-Gd Rechain 3	0 - 3	0 - 3

Provinciale 3C Dames.

		1ère	Rés.
3825	Loncin 5-Marchin 1	3 - 0	3 - 0
3828	Renaissance 1-Embourg-Tilff 3	3 - 1	2 - 1
3826	Seraing 2-Hannut 1	2 - 3	2 - 1
3827	St-Louis 2-Vollamac 2	0 - 3	1 - 2
3829	Oreye 3-Neupré 3	3 - 0	3 - 0
3830	Neupré 4-Ans 3	0 - 3	0 - 3

Provinciale 4A Dames.

		1ère	Rés.
4603	Franc Theux 4-A Verdi 1	0 - 3	2 - 1
4527	Calaminia 1-A Verviers 2	3 - 0	1 - 2
4530	Sporta EK 5-Stavelot 2	1 - 3	0 - 3

Provinciale 4B Dames.

		1ère	Rés.
4728	Renaissance 2-Grivegnée 4	3 - 1	2 - 1
4742	Juprelle 2-A Verviers 3	3 - 0	2 - 1
4729	Neupré 5-Juprelle 2	0 - 3	2 - 1

Provinciale 4C Dames.

		1ère	Rés.
4875	Soumagne 4-Tihange Huy 2	3 - 0	3 - Ft
4878	Renaissance 3-Grivegnée 5	3 - 0	2 - 1
4876	Remouchamps 2-Hannut 2	3 - 0	3 - 0

Week-End des 24-25 Octobre 2009

Coupe de Belgique 1/8 Finale Messieurs

		1ère	Rés.
MB22	VBC Waremme (N1)-VC Handelsgids Averbode	1 - 3	

Week-End des 17-18 Octobre 2009 COUPE BODART

2ème Tour Messieurs

		1ère	Rés.
M011	Seraing 1 (P1)-Sart Tilman A (P2)	3 - 2	
M005	Tihange 1 (P2)-Dison 1 (P1)	0 - 3	
M007	St Jo 1 (P2)-Waremme 3 (P1)	2 - 3	
M015	Embourg 2 (P2)-Sart Tilman 2 (P2)	3 - 1	
M009	Flémalle 2 (P3)-Neupre 1 (P3)	0 - 3	
M020	Herve (P2)-Esneux 1 (P1)	1 - 3	
M014	Aubel 1 (P1)-Lommers 1 (P1)	1 - 3	
M021	Marchin 2 (P1)-Grivegnée 1 (P1)	1 - 3	
M013	Dison 2 (P2)-Esneux 2 (P2)	3 - 0	
M004	Visé 1 (P2)-Rocourt 1 (P3)	3 - 0	
M008	G Rechain 1 (P3)-Limbourg 1 (P2)	3 - 0	
M019	Hannut 2 (P3)-Embourg 3 (P2)	3 - 0	
M010	Hannut 1 (P2)-Remouchamps 1 (P2)	3 - 0	
M018	Sporta EK 2 (P2)-Seraing 3 (P3)	2 - 3	
M016	Remouchamps 2 (P3)-Baelen 1 (P1)	0 - 3	
M017	Lommers 2 (P2)-Flémalle 1 (P1)	1 - 3	
M006	Stavelot 1 (P2)-Loncin 1 (P3)	3 - 2	
M012	Aywaille 1 (P2)-Seraing 2 (P3)	3 - 0	

Week-End des 17-18 Octobre 2009

2ème Tour Dames

		1ère	Rés.
D025	Franchimont 2 (P1)-G Rechain 2 (P2)	3 - 2	
D024	Loncin 2 (P2)-A Welkenraedt 2 (P2)	0 - 3	
D023	Limbourg 1 (P1)-Ans 1 (P1)	2 - 3	
D028	Baelen 1 (P2)-Ans 3 (P3)	1 - 3	
D030	A Verviers 1 (P2)-Flémalle 2 (P2)	3 - 0	
D038	Tihange 2 (P4)-Embourg 1 (P1)	0 - 3	
D039	Neupre 4 (P3)-Dison 1 (P2)	3 - 1	
D033	Remouchamps 1 (P1)-St Jo 1 (P2)	0 - 3	
D029	Thimister 5 (P3)-Stavelot 1 (P3)	0 - 3	
D026	Dalhem 1 (P2)-Juprelle 1 (P3)	3 - 0	
D037	Vollamac 1 (P1)-Tihange Huy 1 (P2)	3 - 1	
D021	St Louis 1 (P2)-Seraing 2 (P3)	3 - 1	
D031	Ans 2 (P3)-Loncin 3 (P2)	2 - 3	
D032	Oreye 2 (P1)-Neupre 1 (P2)	2 - 3	
D022	St Vith 1 (P3)-G Rechain 1 (P1)	2 - 3	
D035	Hannut 1 (P3)-Sporta EK 3 (P2)	3 - 2	
D034	Sporta EK 4 (P3)-Sart Tilman 1 (P2)	0 - 3	
D027	Neupre 2 (P2)-Oreye (P3)	3 - 0	
D036	Embourg 2 (P3) - Seraing 1 (P1)	1 - 3	

CLASSEMENTS OFFICIELS AU 30/10/10

Provinciale 1 Messieurs.

<i>Principal</i>	MJ	G3	G2	P1	P0	FF	SG	SP	Pts
1. Spa 1	5	4	1	0	0	0	15	3	14
2. Aubel 1	5	3	2	0	0	0	15	4	13
3. Dison 1	4	4	0	0	0	0	12	0	12
4. Waremme 3	5	1	3	1	0	0	14	9	10
5. Grivegnée 1	6	2	0	2	2	0	11	13	8
6. Flémalle 1	5	1	2	0	2	0	9	11	7
7. Esneux 1	5	2	0	0	2	1	8	10	5
8. Lommersweiler 1	4	1	0	2	1	0	7	9	5
9. Renaissance 1	6	0	1	2	3	0	7	17	4
10. Marchin 2	3	0	1	1	1	0	5	8	3
11. Seraing 1	5	0	0	2	3	0	5	15	2
12. Baelen 1	3	0	0	0	3	0	0	9	0

Provinciale 1 Messieurs.

<i>Réserve</i>	MJ	MG	MP	FF	SG	SP	Pts
1. Spa 1	5	5	0	0	13	2	13
2. Dison 1	4	4	0	0	10	2	10
3. Grivegnée 1	6	4	2	0	9	9	9
4. Lommersweiler 1	4	3	1	0	8	4	8
5. Waremme 3	5	2	3	0	8	7	8
6. Marchin 2	3	2	1	0	7	2	7
7. Flémalle 1	5	2	3	0	7	8	7
8. Seraing 1	5	3	2	0	6	9	6
9. Aubel 1	5	1	4	0	6	9	6
Esneux 1	5	1	3	1	6	9	6
11. Renaissance 1	6	1	5	0	4	14	4
12. Baelen 1	3	0	3	0	0	9	0

Provinciale 2A Messieurs.

<i>Principal</i>	MJ	G3	G2	P1	P0	FF	SG	SP	Pts
1. St Jo Welkenraedt 1	5	5	0	0	0	0	15	2	15
2. Soumagne 2	5	4	0	0	1	0	12	4	12
3. Dison 2	5	3	1	0	1	0	13	6	11
4. Fléron 1	6	3	1	0	2	0	12	10	11
5. Sporta EK 1	4	3	0	1	0	0	11	3	10
6. St Jo Herve 1	4	3	0	0	1	0	10	3	9
7. Stavelot 1	5	2	1	1	1	0	12	8	9
8. A Welkenraedt 1	5	2	0	0	3	0	7	10	6
9. Lommersweiler 2	4	0	1	1	2	0	6	11	3
10. St-Vith 1	5	0	0	1	4	0	2	15	1
11. Limbourg 1	5	0	0	0	5	0	1	15	0
Spa 2	5	0	0	0	5	0	1	15	0

Provinciale 2A Messieurs.

<i>Réserve</i>	MJ	MG	MP	FF	SG	SP	Pts
1. Soumagne 2	5	5	0	0	12	3	12
2. Dison 2	5	4	1	0	11	4	11
3. Fléron 1	6	4	2	0	9	9	9
4. St Jo Herve 1	4	3	1	0	9	3	9
5. Stavelot 1	5	3	2	0	9	6	9
6. St Jo Welkenraedt 1	5	3	2	0	7	8	7
7. A Welkenraedt 1	5	2	3	0	7	8	7
Limbourg 1	5	2	3	0	7	8	7
9. St-Vith 1	5	2	3	0	6	9	6
10. Sporta EK 1	4	1	3	0	5	7	5
11. Lommersweiler 2	4	0	4	0	3	9	3
12. Spa 2	5	0	5	0	2	13	2

Provinciale 2B Messieurs.

<i>Principal</i>	MJ	G3	G2	P1	P0	FF	SG	SP	Pts
1. Aywaille 1	5	4	1	0	0	0	15	4	14
2. Sart Tilman 1	5	4	0	0	1	0	13	4	12
3. Remouchamps 1	5	4	0	0	1	0	13	6	12
4. Mortroux 3	5	3	1	0	1	0	12	8	11
5. Embourg-Tilff 2	5	3	0	1	1	0	11	6	10
6. Visé 1	6	3	0	1	2	0	12	9	10
7. Hannut 1	5	2	1	1	1	0	12	10	9
8. Tihange Huy 1	6	2	0	0	4	0	9	13	6
9. Embourg-Tilff 3	5	1	0	1	3	0	7	13	4
10. EV Wanzois 1	5	1	0	0	4	0	4	13	3
11. Esneux 2	5	0	1	0	3	1	5	14	1
12. Sart Tilman 2	5	0	0	0	5	0	2	15	0

Provinciale 2B Messieurs.

<i>Réserve</i>	MJ	MG	MP	FF	SG	SP	Pts
1. Aywaille 1	5	5	0	0	14	1	14
Remouchamps 1	5	5	0	0	14	1	14
3. Embourg-Tilff 2	5	4	1	0	12	3	12
4. Hannut 1	5	3	2	0	10	5	10
5. Mortroux 3	5	3	2	0	8	7	8
6. Sart Tilman 2	5	3	2	0	7	8	7
7. Visé 1	6	2	4	0	7	11	7
8. Tihange Huy 1	6	2	4	0	6	12	6
9. Sart Tilman 1	5	1	4	0	6	9	6
10. EV Wanzois 1	5	2	3	0	4	11	4
11. Esneux 2	5	1	3	1	3	12	3
12. Embourg-Tilff 3	5	0	5	0	2	13	2

Provinciale 3A Messieurs.

<i>Principal</i>	MJ	G3	G2	P1	P0	FF	SG	SP	Pts
1. Gd Rechain 1	5	4	0	1	0	0	14	3	13
2. Spa 3	5	4	0	0	1	0	13	4	12
3. Calaminia 2	5	4	0	0	1	0	13	5	12
4. Loncin 2	4	3	1	0	0	0	12	3	11
5. Aubel 2	4	3	1	0	0	0	12	4	11
6. A Verviers 1	5	2	0	1	2	0	9	11	7
7. Mortroux 4	5	1	1	0	3	0	7	12	5
8. Rocourt 1	4	0	1	0	3	0	4	11	2
9. St Jo Welkenraedt 2	4	0	0	1	3	0	4	12	1
10. Soumagne 3	5	0	0	1	4	0	3	15	1
11. Malmedy 1	4	0	0	0	4	0	1	12	0

Provinciale 3A Messieurs.

<i>Réserve</i>	MJ	MG	MP	FF	SG	SP	Pts
1. Gd Rechain 1	5	5	0	0	15	0	15
2. Loncin 2	4	3	1	0	9	3	9
3. Calaminia 2	5	2	3	0	9	6	9
4. Aubel 2	4	3	1	0	8	4	8
5. Rocourt 1	4	3	1	0	7	5	7
6. Mortroux 4	5	2	3	0	6	9	6
Soumagne 3	5	2	3	0	6	9	6
8. Malmedy 1	4	2	2	0	5	7	5
9. A Verviers 1	5	2	3	0	5	10	5
10. Spa 3	5	1	4	0	4	11	4
11. St Jo Welkenraedt 2	4	0	4	0	1	11	1

Provinciale 3B Messieurs.

<i>Principal</i>	MJ	G3	G2	P1	P0	FF	SG	SP	Pts
1. Remouchamps 2	5	5	0	0	0	0	15	0	15
2. Neupré 1	5	5	0	0	0	0	15	1	15
3. Loncin 1	5	4	0	0	1	0	13	4	12
4. Hannut 2	5	4	0	0	1	0	12	4	12
5. Flémalle 2	5	3	0	0	2	0	9	6	9
. Seraing 3	5	3	0	0	2	0	9	6	9
7. Esneux 3	5	1	1	0	3	0	6	11	5
8. Grivegnée 2	4	1	0	0	3	0	3	9	3
. Seraing 2	5	1	0	0	4	0	4	12	3
10. Tihange Huy 2	5	1	0	0	4	0	4	13	3
11. Embourg-Tilff 4	5	0	0	1	4	0	2	15	1
12. Hannut 3	4	0	0	0	3	1	1	12	-1

Provinciale 3B Messieurs.

<i>Réserve</i>	MJ	MG	MP	FF	SG	SP	Pts
1. Loncin 1	5	5	0	0	14	1	14
2. Hannut 2	5	4	1	0	12	3	12
3. Flémalle 2	5	4	1	0	11	4	11
4. Neupré 1	5	3	2	0	11	4	11
5. Remouchamps 2	5	4	1	0	10	5	10
6. Seraing 3	5	3	2	0	9	6	9
7. Seraing 2	5	2	3	0	6	9	6
8. Tihange Huy 2	5	2	3	0	5	10	5
9. Grivegnée 2	4	1	3	0	4	8	4
10. Esneux 3	5	0	5	0	3	12	3
11. Embourg-Tilff 4	5	1	4	0	2	13	2
12. Hannut 3	4	0	3	1	0	12	0

Provinciale 1 Dames.

<i>Principal</i>	MJ	G3	G2	P1	P0	FF	SG	SP	Pts
1. Thimister 3	4	4	0	0	0	0	12	2	12
2. Seraing 1	4	4	0	0	0	0	12	3	12
3. Soumagne 2	5	3	1	0	1	0	13	6	11
4. Vollamac 1	5	2	1	1	1	0	11	9	9
5. Remouchamps 1	5	2	1	0	2	0	11	8	8
6. Franch Theux 2	5	2	1	0	2	0	10	9	8
7. Ans 1	3	1	1	1	0	0	8	6	6
8. Embourg 1	5	0	2	1	2	0	10	13	5
9. Oreye 2	5	1	0	2	2	0	8	12	5
10. Gd Rechain 1	5	1	0	1	3	0	6	12	4
11. A Welkenraedt 1	5	0	1	0	4	0	3	14	2
12. Limbourg 1	5	0	0	2	3	0	5	15	2

Provinciale 1 Dames.

<i>Réserve</i>	MJ	MG	MP	FF	SG	SP	Pts
1. Soumagne 2	5	4	1	0	12	3	12
2. Seraing 1	4	4	0	0	10	2	10
3. Embourg 1	5	4	1	0	10	5	10
4. Thimister 3	4	4	0	0	9	3	9
5. Remouchamps 1	5	2	3	0	8	7	8
6. A Welkenraedt 1	5	3	2	0	7	8	7
. Limbourg 1	5	3	2	0	7	8	7
8. Ans 1	3	2	1	0	7	2	7
9. Oreye 2	5	0	5	0	5	10	5
10. Vollamac 1	5	1	4	0	4	11	4
11. Gd Rechain 1	5	0	5	0	3	12	3
12. Franch Theux 2	5	1	4	0	2	13	2

Provinciale 2A Dames.

<i>Principal</i>	MJ	G3	G2	P1	P0	FF	SG	SP	Pts
1. St Jo Welkenraedt 1	5	5	0	0	0	0	15	0	15
2. A Welkenraedt 2	5	4	0	0	1	0	12	5	12
3. Spa 3	5	3	1	0	1	0	12	5	11
4. Soumagne 3	4	2	1	1	0	0	11	6	9
5. Gd Rechain 2	5	3	0	0	2	0	9	7	9
6. Thimister 4	5	2	1	0	2	0	10	8	8
7. Baelen 1	5	2	0	0	3	0	7	10	6
. Sporta EK 3	5	2	0	0	3	0	7	10	6
9. Spa 2	4	1	0	1	2	0	7	9	4
10. Aubel 3	5	1	0	1	3	0	5	12	4
11. A Verviers 1	5	1	0	0	4	0	4	12	3
12. Dison 1	5	0	0	0	5	0	0	15	0

Provinciale 2A Dames.

<i>Réserve</i>	MJ	MG	MP	FF	SG	SP	Pts
1. St Jo Welkenraedt 1	5	4	1	0	12	3	12
2. Gd Rechain 2	5	4	1	0	10	5	10
. Thimister 4	5	4	1	0	10	5	10
4. A Welkenraedt 2	5	3	2	0	10	5	10
5. Spa 3	5	3	2	0	9	6	9
6. Aubel 3	5	2	3	0	8	7	8
7. Sporta EK 3	5	2	3	0	7	8	7
8. Baelen 1	5	3	2	0	6	9	6
9. Spa 2	4	2	2	0	6	6	6
10. A Verviers 1	5	1	4	0	5	10	5
11. Soumagne 3	4	1	3	0	4	8	4
12. Dison 1	5	0	5	0	0	15	0

Provinciale 2B Dames.

<i>Principal</i>	MJ	G3	G2	P1	P0	FF	SG	SP	Pts
1. Neupre 1	6	6	0	0	0	0	18	1	18
2. Dalhem 1	5	5	0	0	0	0	15	1	15
3. Loncin 3	5	4	0	0	1	0	12	6	12
4. Spa 4	6	4	0	0	2	0	13	7	12
5. Sart Tilman 1	5	3	0	0	2	0	10	6	9
6. Tihange Huy 1	5	2	1	0	2	0	11	8	8
7. Flémalle 2	5	2	0	0	3	0	6	10	6
8. Grivegnée 2	6	2	0	0	4	0	7	13	6
9. Loncin 2	5	1	0	2	2	0	8	12	5
10. Neupré 2	5	0	2	0	3	0	7	13	4
11. St-Louis 1	5	1	0	1	3	0	5	12	4
12. Sélection	3	0	0	0	2	1	1	9	-1
13. Esneux 2	5	0	0	0	4	1	0	15	-1

Provinciale 2B Dames.

<i>Réserve</i>	MJ	MG	MP	FF	SG	SP	Pts
1. St-Louis 1	5	5	0	0	15	0	15
2. Dalhem 1	5	5	0	0	14	1	14
3. Spa 4	5	4	1	0	11	4	11
4. Neupre 1	5	3	2	0	11	4	11
5. Loncin 2	5	3	2	0	8	7	8
6. Loncin 3	5	2	3	0	8	7	8
7. Tihange Huy 1	5	2	3	0	7	8	7
8. Flémalle 2	5	2	3	0	5	10	5
9. Sart Tilman 1	5	2	3	0	4	11	4
10. Grivegnée 2	5	1	4	0	4	11	4
11. Neupré 2	5	1	4	0	2	13	2
12. Esneux 2	5	0	4	1	1	14	1
13.							0

Provinciale 3A Dames.

<i>Principal</i>	MJ	G3	G2	P1	P0	FF	SG	SP	Pts
1. Raeren 1	5	4	0	1	0	0	14	5	13
2. Malmedy 3	5	4	0	0	1	0	13	3	12
3. Stavelot 1	4	3	1	0	0	0	12	3	11
4. St Vith 1	4	3	0	0	1	0	9	4	9
5. St Jo Welkenraedt 2	5	2	1	0	2	0	10	8	8
6. Malmedy 2	4	2	0	0	2	0	7	8	6
7. A Welkenraedt 3	5	2	0	0	3	0	8	10	6
8. Aubel 4	5	1	1	1	2	0	8	12	6
9. Baelen 2	4	1	1	0	2	0	7	8	5
10. Franch. Theux 3	5	1	0	2	2	0	8	13	5
11. Sporta EK 4	5	1	0	0	3	1	5	12	2
12. Spa 5	5	0	0	0	5	0	0	15	0

Provinciale 3A Dames.

<i>Réserve</i>	MJ	MG	MP	FF	SG	SP	Pts
1. Malmedy 3	5	5	0	0	14	1	14
2. Stavelot 1	4	4	0	0	11	1	11
3. Raeren 1	5	3	2	0	10	5	10
4. St Vith 1	4	3	1	0	9	3	9
5. Malmedy 2	4	3	1	0	8	4	8
6. Aubel 4	5	2	3	0	8	7	8
7. Sporta EK 4	5	2	2	1	6	9	6
8. St Jo Welkenraedt 2	5	2	3	0	6	9	6
9. Baelen 2	4	2	1	1	5	7	5
10. Spa 5	5	2	3	0	5	10	5
11. A Welkenraedt 3	5	0	5	0	1	14	1
12. Franch. Theux 3	5	0	5	0	1	14	1

Provinciale 3B Dames.

<i>Principal</i>	MJ	G3	G2	P1	P0	FF	SG	SP	Pts
1. Embourg Tilff 2	4	4	0	0	0	0	12	0	12
2. Grivegnée 3	4	4	0	0	0	0	12	1	12
3. Thimister 5	4	3	1	0	0	0	12	2	11
4. Ans 2	4	3	0	1	0	0	11	5	10
5. Loncin 4	4	3	0	0	1	0	9	3	9
6. Dalhem 2	5	3	0	0	2	0	9	7	9
7. Gd Rechain 3	5	1	1	0	3	0	7	11	5
8. St-Louis 3	5	1	1	0	3	0	6	11	5
9. Hermalle 2	5	1	0	2	2	0	8	12	5
10. Dison 2	5	0	1	0	4	0	5	14	2
11. Juprelle 1	5	0	0	1	4	0	2	15	1
12. Esneux 3	4	0	0	0	2	2	0	12	-2

Provinciale 3B Dames.

<i>Réserve</i>	MJ	MG	MP	FF	SG	SP	Pts
1. Loncin 4	4	4	0	0	9	3	9
2. Thimister 5	4	4	0	0	9	3	9
3. Embourg Tilff 2	4	3	1	0	9	3	9
4. Grivegnée 3	4	3	1	0	9	3	9
5. Dison 2	5	3	2	0	9	6	9
6. Ans 2	4	3	1	0	8	4	8
7. Hermalle 2	5	1	4	0	7	8	7
8. Dalhem 2	5	2	3	0	6	9	6
9. Juprelle 1	5	2	3	0	6	9	6
10. Gd Rechain 3	5	1	4	0	5	10	5
11. St-Louis 3	5	1	4	0	4	11	4
12. Esneux 3	4	0	2	2	0	12	0

Provinciale 3C Dames.

<i>Principal</i>	MJ	G3	G2	P1	P0	FF	SG	SP	Pts
1. Ans 3	5	5	0	0	0	0	15	1	15
2. Hannut 1	5	3	1	1	0	0	14	5	12
3. Vollamac 2	5	2	2	1	0	0	14	7	11
4. Oreye 3	5	3	0	1	1	0	11	7	10
5. Renaissance 1	5	3	0	0	2	0	9	8	9
6. Loncin 5	5	2	1	0	2	0	9	9	8
7. Seraing 2	5	2	0	2	1	0	11	9	8
8. St-Louis 2	5	2	0	0	3	0	6	9	6
9. Neupré 4	4	0	2	1	1	0	8	10	5
10. Embourg-Tilff 3	5	0	1	0	4	0	6	14	2
11. Neupré 3	5	0	0	1	3	1	3	15	0
12. Marchin 1	4	0	0	0	4	0	0	12	0

Provinciale 3C Dames.

<i>Réserve</i>	MJ	MG	MP	FF	SG	SP	Pts
1. Ans 3	5	5	0	0	14	1	14
2. Oreye 3	5	5	0	0	12	3	12
3. Hannut 1	5	3	2	0	9	6	9
4. Vollamac 2	5	3	2	0	9	6	9
5. Loncin 5	5	2	3	0	8	7	8
6. St-Louis 2	5	2	3	0	8	7	8
7. Renaissance 1	5	3	2	0	7	8	7
8. Seraing 2	5	3	2	0	7	8	7
9. Embourg-Tilff 3	5	1	4	0	5	10	5
10. Neupré 3	5	1	3	1	4	11	4
11. Neupré 4	4	1	3	0	3	9	3
12. Marchin 1	4	0	4	0	1	11	1

Provinciale 4A Dames.

<i>Principal</i>	MJ	G3	G2	P1	P0	FF	SG	SP	Pts
1. Aubel 5	5	5	0	0	0	0	15	0	15
2. Stavelot 2	5	3	2	0	0	0	15	6	13
3. A Verdi 1	6	3	1	1	1	0	14	8	12
4. Malmedy 4	5	3	0	2	0	0	13	6	11
5. A Verviers 2	5	3	0	0	2	0	9	8	9
6. Calaminia 1	5	2	1	0	2	0	10	8	8
7. St Vith 2	5	0	0	1	3	1	3	15	0
8. Franc Theux 4	5	0	0	0	5	0	1	15	0
9. Sporta EK 5	5	0	0	0	5	0	1	15	0

Provinciale 4A Dames.

<i>Réserve</i>	MJ	MG	MP	FF	SG	SP	Pts
1. Malmedy 4	5	5	0	0	14	1	14
2. Aubel 5	5	5	0	0	13	2	13
3. Stavelot 2	5	5	0	0	12	3	12
4. A Verviers 2	5	3	2	0	9	6	9
5. A Verdi 1	6	2	4	0	7	11	7
6. Calaminia 1	5	1	4	0	5	10	5
7. St Vith 2	5	1	3	1	5	10	5
8. Franc Theux 4	5	1	4	0	2	13	2
9. Sporta EK 5	5	0	5	0	2	13	2

Provinciale 4B Dames.

<i>Principal</i>	MJ	G3	G2	P1	P0	FF	SG	SP	Pts
1. Soumagne 5	4	4	0	0	0	0	12	1	12
2. Renaissance 2	6	4	0	0	2	0	14	7	12
3. Dalhem 3	5	3	1	0	1	0	12	7	11
4. Flémalle 3	4	3	0	1	0	0	11	4	10
5. Juprelle 2	4	3	0	0	1	0	9	3	9
6. Neupré 5	6	2	0	0	3	1	7	13	5
7. Seraing 3	5	1	0	0	4	0	3	12	3
8. Grivegnée 4	6	1	0	0	4	1	6	15	2
9. A Verviers 3	4	0	0	0	4	0	0	12	0

Provinciale 4B Dames.

<i>Réserve</i>	MJ	MG	MP	FF	SG	SP	Pts
1. Soumagne 5	4	4	0	0	12	0	12
2. Grivegnée 4	6	4	1	1	11	7	11
3. Juprelle 2	4	3	1	0	9	3	9
4. Renaissance 2	6	3	3	0	8	10	8
5. Flémalle 3	4	3	1	0	7	5	7
6. Seraing 3	5	2	2	1	7	8	7
7. Neupré 5	6	2	3	1	6	12	6
8. Dalhem 3	5	1	4	0	3	12	3
9. A Verviers 3	4	0	4	0	3	9	3

Provinciale 4C Dames.

<i>Principal</i>	MJ	G3	G2	P1	P0	FF	SG	SP	Pts
1. Remouchamps 2	4	4	0	0	0	0	12	0	12
2. Renaissance 3	4	3	0	0	1	0	9	3	9
3. Hannut 2	6	2	0	1	3	0	8	12	7
4. Grivegnée 5	4	2	0	0	2	0	6	6	6
. Soumagne 4	4	2	0	0	2	0	6	6	6
. Tihange Huy 2	4	2	0	0	2	0	6	6	6
7. St Louis 4	2	0	1	0	1	0	3	5	2
8. VollaMac 3	4	0	0	0	3	1	0	12	-1

Provinciale 4C Dames.

<i>Réserve</i>	MJ	MG	MP	FF	SG	SP	Pts
1. Remouchamps 2	4	3	1	0	10	2	10
2. Soumagne 4	4	3	1	0	9	3	9
3. Renaissance 3	4	3	1	0	7	5	7
4. Tihange Huy 2	4	2	1	1	7	5	7
5. Hannut 2	6	2	4	0	7	11	7
6. Grivegnée 5	4	2	2	0	6	6	6
7. St Louis 4	2	1	1	0	2	4	2
8. VollaMac 3	4	0	3	1	0	12	0

CHANGEMENTS DE MATCHES

N° chgt	N° match	VISITE	VISITEUR	ANCIENNE DATE	ANCIENNE HEURE	NOUVELLE DATE	NOUVELLE HEURE	ACCORD REFUS	MOTIF	SALLE
46	2713	LONCIN	NEUPRE	SAM17/10	17H15	SAM17/10	14H00			
47	3678	LONCIN	DISON	SAM24/10	16H30	SAM24/10	14H00			
48	3897	LONCIN	HANNUT	SAM31/10	16H30	SAM31/10	14H00	A		
49	3127	SPA	GRECHAIN	DIM08/11	11H00	DIM08/11	14H45	A		
50	3694	DALHEM	ANS	SAM28/11	20H15	SAM28/11	17H15	A		
51	2744	DALHEM	SPA	SAM28/11	17H15	SAM28/11	20H15	A		
52	M010	HANNUT	REMOUCHAMPS	DIM18/10	14H00	DIM18/10	13H00	A		
53	D036	EMBOURG	SERAING	DIM18/10	16H00	DIM18/10	16H00	A		EMBOURG
54	1537	EMBOURG	LIMBOURG	DIM15/11	16H00	SAM14/10	21H00	A		
55	1028	RENAISSANCE	DISON	SAM24/10	21H00	SAM24/10	21H00	A		DISON
56	3682	GRIVENGEE	ANS	DIM01/11	11H00	SAM31/10	20H30	R	Hors delais	BEYNE
57	3027	CALAMINIA	MORTROUX	SAM24/10	20H30	DIM 25/10	18H00	R	Hors delais	
58	3927	LONCIN	NEUPRE	SAM07/11	16H30	SAM07/11	14H00	A		
59	3777	EMBOURG	DALHEM	SAM07/11	21H00	VEN06/11	21H15	R	Hors delais	TILFF

CARTES JAUNES ET ROUGES

JOUEUR/SE	LIC.	CLUB	DATE	RENC	JAUNE	ROUGE
BEAUFORT L,	108938	WAREMME	19-sept	1003	X	
NILLES A.	107245	LOMMERSWEILER	26-sept	2009	X	
TRENTIN	202167	VOLLAMAC	27-sept	1512	X	
LAMY C	101120	COACH LONCIN	26-sept	2707	X	
MERCIER L.	106689	coach RECHAIN	2-oct	3667	X	
HANOZET A.	102604	coach LOMMERS	4-oct	1012	X	
NILLES M.	111857	LOMMERSWEILER	4-oct	1013	X	
FAGNOUL	111765	STAVELOT	3-oct	2014	X	
PIRARD G	110898	SART TILMAN	10-oct	2219	X	
TILLEMANS V	105385	EMBOURG	18-oct	M019	X	
COURTOIS T	112526	Coach WAREMME	16-oct	M007	X	
BRANDT G	211913	FRANCHIMONT	25-oct	1528	X	

Amendes

LISTE D'AMENDES ET FRAIS ADMINISTRATIFS						
Mat.Lg	Club	Réf.Am	N°match	Infractions	U.T.	
0199	A Verviers	24	4711	Rés 1	4	
0232	Sart Tilman	25	2711	M13	4	
0290	Grivegnée	26	3154	M10	1	
		27	4702	F7	8	
				Déplacement arbitre	10,89€	
				Indemnité arbitre	18,6€	
		28	3662	M2 (plaquettes)	2	
		29	3682	R7 (chgt n° 44), Adm3 (demande chgt tardive)	20	
		30	3716	M20 (délégué)	1	
		31	2554	F8 (tour final 2008-2009)	100	
0573	Embourg Tilff	32	3202	3M18, M10	4	
		33	2204	M2 (bois filet)	2	
		34	2206	M2 (bois filet)	2	
		35	1525	R7 (chgt n° 26)	12	
		36	3675	R7 (chgt n° 30)	12	
		37	3157	M19 (Rés), M2 (protect poteaux)	4	
		38	3807	M2 (protect poteaux)	2	
		39	3657	M21	2	
		40	2216	M2 (rés à 20h10)	2	
		41	2218	M2 (prprotect poteaux)	2	
0637	Sporta EK	42	4605	M2 (protect poteaux)	2	
0670	Renaissance	43	4953	M19 (Rés), M2 (protect poteaux)	4	
		44	4872	R7 (chgt n° 33)	12	
		45	1022	R7 (chgt n° 36)	12	
0831	Spa FVC	46	2702	M20 (délég rés) M2 (protect poteaux)	3	
		47	3013	M18	1	
0973	Hermalle	48	3661	M10, 2M16	3	
		49	3667	M10	1	
1044	Loncin	50	3801	M10	1	
		51	3678	R7 (chgt n° 47), Adm3 (demande chgt tardive)	20	
		52	3897	R7 (chgt n° 48)	12	
1069	Malmedy	53	3581	M10	1	
1089	St Vith	54	4526	F3	8	
1224	Lommersweiler	55	2062	R7 (chgt n° 24)	12	
		56	1025	R7 (chgt n° 25)	12	
1296	Calaminia II	57	4509	M10	1	
		58	3099	R7 (chgt n° 38)	12	
1317	Franchimont Theux	59	4504	M2, M23	6	
		60	3504	M23	4	
		61	4516	M23	4	
		62	3516	M23	4	
		63	1518	M10	1	
1319	Marchin	64	1005	M18 (Rés)	1	
1348	Tihange	65	2705	M10	1	
		66	2712	M10	1	
		67	2215	M10, M2 (filet + protect poteaux), M1 (marqueur)	4	
1505	Raeren	68	3501	M13 (Rés), M11 (Rés), 2M20 (Marq + Délég)	8	
1557	Mortroux	69	2208	Rés 1	4	
		70	3008	M11 (délégué – 18 ans)	2	
1577	Esneux	71	3202	F3	8	
				Déplacement arbitre	7,57€	
				Indemnité arbitre	21,7€	
		72	1001	F12	10	
		73	2203	F3	8	
				Déplacement arbitre	6,58€	
				Indemnité arbitre	24,8€	
		74	2701	F12	10	
		75	3654	F12	10	
		76		LISTE DE FORCE NON EN ORDRE	50	
		77	1008	Rés 9	4	
		78	2254	Rés 9, M2 (bois filet)	6	
		79	2708	Rés 9, M23	8	
		80	3158	M2 (protect poteaux)	2	
1643	Thimister	81	3656	M10	1	
		82	1503	M2 (plaquettes chang)	2	
		83	3661	M11 (Rés), M20 (coach rés)	3	
1751	Dison	84	1002	M10	1	
		85	1033	R7 (chgt n° 42)	12	

1756	Baelen	86	3581	M10	1
1789	Micheroux Soumagne	87	4705	M10	1
2025	Juprelle	88	4742	R7 (chgt n° 34)	12
		89	3663	M21	2
2066	Seraing VBC	90	3802	M2 (protect poteaux)	2
		91	1502	M10	1
		92	1508	M10	1
		93	3163	M2 (filet + protect poteaux)	2
		94	2214	M2 (protect poteaux)	2
		95	3814	M20 (capitaine reserve)	1
2069	A Dalhem	96	4718	M2, M11 (Rés), M11	6
		97	3668	M18	1
5005	Hannut	98	3209	F3	8
				Déplacement arbitre	6,06€
				Indemnité arbitre	21,7€
		99	3811	M2 (protect poteaux + toise)	2
5035	St Louis Waremme	100	D021	R7 (chgt n° 37)	12
		101	4865	M2, M11 (Rés), M13 (Rés)	8
5056	T Aubel	102	4569	M11 (Rés)	2
5079	Pol Fléron	103	2011	Rés2, M11 (Rés), M2 (protect poteaux)	12
5084	Visé	104	2208	M10	1
		105	2214	M10	1
5086	Gd Rechain	106	2502	Adm3 (erreur destinataire FM), M11 (Rés)	10
5087	Neupré	107	3803	F3	8
				Déplacement arbitre	9,08€
				Indemnité arbitre	21,7€
		108	4705	F3	8
				Déplacement arbitre	14,82€
				Indemnité arbitre	18,6€
		109	4711	M21	2
		110	2713	R7 (chgt n° 46), Adm3 (demande chgt tardive)	20
5103	Oreye	111	3817	M2 (feuille match)	2
5116	Vollamac	112	4922	F3	8
				Déplacement arbitre	17,25€
				Indemnité arbitre	18,76€
5132	Remouchamps G	113	4852	Rés9 (Rés), M10	5
		114	2201	M2 (protect poteaux)	2
		115	3154	M18 (n° 17)	1
		116	3159	M2 (protect poteaux + podium)	2
		117	1511	M11 (Rés), M13 (Rés)	6
		118	2213	M2 (filet + protect poteaux)	2
5134	Waremme VBC	119	1010	M23, M11 (délég = marqueur)	6
5187	St Jo Herve	120	2003	M10	1
		121	2010	M2 (protect poteaux)	2

Rectificatif : 5005 Hannut

annulation amende réf. 15

Mat.Lg	Club	Réf.Am	N°match	Infractions	U.T.
0232	Sart Tilman	122	2219	M2 (protect. Poteaux)	2
		123	2721	M13 (rés)	4
0290	Grivegnée	124	3682	R7 (chgt n° 56)	12
		125	3172	M20 (coach rés.)	1
		126	2728	M2 (protect poteaux)	2
		127	3178	2M20 (cap + coach)	2
0573	Embourg Tilff	128	D036	R7 (chgt n° 53), Adm3 (dem tardive chgt 53), M11 (délég no club)	22
		129	1537	R7 (cgt n° 54)	8
		130	3173	M10	1
		131	3823	M20 (marqueur)	1
		132	3178	M10, 2M18	3
		133	2228	Rés 6	8
		134	2230	Rés6	8
		135	3178	Art. 6030/2/c coach sans carte	24
		136	3777	R7 (chgt n° 59)	12
0637	Sporta EK	137	D034	M10	1
0670	Renaissance	138	1028	Adm 3 (demande tardive)	8
0704	Flémalle	139	1029	M2 (filet)	2
0831	Spa FVC	140	3530	M11, M13	6
		141	3025	M2 (protect poteaux)	2
0836	A Welkenraedt	142	3523	M10	1

0881	Rocourt	143	M004	M21	2
0973	Hermalle	144	3679	M2 (protect poteaux)	2
1044	Loncin	145	2719	M13 (rés)	4
		146	3927	R7 (chgt n° 58), Adm3 (demande tardive)	20
1089	St Vith	147	2014	M2 (protect poteaux)	2
		148	4514	M13 (marq -16ans), M11 (délég -18ans)	6
		149	2020	M18	1
		150	4520	M2 (feuilles match)	2
1296	Calaminia II	151	3027	R7 (chgt n° 57)	12
1317	Franchimont Theux	152	4600	M23	4
1348	Tihange	153	4875	F7 (rés)	
		154	3177	M2 (feuille de match)	2
		155	2227	M2 (filet), 4M18 (rés)	6
1505	Raeren	156	3525	M2 (protect poteaux)	2
1557	Mortroux	157	3024	Rés6 (ccht 16/10), M11 (délég -18ans)	10
1577	Esneux	158	3174	M18	1
		159	2220	M (protect . pot.)	2
		160	3669	M11 (délég – 18 ans), M13 (Marq – 16ans)	6
		161	3680	M21	2
1751	Dison	162	3673	M11 (rés), 2M20 (marq + délég)	4
1756	Baelen	163	3521	F3 (lic 218044) (rés)	8
2066	Seraing VBC	164	4720	M21	2
		165	4774	M11 (délég = coach) M13 (marq coach)	6
		166	3175	M2 (protect poteaux)	2
2069	A Dalhem	167	3694	R7 (chgt n° 50)	12
		168	2764	R7 (chgt n° 51)	12
5005	Hannut	169	M010	Adm3 (demande tardive chgt 52)	8
		170	3171	M11 (délég -18 ans)	2
		171	D035	M2 (protect poteaux)	2
5056	T Aubel	172	3510	M1 (marq)	1
5079	Pol Fléron	173	2092	M2 (protect poteaux), M24	6
5086	Gd Rechain	174	3674	M11 (rés)	2
		175	D022	M1	1
		176	M008	4M1	4
5087	Neupré	177	2713	M18	1
5088	Aywaille	178	2229	M2	2
5103	Oreye	179	D032	M20 (délég)	1
5132	Remouchamps G	180	2219	2M18	2
		181	4965	M2 (protect. Poteaux) , M10	3
		182	D033	Rés 6	8
		183	4876	M10	1
		184	1592	M11 (rés)	2
		185	2225	M20 (rés cap)	1
		186	4876	Art. 6030/2/C coach sans carte, M11, M13	30
5170	Ans	187	1519	M10	1
		188	D023	M10, M20 (délég), M21	4
	Selection	189	2836	3M17	3
		190	2833	F7	8
				Déplacements arbitres	12,71€
				Indemnité arbitre	18,60€

A payer pour le 03 décembre au compte amendes 776-5928851-17

JEUNES

Contacts

Contacts club Jeunes 2009-2010

			Responsables Jeunes	Secrétaires	
836	A.R. Welkenraedt		lio.robertz@skynet.be	michel.krutzen@skynet.be	0477/361439
5170	Ans	04/2390053	jfbourette@mobistarmail.be	claire@wnm.be	0476/611433
5056	Aubel	0498/240837	jackygeorge58@base.be	jackygeorge58@base.be	0498/434947
1756	Baelen	0478/884168	thierry.corda@skynet.be	thierry.corda@skynet.be	0474/957975
1296	Calaminia	0473/354121	piel_sandra@hotmail.com	georges.reip@skynet.be	087/574075
2069	Dalhem	04/2891421	madeleine.fafchamps@hotmail.com	madeleine.fafchamps@hotmail.com	0475/706134
1751	Dison	0494/891577	vbc-dison@hotmail.com	vbc-dison@hotmail.com	0476/552926
573	Embourg	0495/287120	laurent.simic@teledisnet.be	claudedriessens@yahoo.fr	0498/434947
704	Flémalle	04/2757423	luc.giltay@hotmail.com	simaleric@euphony.net	
290	Grivegnée	04/3432212	mimi_rem@msn.com	polojeanne@gmail.com	0472/793321
5005	Hannut	0479/778425	belise888@hotmail.com	valerie.mertens@hotmail.com	0496/232301
973	Hermalle	0486/989880	benequinet@hotmail.com	albertstekke@skynet.be	0479/817075
5187	Herve	087/661537	lainlain@live.be	didier.smets@lonza.com	0472/870521
5181	Limbourg	0494/215169	s.pyre@ar.be	s.pyre@hotmail.com	0476/552926
1224	Lommersweiler	0479/264321	mangot24@freeweb.be	mangot24@freeweb.be	
1044	Loncin	0473/261666	andremariefroidcoeur@hotmail.com	andremariefroidcoeur@hotmail.com	
1069	Malmedy	0498/196639	jacques.henrard@3B.Fibreglass.com	jacques.henrard@3B.Fibreglass.com	0472/793321
1319	Marchin	0496/055905	yann.simons@gmail.com	yann.simons@gmail.com	
1557	Mortroux	0479/292504	patrick.dufays@teledisnet.be	jo.ruy@teledisnet.be	0474/788144
5087	Neupré	0495/258455	pierrat.l@skynet.be	beelenisabelle@yahoo.fr	
5103	Oreye	0477/680746	marc.hansoul@skynet.be	yvesvigneaux@hotmail.com	0472/870521
5132	Remouchamps	0474/890771	xavier.burgevin@mil.be	brunopef@hotmail.com	0495/131000
881	Rocourt	0497/553548	vthomas@techspace-aero.be	carmelo.s@skynet.be	
2066	Seraing	0476/611433	dany.bourguignon@gmail.com	dany.bourguignon@gmail.com	
5035	SL Waremme	0499/359549	etiennedanthinne@skynet.be	marc.vandeveld@base.be	0479/817075
1789	Soumagne	0473/522331	robertlapierre@skynet.be	robertlapierre@skynet.be	0479/817075
831	Spa	0476/576111	valerie.duculot@gmail.com	jd.debarba@skynet.be	0473/986310
831	Spa	0494/501245	miks214@skynet.be	jd.debarba@skynet.be	0474/957975
637	Sporta	0473/495162	yveschevalier@skynet.be	b.thissen@skynet.be ; n.teller@belgacom.net	04/2784174
5049	St Jo Welkenrae	0498/856528	andre.derome@skynet.be	dominique.lousberg@euphony.net	0474/788144
1089	St Vith	0473/880923	mu.bernard@skynet.be	winandbillet@yahoo.de	0476/434824
5014	Stavelot	080/880523	benoit_perrez@yahoo.fr	jacsou@skynet.be ; fa471737@skynet.be	0497/457849
1317	Theux	0472/730093	renardramjoie@skynet.be	valerielamboray@hotmail.com	0498/434947
1643	Thimister	0496/061466	francis.devos@tracpiece.be	bottinphilippe@hotmail.com	0476/552926
1348	Tihange	0475/706134	andre.riga@just.fgov.be	andre.riga@just.fgov.be	0474/957975
5134	VBC Waremme	0499/359549	etiennedanthinne@skynet.be	alaincabay@skynet.be	0498/434947
199	Verviers Ath VC	0494/217779	smeets.serge@skynet.be	anne.cuvelier@ing.be	
Lx988	Vielsalm		alaindeneve@skynet.be	alaindeneve@skynet.be	

Résultats

WE des 10-11 Octobre 2009				
Cadettes filles série A				
5001	Calaminia	Grivegnée	3-0	3-0
5003	Thimister	Neupré	3-0	3-0
5017	Loncin	SL Waremme	0-3	0-3
Cadettes filles série B				
5025	Stavelot	Ath Verviers	3-0	3-0
5027	Lommersweiler	St Jo Welkenraedt	2-3	1-2
Série cadets garçons				
5408	Hannut	Sporta	f-3	f-3
5409	Stavelot	Mortroux	0-3	2-1
5410	Vielsalm	Seraing	3-0	3-0
5411	St Jo Welkenraedt	Remouchamps	3-0	3-0
5412	Spa	Aubel	3-0	3-0
Série Minimes garçons				
6506	Soumagne	Spa	0-3	
6508	Lommers	Grivegnée	3-f	
6509	Dison	St Vith	3-0	
Série Minimes Filles A				
6603	Aubel	Flémalle	3-0	
6604	Stavelot	Calamine	1-3	
Série Minimes Filles B				
6702	Thimister	Sporta	3-0	
6703	Limbourg	Aubel	3-0	
Série Minimes Filles C				
6804	Lommers	Neupré	0-3	
6805	Loncin	Soumagne	0-3	
Série Minimes Mixtes D				
6904	Thimister	Baelen	3-0	
6906	St Jo Welkenraedt	Embourg	3-f	
Série Pupilles série A				
6105	Aubel	Remouchamps	1-7	
6104	Waremme VBC	SL Waremme	8-0	
Série Pupilles série B				
6204	Hermalle	Sporta	0-8	
6205	Malmedy	St Vith	1-7	
6206	Stavelot	Lommers	5-3	
Série Pupilles série C				
6304	St Jo Welkenraedt	Baelen	6-2	
6305	Limbourg	Aubel	3-5	
Série Pupilles série D				
6412	SL Waremme	VBC Waremme	4-4	
WE des 17-18 Octobre 2009				
Cadettes filles série A				
5004	Grivegnée	SL Waremme	0-3	0-3
5005	Oreye	Thimister	remis	
5006	Neupré	Loncin	0-3	0-3
Cadettes filles série B				
5029	St Jo Welkenraedt	Malmedy	3-0	2-1
5030	Remouchamps	Spa	0-3	0-3
Série cadets garçons				
5401	Stavelot	Vielsalm	0-3	0-3
5413	Aubel	Sporta	2-3	0-3
5414	Hannut	Mortroux	0-3	0-3
Série Minimes garçons				
6510	Spa	Ans	3-0	
6511	Lommers	Dison	1-3	
6512	St Vith	Soumagne	0-3	
6513	Grivegnée	Sporta	0-3	
Série Minimes Filles A				
6605	Waremme St Louis	Flémalle	3-0	
6606	Aubel	Stavelot	3-2	
Série Minimes Filles B				
6704	Thimister	Aubel	3-0	
6711	St Jo Welkenraedt	Sporta	3-1	
Série Minimes Filles C				

6807	Loncin	Embourg	3-1	
6809	Malmedy	Soumagne	3-1	
Série Minimes Mixtes D				
6907	Limbourg	Stavelot	0-3	
6908	Thimister	Embourg	3-f	
6909	Oreye	Baelen	3-0	
Série Pupilles série A				
6106	Aubel	Thimister	0-8	
6118	Waremme VBC	Remouchamps	5-3	
Série Pupilles série B				
6207	Lommersweiler	Malmedy	3-5	
6208	Sporta	Stavelot	6-2	
6216	St Vith	Mortroux	8-f	
Série Pupilles série C				
6307	St Jo Welkenraedt	Herve	6-2	
6308	Baelen	Aubel	4-4	
Série Pupilles série D				
6405	VBC Waremme	Seraing	8-f	
Série Ligue Jeunes				
5901	Marchin	Seraing	3-0	
WE des 24-25 Octobre 2009				
Cadettes filles série A				
5007	Calaminia	Oreye	3-0	2-1
5008	SL Waremme	Neupré	3-f	3-f

Cadettes filles série B				
5031	Stavelot	St Jo Welkenraedt	3-0	3-0
5032	Ath Verviers	Remouchamps	2-3	2-1
5033	Spa	Lommersweiler	3-0	3-0
Série cadets garçons				
5416	Aubel	Mortroux	2-3	1-2
5417	Seraing	St Jo Welkenraedt	0-3	0-3
5418	Vielsalm	Remouchamps	3-0	3-0
5419	Hannut	Spa	0-3	0-3
5445	Sporta	Stavelot	3-2	2-1
Série Minimes garçons				
6514	Dison	Spa	0-3	
Série Minimes Filles A				
6611	Flemalle	Aubel A	2-3	
Série Minimes Filles B				
6706	Limbourg	Thimister	0-3	
6710	Sporta	St Jo Welkenraedt	3-1	
Série Minimes Filles C				
6811	Dalhem	Loncin	3-0	
Série Minimes Mixtes D				
6911	Oreye	Thimister	3-1	
6912	Embourg	Stavelot	2-3	
Série Pupilles série A				
6110	Waremme SL	Thimister	0-8	
6117	Remouchamps	Aubel	6-2	
Série Pupilles série B				
6210	Hermalle	Lommers	1-7	
6215	Sporta	Malmedy	8-0	
Série Pupilles série C				
6309	Spa	Limbourg	7-1	
6310	Aubel	St Jo Welkenraedt	4-4	
Série Pupilles série D				
6409	Flémalle	Seraing	2-6	
6410	SL Waremme	Thimister	4-4	
Série Ligue Jeunes				
5902	Vollamac	Marchin	0-3	
WE des 31 octobre - 1 novembre 2009				
Cadettes filles série A				
5009	Loncin	Grivegnée	3-0	3-0
Cadettes filles série B				
5036	Malmedy	Remouchamps	3-1	3-0

Série cadets garçons				
5420	Stavelot	Aubel	3-1	1-2
5421	Mortroux	Seraing	3-f	3-f
5422	Spa	Vielsalm	0-3	1-2
5424	Remouchamps	Hannut	3-0	3-f

Série Minimes garçons				
6518	Ans	Soumagne	0-3	
6519	Lommers	Sporta	nc	
6520	Dison	Grivegnée	3-0	
Série Minimes Filles A				
6607	Calaminia	Aubel A	0-3	
6612	Waremme SL	Stavelot	3-1	
Série Minimes Filles B				
6716	Aubel	Thimister	0-3	
Série Minimes Filles C				
6817	Loncin	Lommers	3-0	
6808	Neupré	Dalhem	0-3	
Série Minimes Mixtes D				
6910	Limbourg	Baelen	0-3	
6921	St-Jo Welkenraedt	Limbourg	3-1	
6918	Stavelot	St Jo Welkenraedt	1-3	
Série Pupilles série A				
6111	Waremme SL	Aubel	6-2	
6112	Remouchamps	Waremme VBC	4-4	
Série Pupilles série B				
6211	Stavelot	Malmedy	7-1	
6209	St Vith	Hermalle	7-1	
Série Pupilles série C				
6311	Limbourg	Baelen	0-8	
Série Pupilles série D				
6411	Remouchamps	VBC Waremme	4-4	
6403	Thimister	Flemalle	8-0	

CLASSEMENTS

Cadets Garçons première										
	équipes	J	G3	G2	P	P1	F	Pt	Set+	Set-
1	Vielsalm	4	4	0	0	0	0	12	12	0
2	Spa	5	4	0	1	0	0	12	12	3
3	Sporta	4	2	2	0	0	0	10	12	4
4	Mortroux	4	2	1	1	0	0	8	9	5
5	Stavelot	5	2	0	2	1	0	7	8	10
6	St Jo Welkenr	3	2	0	1	0	0	6	6	3
7	Aubel	5	5	0	2	2	0	5	8	12
8	Remouchamps	3	0	0	3	0	0	0	0	9
9	Seraing	4	0	0	3	0	1	-1	0	12
10	Hannut	3	0	0	1	0	2	-2	0	9

Cadets Garçons Réserve										
		J	G	P	F	Pt	Set+	Set-		
1	Spa	5	4	1	0	13	13	2		
2	Vielsalm	4	4	0	0	11	11	1		
3	Sporta	4	4	0	0	10	10	2		
4	Mortroux	4	2	2	0	7	7	5		
5	Stavelot	5	2	3	0	7	7	8		
6	St Jo Welkenr	3	2	1	0	6	6	3		
7	Aubel	5	2	3	0	6	6	6		
8	Remouchamps	3	0	3	0	0	0	9		
9	Seraing	4	0	3	1	-1	0	12		
10	Hannut	3	0	1	2	-2	0	9		

Cadettes Filles A Première										
	équipes	J	G3	G2	P	P1	F	Pt	Set+	Set-
1	SL Waremme	4	4	0	0	0	0	12	12	0
2	Calaminia	2	2	0	0	0	0	6	6	0
3	Loncin	3	2	0	0	0	1	5	6	3
4	Thimister	1	1	0	0	0	0	3	3	0
5	Oreye	2	0	0	2	0	0	0	0	6
6	Grivegnée	3	0	0	3	0	0	0	0	9
7	Neupré	3	0	0	2	0	1	-1	0	9

Cadettes Filles A Réserve										
		J	G	P	F	Pt	Set+	Set-		
1	Spa	2	2	0	0	6	6	0		
2	Stavelot	2	2	0	0	6	6	0		
3	Malmedy	2	1	1	0	4	4	2		
4	Lommersweiler	3	1	2	0	4	4	5		
5	St Jo Welkenraedt	3	2	1	0	4	4	5		
6	Ath Verviers	3	1	2	0	2	2	7		
7	Remouchamps	3	0	3	0	1	1	8		

Cadettes Filles B Première										
	équipes	J	G3	G2	P	P1	F	Pt	Set+	Set-
1	Spa	2	2	0	0	0	0	6	6	0
2	Stavelot	2	2	0	0	0	0	6	6	0
3	St Jo Welkentraedt	3	1	1	1	0	0	5	6	5
4	Lommersweiler	3	1	0	1	1	0	4	5	6
5	Malmedy	2	0	0	1	0	0	3	3	4
6	Remouchamps	3	0	1	2	0	0	2	4	8
7	Ath Verviers	3	0	0	2	1	0	1	2	9

Cadettes Filles B Réserve										
	équipes	J	G	P	F	Pt	Set+	Set-		
1	Lommersweiler	2	1	1	0	4	4	2		
2	St Jo Welkentraedt	2	2	0	0	4	4	2		
3	Spa	1	1	0	0	3	3	0		
4	Stavelot	1	1	0	0	3	3	0		
5	Malmedy	1	0	1	0	1	1	2		
6	Remouchamps	1	0	1	0	0	0	3		
7	Ath Verviers	2	0	2	0	0	0	6		

Minimes Garçons										
	équipes	J	G3	G2	P	P1	F	Pt	Set+	Set-
1	Spa	5	5	0	0	0	0	15	15	0
2	Sporta	4	3	0	1	0	0	9	9	3
3	Soumagne	4	3	0	1	0	0	9	9	3
4	Dison	5	3	0	2	0	0	9	9	7
5	Lommers	3	1	0	2	0	0	3	4	6
6	St Vith	3	1	0	2	0	0	3	3	6
7	Grivegnée	4	0	0	3	0	1	-1	0	12
8	Ans	4	0	0	2	0	2	-2	0	12

Minimes Filles A										
	équipes	J	G3	G2	P	P1	F	Pt	Set+	Set-
1	Aubel A	5	2	3	0	0	0	12	15	6
2	SL Waremme	3	2	0	0	1	0	7	8	4
3	Calaminia	3	2	0	1	0	0	6	6	5
4	Stavelot	3	0	0	2	1	0	1	4	9
5	Flémalle	4	0	0	3	1	0	1	3	12

Minimes Filles C										
	équipes	J	G3	G2	P	P1	F	Pt	Set+	Set-
1	Dalhem	3	3	0	0	0	0	9	9	0
2	Loncincin	4	2	0	2	0	0	6	6	7
3	Soumagne	3	1	0	2	0	0	3	4	6
4	Malmedy	1	1	0	0	0	0	3	3	1
5	Neupré	2	1	0	1	0	0	3	3	3
6	Embourg	1	0	0	1	0	0	0	1	3
7	Lommers	2	0	0	2	0	0	0	0	6

Minimes Filles B										
	équipes	J	G3	G2	P	P1	F	Pt	Set+	Set-
1	Thimister	5	5	0	0	0	0	15	15	0
2	St Jo Welk	3	2	0	1	0	0	6	7	4
3	Sporta	4	1	0	3	0	0	3	4	10
4	Limbourg	2	1	0	1	0	0	3	3	3
5	Aubel	4	0	0	4	0	0	0	0	12

Ligue Juniors										
	équipes	J	G3	G2	P	P1	F	Pt	Set+	Set-
1	Vollamac	1	0	0	1	0	0	0	0	3
2	Marchin	2	2	0	0	0	0	6	6	0
3	Seraing	1	0	0	1	0	0	0	0	3

Minimes Filles D										
	équipes	J	G3	G2	P	P1	F	Pt	Set+	Set-
1	St Jo Welk	4	4	0	0	0	0	12	12	2
2	Thimister	3	2	0	1	0	0	6	7	3
3	Oreye	2	2	0	0	0	0	6	6	1
4	Stavelot	3	1	1	1	0	0	5	7	5
5	Baelen	4	1	0	3	0	0	3	3	9
6	Limbourg	3	0	0	3	0	0	0	1	9
7	Embourg	3	0	0	0	1	2	-1	2	9

mise à jour

1/11/09

AMENDES JEUNES

Amendes et frais administratifs Jeunes 2009/2010 N°4						
Matr.	Club	Réf. Adm	N° Match	Infractions	Réf	U.T.
290	Grivegnée	J011	6508	forfait annoncé le jour même	F12	10
290	Grivegnée	J012	6513	résultats nc	Res 1	4
573	Embourg	J013	6906	forfait non annoncé à la cell compétition	F11	20
573	Embourg	J014	6908	forfait annoncé le mercredi soir	F2	2
573	Embourg	J015	6908	forfait annoncé	F2	2
573	Embourg	J016	6912	FA incomplète - pas n° match - pas de rotation	M19	3
704	Flémalle	J017	6611	résultats nc	Res 1	4
704	Flémalle	J018	6409	résultats nc + FA mal remplie	Res1 + M19	5
1044	Loncincin	J019	5017	FA incomplète - pas n° match	M19	2
1044	Loncincin	J020	5017	forfait cause joueuse F Soultanbeieff sans dérogation	F3	8
1044	Loncincin	J021	6807	résultats nc + FA non regl	Res1 + M23	8

1224	Lommers	J022	6804	résultats nc	Res 1	4
1557	Mortroux	J023	6216	forfait non annoncé à la cell compétition	F11	20
1643	Thimister	J024	6702	retard feuille arbitrage 1 semaine	Res 6	8
1643	Thimister	J025	6904	retard feuille arbitrage 1 semaine	Res 6	8
1751	Dison	J026	6509	résultats nc + coach manquant	Res1+M20	5
1756	Baelen	J027	6304	2 joueurs sur 3 non en ordre	F7	8
5005	Hannut	J028	5414	Retard FA + retard communications résultats	Res 6 + 1	12
5056	Aubel	J029	6105	résultats nc	Res 1	4
5087	Neupré	J030	5008	forfait non annoncé à la cell compétition	F11	20
5170	Ans	J031	6507	forfait annoncé le samedi	F12	10
5170	Ans	J032	6502	forfait cause joueur F Habraken sans dérogation	F3	8

A payer sur le compte amendes **776-5928851-17** en précisant le n° de l'amende commençant par J...
avant le **3 décembre 09**

LOISIRS

RESULTATS DES MATCHS :

			Set 1	Set 2	Set 3	Set 4	Score	Rés						
w-e du 10/10/09														
LOISIRS A														
9014	ST JO	HELEBRAC	25	21	15	25	23	25	25	16	2	2	2	1
9015	DISON	G RECHAIN	21	25	19	25	25	20	25	14	2	2	3	0
9016	AUBEL	LOMMERS	25	13	25	17	25	14	25	13	4	0	3	0
9017	THIMISTER	LONCIN	25	22	25	20	30	28	21	25	3	1	0	3
LOISIRS B														
9115	PERRON	HANNUT	25	0	25	0	25	0	25	0	4	F	3	F
9116	STAVELLOT	AYWAILLE	25	15	15	25	16	25	25	14	2	2	0	3
9117	HEUSY	TROOZ	25	23	25	18	25	18	25	14	4	0	2	1
9118	SOUMAGNE	PERRON	25	13	25	15	13	25	24	26	2	2	2	1
9119	HANNUT	HERVE	14	25	8	25	14	25	16	25	0	4	0	3
9120	SERVOC	JUPRELLE	16	25	16	25	10	25	22	25	0	4	0	3
LOISIRS C1														
9310	MAM'DY 2	HERMALLE	25	17	25	10	25	14	25	13	4	0	SR	
9311	MAM'DY 1	G RECHAIN	18	25	25	11	25	18	25	10	3	1	0	3
9312	EP VERVIERS	ST JO	27	25	25	16	25	16	23	25	3	1	3	0
LOISIRS C2														
9415	EMBOURG	RENAISSANCE	13	25	20	25	21	25	19	25	0	4	2	1
9416	TIHANGE HUY 2	DURS OREYE	25	21	25	23	25	23	25	27	3	1	2	1
9417	SERESIENNE	U WAREMME									remis			
9418	INCO OREYE	EMBOURG	25	16	19	25	13	25	27	25	2	2	0	3
9419	ANS	TIHANGE HUY 1	25	14	18	25	19	25	18	25	1	3	1	2
9431	DURS OREYE	RENAISSANCE									remis			

w-e du 17/10/09													
COUPE													
CL06	TIHANGE HUY 2	THIMISTER	25	10	25	14	25	21	23	25	3	1	
CL07	ANS	GD RECHAIN 2	25	11	25	15	25	20	20	25	3	1	
CL11	N-D HEUSY	DISON	25	21	22	25	26	24	25	16	3	1	
CL14	AYWAILLE 2	LONCIN	24	26	25	22	11	25	11	25	1	3	
LOISIRS A													
9018	ST JO	AYWAILLE	16	25	25	21	13	25	27	25	2	2	1 2
9019	WANZE	LOMMERS	15	25	25	23	19	25	?	?	1	3	1 2
LOISIRS C1													
9313	MAM'DY 1	STAVELOT	24	26	19	25	19	25	25	13	1	3	1 2
9314	SPA	EP VERVIERS	25	12	18	25	25	21	25	23	3	1	1 2
LOISIRS C2													
9420	U WAREMME	TIHANGE HUY 2	20	25	12	25	12	25	23	25	0	4	2 1
w-e du 24/10/09													
LOISIRS A													
9020	HELEBRAC	ST JO									remis		
9021	AYWAILLE	AUBEL	25	21	25	19	25	20	25	17	4	0	0 3
9022	G RECHAIN	LONCIN	16	25	25	21	21	25	26	24	2	2	2 1
LOISIRS B													
9121	PERRON	STAVELOT									3	1	1 2
9122	HEUSY	SOU MAGNE	25	20	12	25	25	14	25	18	3	1	3 0
9123	HERVE	WAREMME	26	24	21	25	22	25	18	25	1	3	2 1
9124	SERVOC	HANNUT	25	8	25	5	25	2	?	?	4	0	3 0
9125	AYWAILLE 2	JUPRELLE	25	20	19	25	25	20	25	18	3	1	3 0
LOISIRS C1													
9315	STAVELOT	MAM'DY 1	25	19	19	25	24	26	20	25	1	3	1 2
9316	HERMALLE	EP VERVIERS	25	18	23	25	25	19	25	20	3	1	2 1
LOISIRS C2													
9421	U WAREMME	TIHANGE HUY 1	25	27	15	25	16	25	17	25	0	4	0 3
9422	SERESIENNE	INCO OREYE	25	14	25	14	22	25	25	19	3	1	1 2
9423	DURS OREYE	ANS	25	18	25	23	18	25	18	25	2	2	0 3

CLASSEMENTS :

Loisirs A		J	G	N	P	F	SG	SP	Pt
1	Lommersweiler	5	3	1	1	0	13	7	12
2	Grand-Rechain 1	4	1	3	0	0	9	7	9
3	St Jo Welk. 1	5	1	2	2	0	8	12	9
4	Aywaille 1	3	2	1	0	0	9	3	8
5	Dison	4	1	2	1	0	8	8	8
6	Aubel	3	2	0	1	0	7	5	7
7	Hélébrac	3	1	1	1	0	6	6	6
8	Thimister	3	1	0	2	0	5	7	5
9	Wanze	3	0	1	2	0	4	8	4
10	Loncin	3	0	1	2	0	3	9	4

Loisirs B		J	G	N	P	F	SG	SP	Pt
1	N-D Heusy	5	5	0	0	0	18	2	15
2	Herve	5	3	1	1	0	14	6	12
3	Ath. Perron	5	2	2	1	0	11	9	11
4	Juprelle	5	2	1	2	0	11	9	10
5	Aywaille 2	4	2	1	1	0	9	7	9
6	Waremm VBC	3	2	0	1	0	7	5	7
7	Servoc	4	1	1	2	0	7	9	7
8	Stavelot 1	4	1	1	2	0	7	9	7
9	Trooz	4	0	2	2	0	5	11	6
10	Soumagne	4	0	1	3	0	3	13	5
11	Hannut	3	0	0	2	1	0	12	2

<u>Loisirs C1</u>									<u>Loisirs C2</u>								
	J	G	N	P	F	SG	SP	Pt		J	G	N	P	F	SG	SP	Pt
1 Mam'Dy 2	4	4	0	0	0	16	0	12	1 Tihange-Huy 2	4	4	0	0	0	14	2	12
2 Mam'Dy 1	7	3	0	3	1	12	16	12	2 Tihange-Huy 1	4	4	0	0	0	14	2	12
3 Hermalle	4	3	0	1	0	11	5	10	3 Renaissance	4	3	0	1	0	12	4	10
4 EP Verviers	5	2	1	2	0	10	10	10	4 Seresienne	5	2	1	2	0	10	10	10
5 Spa FVC	3	2	0	1	0	7	5	7	5 Inco Oreye	6	1	1	4	0	7	17	9
6 Stavelot 2	3	1	1	1	0	6	6	6	6 Ans	4	1	1	1	1	6	10	6
7 St Jo Welk. 2	4	0	0	4	0	1	15	4	7 Durs d'Oreye	4	0	1	3	0	5	11	5
8 Grand-Rechain 2	2	0	0	2	0	1	7	2	8 U. Waremme	3	0	1	2	0	2	10	4
									9 Embourg	2	0	1	1	0	2	6	3

CHANGEMENTS DE MATCHS :

Chgt n°	Match n°	Visité	Visiteur	Anc date	Anc jour	Anc heure	Demandeur	Nouv date	Nouv jour	Nouv heure	Type	Accord / Refus
L003	9411	U. WAREMME	EMBOURG	03/10/09	ven	21:15	U. WAREMME	07/11/09	ven	21:15	L233/2	Imposé
L013	9465	TIHANGE 1	DURS D'OREYE	13/02/10	lun	21:15	TIHANGE	13/02/10	mer	21:15	L233/3	Imposé
L019	9434	INCO OREYE	DURS D'OREYE	14/11/09	dim	11:00	INCO OREYE	02/01/10	dim	11:00	L233/2	Imposé
L021	9417	SERESIENNE	U. WAREMME	10/10/09	sam	19:30	SERESIENNE	20/02/10	sam	19:30	L233/1	Imposé
L025	9320	GD RECHAIN	SPA	08/11/09	dim	17:15	SPA	22/11/09	dim	10:45	L233/2	Accord
L027	9318	EP VERVIERS	GD RECHAIN	31/10/09	ven	21:15	EP VERVIERS	05/02/10	ven	21:15	L233/2	Accord
L028	9109	WAREMME VBC	SERVOC	21/11/09	dim	14:30	WAREMME VBC	14/11/09	mer	19:30	L233/2	Accord

Les changements n° L003, L013, L019 et L021 sont les dates proposées par les demandeurs. Elles ont été imposées car il n'y a pas eu de réponses de leurs adversaires.

AMENDES ET FRAIS ADMINISTRATIFS :

Mat.	Club	Réf.Am	N°match	Infractions ou commentaires	UT.
9002	SERVOC	L023	9124	L262 (manque score 4° set)	2
		L024	CL17	L242	10
9009	HERVE	L025	9123	L262 (manque nom équipe averse)	2
9012	HANNUT	L026	9119	L251/1, L262 (manque vainqueur du match)	6
9016	EP VERVIERS	L027	9318	L233/2 (chgt n° L026)	12
9017	SPA	L028	9320	L233/2 (chgt n° L025)	12
9019	ATH PERRON	L029	9121	L266/1	8
9021	EMBOURG	L030	9415	L251/1	4
9031	WANZE	L031	9019	L262 (manque vainqueur de match et score 4° set)	2
9041	AUBEL	L032	9016	L251/1, L262 (manque vainqueur du match)	6
9043	VB ANS	L033	9419	L251/1, L262 (manque vainqueur du match)	6
9045	INCO OREYE	L034	9414	L264 (mauvaise adresse sur enveloppe)	4
		L035	9418	L264 (mauvaise adresse sur enveloppe), L251/1	8
9046	MAM'DY	L036	9310	L262 (manque noms des équipes)	2
		L037	9311	L262 (manque vainqueur du match)	2
9048	DISON	L038	9015	L266/1	8
9051	WAREMME VBC	L039	9109	L233/2 (chgt n° L027)	12

A payer pour le **03/12/2009** sur le compte Loisirs **732-0074211-57**
avec la référence de l'amende en communication.

INTERET GENERAL

Pour en finir avec les idées reçues sur le cœur du sportif

Idée reçue n°7 : Les vieux sont plus endurants que les jeunes (retrouvez les autres idées reçues dans le Hors Série n°23 du magazine Sport et Vie, janvier 2006)

Dans les disciplines d'endurance, on trouve des athlètes d'une exceptionnelle longévité, capables de rivaliser avec les jeunots jusqu'à 45 ans et plus. L'idée se propage ainsi que les aptitudes aérobies se bonifient avec l'âge. Vrai ou faux?

L'âge d'or du capitaine Redgrave

"Qu'on me tue si je repose un jour les pieds dans un bateau!" Lorsqu'il lança cette petite phrase aux Jeux d'Atlanta en 1996, Steve Redgrave venait de glaner sa quatrième médaille d'or olympique en deux sans barreur avec son équipier Matthew Pinsent. Quatre ans plus tard, on découvrait en même temps que l'imprécatrice avait parlé trop vite et qu'heureusement personne ne l'avait pris au mot. En effet, à Sydney, Steve Redgrave rééditait le même exploit avec l'équipe britannique de quatre sans barreur. Cinq titres consécutifs en cinq participations olympiques! A 38 ans, il dépassait l'exploit du discobole américain Al Oerter qui avait conservé son titre pendant quatre olympiades consécutives de 1956 à 1968. Vous ajoutez à cela six titres de champion du monde et vous comprendrez sans doute pourquoi l'homme a été désigné "Athlète du XXe siècle" par la presse britannique. Cette distinction lui a valu l'anoblissement de la Reine. Et comme un exploit ne vient jamais seul, on précisera que notre homme souffre du diabète depuis 1997. Aujourd'hui, Sir Steve Redgrave partage son temps entre le "charity business" avec sa fondation The Steve Redgrave Trust et sa collection de vêtements de sport en passant par le cabinet conseil qu'il a monté avec sa femme médecin. Il commente encore les courses d'aviron pour la télévision, dédicace son autobiographie intitulée fort justement *A Golden Age*, joue au golf, fait du ski et compte déjà une participation au marathon de Londres. Pas mal pour un bonhomme qui a toujours affirmé qu'il "détestait l'entraînement". Et remonter dans un bateau, est-ce bien fini comme il l'avait déjà faussement promis à Atlanta? Pour en avoir le cœur net, un journaliste lui a récemment posé la question. "Je l'avoue, je n'arrive toujours pas à tenir parole", lui répondit Redgrave. "Il pourrait m'arriver encore de prendre le ferry pour me rendre en France."

OS

Dans les sports réputés exigeants au niveau de l'endurance, on est souvent frappé par l'âge relativement avancé auquel les athlètes atteignent leur maturité. On pourrait citer les exemples emblématiques de la cycliste Jeannie Longo, de la tennismen Martina Navratilova, du boxeur George Foreman ou du marathonien Carlos Lopez. Mais nous avons choisi de parler de sports moins connus comme l'aviron, par exemple. Saviez-vous ainsi que les dix meilleurs mondiaux dépassent allègrement les 30 ans? Le plus vieux, l'Australien Mike McKay, affiche même fièrement 41 printemps au compteur. Plutôt impressionnant! En VTT, même tableau. L'Américain Ned Overend triomphe encore régulièrement alors qu'il est âgé de plus de 45 ans. Et le triathlon? Mark Allen n'a jamais paru aussi fort que lorsqu'il a remporté à Hawaï son sixième Ironman d'Hawaï en 1995. Il était alors âgé de 37 ans! Chaque week-end, de nombreux champions font ainsi la démonstration qu'on peut rester très compétitif pendant des années. Pour en avoir le cœur net, il suffit de se rendre à l'arrivée de n'importe quelle course longue distance. Les vétérans paraissent presque systématiquement plus fringants que leurs cadets. Faut-il en déduire que l'endurance s'améliore avec les années? L'hypothèse est flatteuse pour les hordes de quadras et de quinquagénaires qui forment les pelotons. Mais résiste-t-elle à l'analyse scientifique?

L'endurance en pente douce

Première étape: il faut déterminer ce que l'on entend exactement par "endurance". Dans le langage courant, on l'emploie tout autant pour exprimer la patience, le flegme, la persévérance, la robustesse, la résistance ou l'opiniâtreté. Bref, il est difficile de trouver un terme plus fourre-tout! En physiologie heureusement, le spectre sémantique se restreint: l'endurance désigne alors "*l'aptitude à maintenir un certain niveau de puissance sur un temps donné*". Pour un coureur à pied, disons que c'est sa capacité à maintenir une bonne allure le plus

longtemps possible. De quoi dépend-elle? Cela reste relativement flou. L'endurance résulte d'une combinaison de facteurs parmi lesquels on pointe évidemment la typologie musculaire, c'est-à-dire la répartition des fibres lentes et des fibres rapides au sein du muscle. Cette caractéristique se trouve notamment sous dépendance génétique. Bref, il existe une grosse part d'hérédité dans le fait d'être ou de ne pas être un bon marathonien. L'entraînement joue également un grand rôle. Il permet d'améliorer la diffusion de l'oxygène par les petits vaisseaux des muscles vers les mitochondries des cellules. Voilà globalement où nous en sommes dans nos connaissances des fondements physiologiques de l'endurance. Pas terrible, il faut le reconnaître. Des progrès plus substantiels ont heureusement été accomplis pour lui trouver une formulation mathématique et, puisque le terme désigne la capacité à maintenir une certaine puissance sur une durée donnée, on la déterminera en fonction de la consommation maximale d'oxygène à l'effort (VO_2max) ou, pour des raisons de facilité sur le terrain, en fonction de la vitesse maximale aérobie (VMA): c'est-à-dire la vitesse de course qui correspond à la VO_2max . En cyclisme où la vitesse constitue un paramètre trop aléatoire, on utilisera plutôt les initiales PMA pour puissance maximale aérobie. Mais il s'agit toujours de la même chose. Imaginez-vous à vélo en train de gravir une côte le plus vite possible. Au cours de l'ascension, vous sentirez sans doute que vous touchez à un maximum. Plus question d'élever encore la cadence. Ce n'est pas que vous manquez de courage ou de panache comme le sous-entendent souvent les commentateurs sportifs. En fait, votre corps ne peut pas se permettre de dépenser plus d'énergie qu'il ne le fait à ce moment-là. Ou alors vous n'arriverez pas en haut. L'endurance se définit donc forcément en fonction de la tâche qu'il faut accomplir. On peut même tracer une relation entre la durée de l'effort et le pourcentage maximum de PMA (ou de VMA ou de VO_2max) que l'on peut soutenir sans s'arrêter. Ce lien a été identifié à la fin des années 1960. En pointant la consommation maximale d'oxygène d'un coureur lambda en fonction du temps de course en minutes, on s'est aperçu que la courbe obtenue décrivait une trajectoire curviligne qui prenait la forme d'une droite décroissante au-delà de trente minutes. Les théoriciens se sont alors empressés de chercher à mettre cette partie rectiligne de la courbe en équation. Le but recherché: prévoir le pourcentage de VO_2max qu'un athlète est théoriquement susceptible de maintenir au cours d'une épreuve de longue durée. Partant de là, on pensait pouvoir quantifier l'endurance théorique de chaque individu, prédire son temps sur marathon sans qu'il n'ait jamais eu à courir plus de 10.000 mètres. En théorie, l'idée paraissait séduisante. En pratique, on s'est rendu compte que le modèle proposé ne collait pas aux réalités du terrain. Pour être tout à fait raccord avec les valeurs observées, il fallait quasiment proposer une équation différente pour chaque catégorie de distance. Vous parlez d'un modèle! Nous en étions là lorsque, au milieu des années 1980, deux chercheurs québécois, Péronnet et Thibault, développèrent une approche un peu différente. Au lieu d'exprimer la durée de maintien de course pour chaque pourcentage de VMA en minutes, ils sont passés par une échelle différente exprimant le temps par son logarithme népérien. Résultat: la courbe de la consommation maximale d'oxygène devenait cette fois une belle droite du début à la fin. Grâce à cette pirouette mathématique, il devenait nettement plus facile de quantifier la valeur d'endurance. Il suffisait en somme de considérer la pente de la droite. L'endurance se caractérise alors par un chiffre entier négatif que l'on peut comparer ensuite à une échelle d'appréciation obtenue après évaluation de populations aux niveaux d'endurance très différents. Pour chaque athlète, on peut ainsi savoir si son endurance est très faible, faible, moyenne, forte ou très forte. A titre d'exemple, une grandeur de -4 (pente faible) caractérise une endurance forte tandis qu'une endurance faible correspondra à un chiffre de -10 (pente forte). Cette première donnée permet une bonne approximation de l'aptitude. Evidemment, cela ne suffit pas à contenter l'athlète de haut niveau qui cherche une évaluation plus fine. Il existe alors d'autres techniques d'évaluation que l'on formule en général en mesurant le temps pendant lequel une activité est susceptible d'être maintenue à un pourcentage particulier de VO_2max (ou de VMA). Là, on peut être très précis. Mais de tels tests se révèlent difficiles à mettre en place. Allez au devant d'un groupe de sportifs - footballeurs, rugbyens, handballeurs, volleyeurs, etc. - et demandez-leur de courir à 80% de vitesse maximale aérobie. Vous verrez les réactions.

La VO_2max ne fait pas son âge

Après ce petit débroussaillage autour de la notion d'endurance, essayons de répondre à notre question de départ: comment l'endurance évolue-t-elle avec le temps? De prime abord, on pourrait se dire que, puisqu'on retrouve la VO_2max dans le calcul, le déclin de ces deux valeurs se produira à l'unisson. De fait, on sait que la VO_2max d'un individu atteint son acmé à la fin de l'adolescence pour décroître ensuite un peu tous les ans. Il serait assez logique d'assister à une régression du même ordre dans les disciplines d'endurance. Le raisonnement n'est pas idiot. Mais on se place ici du point de vue de ce que certains appellent la "*capacité d'endurance*" (encore que cette expression assez vague ne fasse pas l'unanimité chez les spécialistes). En clair, on restreint les influences sur l'endurance à la seule VO_2max . Or, beaucoup d'autres facteurs entrent en ligne de compte. Voilà qui explique pourquoi, à VO_2max égale, deux coureurs à pied peuvent obtenir des performances très différentes sur marathon. L'écart de performance peut même atteindre une heure! D'un côté, on trouve des gros moteurs incapables de tenir dans la durée. De l'autre, on connaît des champions qui n'ont pas forcément une VO_2max incroyable mais qui compensent avec un excellent niveau d'endurance. Tout cela dépend aussi de l'entraînement. Or, si le programme pour améliorer la VO_2max passe par la répétition de séances d'*interval training*, l'endurance exige que l'on s'adonne à des sorties longues à intensité d'effort modéré. On parle d'entraînement "*de fond*" et les athlètes plus âgés se révèlent assez performants dans l'ensemble lorsqu'il s'agit de supporter ces efforts de longue durée. Pourquoi? Là encore, on ne sait pas très bien. Il semble que les muscles conservent intacte leur aptitude à consommer de l'oxygène. Il arrive même qu'ils la développent pour compenser la diminution de VO_2max . Il a été démontré que l'importance relative de la PAM et donc de la VAM pour prédire la performance est inversement proportionnelle à la distance (ou à la durée). Ainsi, plus la distance est longue, moins les écarts physiologiques dus à l'âge risquent de peser à l'arrivée puisque la vitesse (et donc la puissance) joue un rôle moins réducteur. Ce n'est pas un hasard si les coureurs à pied s'orientent vers des courses type marathon une fois la trentaine passée. On le voit bien dans les courses du dimanche où le gros du peloton est désormais constitué de coureurs de plus de trente ans. Le même phénomène se produit au plus haut niveau. Si beaucoup de spécialistes du 10.000 mètres comme l'Ethiopien Gebrselassie passent sur marathon à la fin de leur carrière sur piste, ce n'est pas seulement par défi sportif. C'est aussi la seule distance où ils savent qu'ils resteront compétitifs encore quelques années.

Les jeunes sont trop flambeurs

D'autres paramètres entrent en ligne de compte dans la persistance de cette endurance, notamment sur le plan des apports énergétiques. Certains spécialistes font alors la différence entre une "endurance pure" qui dépend essentiellement du système de distribution et de consommation d'oxygène et une "endurance glycogène" qui repose davantage sur l'utilisation raisonnée des ressources énergétiques. On sait qu'un coureur à pied bien entraîné sera plus apte à utiliser ses réserves et à reculer ainsi le seuil de la fatigue. Des expériences ont montré que cette endurance glycogène pèse sur des performances en course à pied dès que l'on dépasse les trois kilomètres. Au-delà de deux heures de course, elle peut même avoir une importance déterminante. Dans le cas d'un marathon, les coureurs redoutent le fameux mur des 30 bornes qui marque l'épuisement des réserves en glycogène. L'"endurance glycogène" désigne alors cette aptitude à stocker du glycogène en quantité importante et à l'utiliser de manière économique en brûlant de préférence les graisses dès le début de l'effort. Récapitulons. Pour répondre à la question "les vieux sont-ils plus endurants que les jeunes?", on doit faire la balance entre ce qui est perdu sur le plan de la consommation maximale d'oxygène et ce qui est gagné dans les différents types d'endurance. Là-dessus, il faut encore tenir compte de l'apparition de nouveaux facteurs comme par exemple la capacité d'une personne à évacuer l'excès de chaleur produit lors d'un effort en limitant l'augmentation de sa température corporelle. On appelle ce phénomène la thermolyse. Elle varie d'une personne à l'autre. Ainsi, les pertes de chaleur s'effectuant principalement par la peau, les gabarits légers et longilignes sont plus avantagés en raison d'une surface d'échange corporelle plus élevée par unité de masse. La $VO_2\text{max}$ varie aussi avec cette thermorégulation, ce qui complique encore plus les choses. Sorti du champ purement physiologique, on voit aussi qu'il existe d'autres critères susceptibles de jouer sur l'endurance d'une personne. On pense évidemment à la qualité technique avec laquelle le mouvement est effectué pendant l'effort. Lors de la course, l'économie de locomotion détermine la foulée. En cyclisme, la façon dont les pieds appuient sur les pédales. Car, de la même façon qu'on apprend à courir, on doit apprendre à pédaler de façon efficace. Ainsi, de nombreuses études démontrent qu'il existe des cadences de pédalage optimales permettant de limiter la quantité d'énergie gaspillée et par là-même la fatigue engendrée. En commençant ce chapitre, nous avons pris l'exemple de l'aviron en expliquant que l'âge mûr était plutôt un atout. En effet, les facteurs de performance ne se limitent pas à une question de masse musculaire, même si les gabarits des rameurs tutoient souvent le double mètre pour un bon quintal. En fait, on estime qu'il faut dix ou quinze ans pour acquérir un certain degré de maîtrise technique. L'efficacité du coup d'aviron repose par exemple sur sa capacité à caler parfaitement sa respiration sur la réalisation du mouvement. La compression de la cage thoracique lors de la phase de traction oblige également à trouver la position la plus favorable pour libérer l'air de ses poumons. L'attaque doit être faite rapidement et sans éclaboussures. Sous l'eau, la pelle doit trouver ses appuis sans à-coups et toujours plus vite, du début à la fin de la passée. Tout cela implique énormément de travail. Selon les disciplines, on devra encore tenir compte d'autres facteurs comme le choix du matériel le plus adapté, la stratégie de course, la capacité de concentration, etc. Les spécialistes des sports d'endurance comme les skieurs de fond savent très bien qu'on ne se proclame pas champion sur base de résultats de laboratoire. Résistance à la douleur, capacité à gérer le stress et dimension psychologique s'avèrent souvent prépondérantes en compétition. On retrouve bien ces phénomènes en natation. A moins d'être extrêmement doué ou d'avoir un physique hors norme, il faut souvent plusieurs années avant d'être au top ne serait-ce que pour maîtriser la technique de nage. Quand on passe six heures par jour dans un bassin, il faut aussi savoir gérer sa motivation. Pour toutes ces raisons, on comprend que l'âge civil reflète mal les capacités d'endurance alors qu'il est en général un indice beaucoup moins discutable pour d'autres types d'effort plus explosifs. De manière générale, les sports d'endurance et la course en particulier offrent donc cette chance formidable de pouvoir se mesurer à plus jeune ou à plus vieux que soi. L'âge ne devient plus autant un handicap. Cela peut même devenir carrément un avantage en termes de progression si l'on s'entraîne convenablement. Ainsi, une étude récente menée pendant 17 ans dans le cadre du marathon de New York a montré que les coureurs appartenant aux divers groupes d'âges compris de 10 à 50 ans n'ont connu aucune amélioration significative de leurs performances (1). En revanche, ceux âgés de 50 à 79 ans ont réduit leur temps de course de façon plus importante que leurs cadets, le groupe des hommes de 60 à 69 ans brillant même tout particulièrement avec des chronos qui ont gagné en moyenne 1,23 minutes par année. Voilà une illustration inhabituelle de ce que l'on appelle classiquement le privilège de l'âge !

Olivier Soichot

Hors série - Sport et Vie n°23

(1) Jokl P et coll. (2004), *Master's performance in the New York City Marathon 1983-1999*, *British Journal of Sports Medicine*, 38 (4): 408-12.

Petit poisson deviendra vieux

En 1981, soit une vingtaine d'années après s'être illustrés aux Jeux de Melbourne et de Rome (1956, 1960), deux grands noms de la natation mondiale ont refait parler d'eux: l'Américain Lance Larson et l'Australien exilé aux Etats-Unis, Murray Rose. Les deux hommes avaient été médaillés olympiques: une médaille d'or sur le 4x100 m et une d'argent sur le 100 mètres nage libre pour le premier, et quatre titres de champion olympique pour le second (deux fois sur 400 m, une fois sur 1500 m et une fois au 4x200 m). Pourquoi ce soudain regain de popularité? Simplement parce que, après avoir repris sérieusement l'entraînement, ils étaient parvenus l'un et l'autre à approcher leurs records de jeunesse, voire à les battre, alors que ces marques constituaient pourtant les meilleures performances nationales ou parfois mondiales de l'époque! Cette situation pour le moins insolite a surpris beaucoup de monde dans les hautes sphères de la discipline, mais pas le légendaire entraîneur américain, James Doc Counsilman. « Bien sûr, on verra des cinquantenaires descendre sous les 4 minutes au 400 mètres nage libre », prophétisait-il. « Il ne faut pas oublier qu'à la différence de la course à pied qui est une activité naturelle, la natation est le fruit d'un apprentissage qui se poursuit tout au long de la vie. » L'actualité récente lui donne parfaitement raison. En natation, comme déjà

Alan Coates, l'homme de fer

Dans la mythologie australienne, les *"Iron Men"* (littéralement *"hommes de fer"*) ne sont pas les triathlètes ou les surhommes dont les statues gigantesques incarnaient autrefois les vertus du système soviétique. Non. Le terme désigne ici les spécialistes des sauvetages côtiers, capables d'affronter des mers déchaînées pour ramener sur le rivage un nageur en difficulté. Chaque année, les meilleurs représentants de la profession s'affrontent dans le cadre d'une épreuve de prestige qui exige un tas de compétences différentes et parfois antagonistes: *La Coolangatta Gold*, immortalisée sur les écrans par le film du même nom. Cette course spectaculaire se présente sous la forme d'un impitoyable aquathlon de 46,65 kilomètres, cocktail explosif de nage, de course à pied, de planche et de surf. La course possède ses légendes et ses héros comme Guy Leech dont on dit que la victoire lors de la première édition en 1984 lui a valu de connaître les faveurs de Madonna. La Coolangatta Gold a également connu ses heures noires. Faute de sponsors, elle a même été annulée ces dernières années. Mais la voilà repartie du bon pied, semble-t-il, et lorsqu'on communiqua la liste des participants pour l'édition du 16 octobre dernier, tous les connaisseurs -et ils sont nombreux en Australie- furent frappés de découvrir sur la liste des engagés la présence d'Alan Coates. L'homme est effectivement âgé de 61 ans. Il était déjà de la partie quand Leech, son protégé, l'avait emporté en 1984. On ne croyait plus le revoir. D'autant que Coates avait subi entre-temps un triple pontage coronarien. Cette présence était-elle bien raisonnable? *"J'ai reçu l'aval de mon cardiologue"*, explique-t-il. *"Et depuis lors, je m'entraîne quatre heures par jour. Mon ambition? Aller jusqu'au bout."* Malgré des conditions dantesques, Coates boucla l'épreuve en 6 heures 18 minutes et 30 secondes. Certes, il avait deux heures de retard sur le nouveau champion, Caine Eckstein... Mais il s'est vite consolé en pensant que ce dernier était de 42 ans son cadet!

Alain Coltier

Satayin, le Fallacha qui ne lâche rien

Lors des derniers Jeux olympiques d'Athènes, le marathonien israélien Haile Satayin a également défrayé la chronique. Pas spécialement en raison de son honnête vingtième place, en 2 heures 17 minutes et 25 secondes. Ni parce qu'il s'est trompé dans les distances et effectué un tour de piste supplémentaire qui aurait pu lui coûter cher au classement final. C'est plutôt son âge qui a retenu l'attention. A l'époque, l'athlète était officiellement âgé de 48 ans. Allait-il profiter de cet éclairage médiatique tardif pour annoncer la fin de sa carrière? Pas du tout! Il était encore là aux championnats du monde d'Helsinki l'année suivante, bouclant la distance avec une remarquable ponctualité (2 heures 17 minutes et 26 secondes) à un peu moins de sept minutes du vainqueur, le Marocain Gharib Jaouad. A 50 ans, l'exploit était tout simplement extraordinaire. En réalité, Haile Satayin n'a pas l'âge de ses papiers. L'erreur remonte à l'année 1991 lorsqu'il a émigré en Israël en même temps que des milliers d'autres juifs éthiopiens, une communauté connue sous le nom de Fallachas. A son arrivée en terre promise, un fonctionnaire du ministère des Affaires intérieures s'est trompé en recopiant les données de ses nouveaux papiers et, d'un trait de plume, l'a vieilli de sept ans! Bref, il n'avait *"que"* 42 et 43 ans aux Jeux d'Athènes et aux Championnats du monde. Ses performances inspirent tout de même le respect. On se demande aussi où il va puiser le courage de se farcir les 200 bornes de son entraînement hebdomadaire. Est-ce la passion? Sûrement pas! *"Je déteste le marathon"*, avoue-t-il. *"C'est trop dur comme discipline."* Satayin met alors en avant les obligations liées à son métier. Membre d'un commando d'élite rattaché à la défense israélienne, il doit être capable de supporter des efforts de longue haleine. Peut-être cherche-t-il aussi à rattraper le temps perdu? Il a découvert le sport de compétition à son arrivée en Israël et n'envisage pas de raccrocher avant d'avoir fait le tour complet de la question. D'ailleurs, il compte bien être présent sur la ligne de départ du prochain marathon olympique de Pékin en 2008. Il aura alors 53 ou 46 ans, c'est selon.

OB