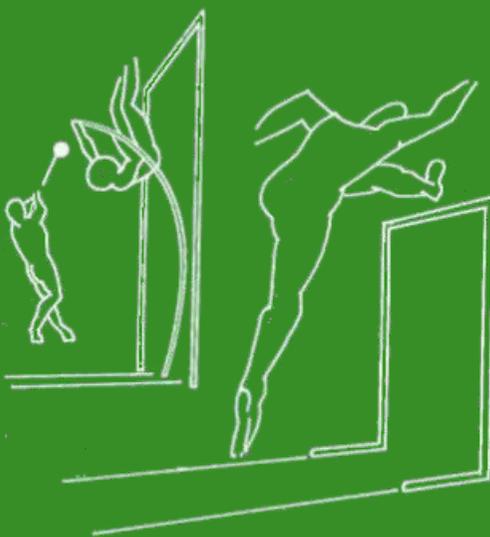


Athlé Lauragais Olympique

Pour aller à l'essentiel !

Novembre 2024

Infos Catégories BE MI



Les informations mensuelles d'Athlé Lauragais Olympique se scindent en deux livrets :

- Les informations concernant chacun des groupes de catégories d'âges ayant à respecter les mêmes règles de la FFA (présent livret)...
- Les informations générales, qui décrivent la vie du club, conseillent, approfondissent les règles de l'athlétisme et ses méthodes d'entraînement.

Des informations ciblées à court terme rappellent les rendez-vous les plus importants

Table des matières

Thème	Sujet traité	Page
	Table des matières	1
Repères		2
Résultats août		3
Résultats août (suite)		
Manifestations à venir		
Horaires d'entraînement		

Ce mois-ci

Début de la saison hivernale (salle et cross)



31^{ème} Meeting Vertisaut

Le mois prochain

Des championnats

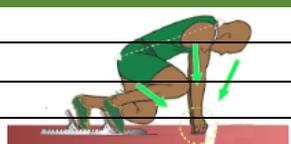
Les vacances de fin d'année et pas que...



Correspondant :
Daniel Rousseau
Tél : 06 87 91 11 54

Internet : <https://www.athle-lauragais-olympique.com/>
Courriel : athlelauragaisol@gmail.com
N° Siret : 441 447 323 00029



Repères pour trouver ce qu'on cherche :				légende (principe, couleurs et sigles utilisés)				légende (lieux d'entraînements)																																																																			
<p>Dans ce qui suit, il est fait référence à tous types de manifestations auxquelles participent les athlètes en dehors des séances d'entraînement (réunions, courses sur route, compétitions sur piste, en salle ou en milieu naturel : c'est généralement précisé dans la colonne « manifestation »...).</p> <p>Ces manifestations diffèrent par ailleurs selon :</p> <ul style="list-style-type: none"> • les catégories d'âge auxquelles elles s'adressent. • Le niveau de performance qu'on espère y trouver (Simple rencontre ou Animation (indiqué par une lettre)) <p>Ces niveaux peuvent donner lieu dans la colonne « niveau » à une couleur de fond pour un :</p>				<table border="1"> <tr> <td>label</td> <td>rouge</td> <td>championnat</td> <td>violet</td> <td colspan="2"></td> </tr> <tr> <td colspan="6">o Pour un championnat, la couleur de fond des autres colonnes dépend de la zone d'où viennent les participants :</td> </tr> <tr> <td>Département</td> <td>bleu</td> <td>Région</td> <td>orange</td> <td colspan="2"></td> </tr> <tr> <td>Nation</td> <td>blanc</td> <td>International</td> <td>jaune</td> <td colspan="2"></td> </tr> </table>				label	rouge	championnat	violet			o Pour un championnat, la couleur de fond des autres colonnes dépend de la zone d'où viennent les participants :						Département	bleu	Région	orange			Nation	blanc	International	jaune			<p>(*), (**), (***) Attention, voir annotations ci-dessous</p> <p>(**) Dans la présentation des horaires,</p>																																											
				label	rouge	championnat	violet																																																																				
o Pour un championnat, la couleur de fond des autres colonnes dépend de la zone d'où viennent les participants :																																																																											
Département	bleu	Région	orange																																																																								
Nation	blanc	International	jaune																																																																								
				<table border="1"> <tr> <td>Niveau (D.R.N.I.)</td> <td colspan="2">Types manifestations</td> <td>Niveau Champ^t</td> <td colspan="2"></td> </tr> <tr> <td>Champ</td> <td>A= «Animation»</td> <td>F= «Formation»</td> <td>Pas Championnat</td> <td colspan="2">D</td> </tr> <tr> <td>Label</td> <td>R= «Réunion»</td> <td>S= «Stage athlètes»</td> <td>Dép 31, 32, 82</td> <td colspan="2">D</td> </tr> <tr> <td></td> <td>X= «Compétition»</td> <td></td> <td>Rég Occitanie</td> <td colspan="2">R</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>National FFA</td> <td colspan="2">N</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>International</td> <td colspan="2">I</td> </tr> </table>				Niveau (D.R.N.I.)	Types manifestations		Niveau Champ ^t			Champ	A= «Animation»	F= «Formation»	Pas Championnat	D		Label	R= «Réunion»	S= «Stage athlètes»	Dép 31, 32, 82	D			X= «Compétition»		Rég Occitanie	R					National FFA	N					International	I		<p>Les lieux surlignés en jaune sont les lieux de rendez-vous été comme hiver.</p> <p>Les lieux surlignés en vert sont les lieux de rendez-vous en été seulement.</p> <p>Les lieux surlignés en bleu sont les lieux de rendez-vous en hiver seulement.</p> <p>Quel que soit le lieu de rendez-vous, tout ou partie de l'entraînement peut avoir lieu ailleurs.</p>																															
Niveau (D.R.N.I.)	Types manifestations		Niveau Champ ^t																																																																								
Champ	A= «Animation»	F= «Formation»	Pas Championnat	D																																																																							
Label	R= «Réunion»	S= «Stage athlètes»	Dép 31, 32, 82	D																																																																							
	X= «Compétition»		Rég Occitanie	R																																																																							
			National FFA	N																																																																							
			International	I																																																																							
<p>Les catégories Benjamin(e)s et Minimes (BE MI), ont un programme de compétition très complet avec des épreuves combinées, des épreuves individuelles, des compétitions par équipes, des courses sur route, en milieu naturel, du cross-country, seules certaines permettant de se qualifier pour des épreuves nationales.</p>				<table border="1"> <tr> <th>Sigle</th> <th>Autre sigle</th> <th>Catégorie (Saison 2024 2025)</th> <th colspan="2">Athlète né(e)</th> </tr> <tr> <td>BE</td> <td>U14</td> <td>Benjamin(e)</td> <td>de</td> <td>à</td> </tr> <tr> <td>MI</td> <td>U16</td> <td>Minime</td> <td>2010</td> <td>2011</td> </tr> </table>				Sigle	Autre sigle	Catégorie (Saison 2024 2025)	Athlète né(e)		BE	U14	Benjamin(e)	de	à	MI	U16	Minime	2010	2011	<p>Entraînements des BE MI</p> <p>Période du 10 septembre au 23 octobre</p> <p>Horaires (Quand Où Pour qui et Quoi)</p> <p>MARDI de 18 heures 30 à 20 heures</p> <p>Au stade municipal de Revel</p> <p>Course à pied avec Jean Pierre RAOUL</p> <p>Toutes activités avec Kévin BENALI et Eric MENARD</p>																																																				
Sigle	Autre sigle	Catégorie (Saison 2024 2025)	Athlète né(e)																																																																								
BE	U14	Benjamin(e)	de	à																																																																							
MI	U16	Minime	2010	2011																																																																							
<p>RAPPEL Challenge Athlé Lauragais 2024 2025</p> <p> Le Challenge Athlé Lauragais tient compte de TOUTES les manifestations de la saison...</p>				<p>Les récompenses du challenge 2023 2024 seront remises au cours de l'Assemblée Générale Ordinaire du 25 octobre</p>				<p>MERCEDI de 18 heures à 19 heures 30</p> <p>Au stade municipal ou dans la salle omnisports N° 1 de Revel</p> <p>Toutes activités avec Daniel Rousseau et Jean Michel L'Hermenault.</p>																																																																			
<table border="1"> <tr> <th>Date</th> <th>Manifestation</th> <th>Lieu</th> <th>Niveau</th> <th colspan="4"></th> </tr> <tr> <td colspan="4">Résultats</td> <td colspan="4">BE MI d'octobre 2024</td> </tr> <tr> <td>Sa 19 octobre</td> <td>Equip'athlé - tour automnal (31-46-82)</td> <td>Moissac (82)</td> <td>D - R</td> <td colspan="4">Les BE MI du club n'ont pas participé à cete manifestation en octobre : nos équipes ne pourront pas participe aux finales nationales mais seront éventuellement admises aux tours hivernal et printanier.</td> </tr> </table>				Date	Manifestation	Lieu	Niveau					Résultats				BE MI d'octobre 2024				Sa 19 octobre	Equip'athlé - tour automnal (31-46-82)	Moissac (82)	D - R	Les BE MI du club n'ont pas participé à cete manifestation en octobre : nos équipes ne pourront pas participe aux finales nationales mais seront éventuellement admises aux tours hivernal et printanier.				<table border="1"> <tr> <th colspan="4">Calendrier</th> <th colspan="4">BE MI principales manifestations à venir</th> </tr> <tr> <td>Sa 02 novembre</td> <td>Meeting Lancers</td> <td>Castres (81)</td> <td>D</td> <td colspan="4">MI seulement (avec catégories plus âgées)</td> </tr> <tr> <td>Di 03 novembre</td> <td>Ch Dep Lancers longs 31 32 82 BE MI</td> <td>Appel à candidature</td> <td>D</td> <td colspan="4" rowspan="5">  </td> </tr> <tr> <td>Sa 09 novembre</td> <td>Ch Dep EC BE</td> <td>Fronton (31)</td> <td>D</td> </tr> <tr> <td>Di 10 novembre</td> <td>Ch Dep EC MI</td> <td>Fronton (31)</td> <td>D</td> </tr> <tr> <td>Sa 16 novembre</td> <td>Meeting en salle Vertisaut</td> <td>Revel (31)</td> <td>D</td> </tr> <tr> <td>Di 17 novembre</td> <td>Cross René Arcuset</td> <td>Montauban (82)</td> <td>N</td> </tr> </table>				Calendrier				BE MI principales manifestations à venir				Sa 02 novembre	Meeting Lancers	Castres (81)	D	MI seulement (avec catégories plus âgées)				Di 03 novembre	Ch Dep Lancers longs 31 32 82 BE MI	Appel à candidature	D					Sa 09 novembre	Ch Dep EC BE	Fronton (31)	D	Di 10 novembre	Ch Dep EC MI	Fronton (31)	D	Sa 16 novembre	Meeting en salle Vertisaut	Revel (31)	D	Di 17 novembre	Cross René Arcuset	Montauban (82)	N	<p>JEUDI de 20 heures à 22 heures</p> <p>Sur conseil de l'entraîneur référent *</p> <p>Dans la salle omnisports N°2 de Revel et autour</p> <p>Epreuves techniques et Préparation Physique Générale avec Daniel Rousseau</p> <p>Attention : les lieux indiqués sont les lieux de rendez vous en début d(entraînement ; tout ou partie de l'entraînement peut être déplacé en cours de séance.</p> <p>* avec le groupe des CA et plus âgés</p>			
Date	Manifestation	Lieu	Niveau																																																																								
Résultats				BE MI d'octobre 2024																																																																							
Sa 19 octobre	Equip'athlé - tour automnal (31-46-82)	Moissac (82)	D - R	Les BE MI du club n'ont pas participé à cete manifestation en octobre : nos équipes ne pourront pas participe aux finales nationales mais seront éventuellement admises aux tours hivernal et printanier.																																																																							
Calendrier				BE MI principales manifestations à venir																																																																							
Sa 02 novembre	Meeting Lancers	Castres (81)	D	MI seulement (avec catégories plus âgées)																																																																							
Di 03 novembre	Ch Dep Lancers longs 31 32 82 BE MI	Appel à candidature	D																																																																								
Sa 09 novembre	Ch Dep EC BE	Fronton (31)	D																																																																								
Di 10 novembre	Ch Dep EC MI	Fronton (31)	D																																																																								
Sa 16 novembre	Meeting en salle Vertisaut	Revel (31)	D																																																																								
Di 17 novembre	Cross René Arcuset	Montauban (82)	N																																																																								
																																																																											

Calendrier BE MI principales manifestations à venir (suite)

Date	Manifestation	Lieu	Niveau	BE MI	Voir détails page précédente	2009	à 2012
D1 24 novembre	Cross Hubert André	Carmaux (81)	N				
Di 01 décembre	Cross A632	Plaisance du Touch (31)	R				
Sa 07 décembre	Meeting en salle AC Auch	Auch (32)	D				
Di 08 décembre	Ronde de Ramonville (10 ET 5km)	Ramonville (31)	D				
Di 08 décembre	Cross de Muret	Muret (31)	R				
Di 08 décembre	Ch Europe de cross-country	Antalya (Turquie)	I				
Di 15 décembre	Cross de Blagnac	Blagnac (31)	R				
Sa 04 janvier	Ch Dep BE Salle 31	Fronton (31)	D				
Di 05 janvier	Ch Dep MI Salle 31	Fronton (31)	D				
Di 12 janvier	Ch Dep 31 Cross Country	Auterive) (31)	D				
Di 26 janvier	1/4 finale France cross	Cagnac les Mines (81)	R				
Sa 01 février	Chts dép 82 et meeting dép 31 BE MI salle	Fronton (31)	D				
Di 09 février	1/2 finale France cross	Rodez (12)	R				
Sa 15 février	Ch Interclubs en salle 31 32 82	Fronton (31)	D				
Di 09 Mars	Ch LAO EC BE MI en salle	Bompas (66)	R				
Sa 15 mars	Meeting Lancers	Graulhet (81)	D				
Di 16 Mars	Ch LAO MI en salle	Tarbes (65)	R				
Sa 22 mars	Meeting Jeunes Jean Luc Senat	Balma (31)	D				

