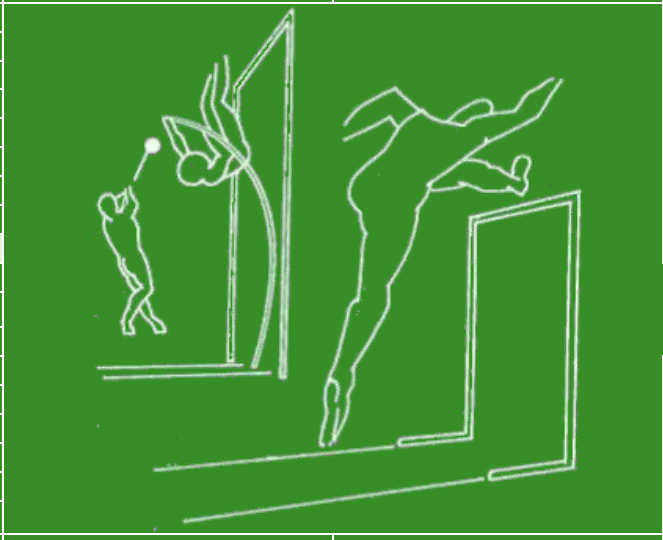


# Athlé Lauragais Olympique

## Infos Catégories BE MI

Pour aller à l'essentiel !

## Janvier 2025



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.
- 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 peuvent rappeler les rendez-vous les plus importants

Organisation locale :  
tout le monde  
se bouge !



**Challenge des  
Jeunes  
Pousses**

Des championnats  
départementaux

D'autres  
Championnats  
Régionaux

### Le mois prochain

Correspondant :  
Sophie Tallet  
Tél : 06 70 23 00 26




Internet : <https://www.athle-lauragais-olympique.com/>  
Courriel : [athle.lauragais@outlook.com](mailto:athle.lauragais@outlook.com)  
N° Siret : 441 447 323 00029

### Table des matières

Thème	Sujet traité	Page
	Table des matières	1
Repères		2
Résultats décembre		
Calendrier manifestations à venir	Horaires d'entraînement	3



## Repères pour trouver ce qu'on cherche : légende (principe, couleurs et sigles utilisés)

Types manifestations		Labels FFA et Niveaux		Les manifestations diffèrent par ailleurs selon :			
A = Animation,	F = Formation,	Label	Championnat	Les manifestations diffèrent par ailleurs selon : ● 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 : voir tableau ci-contre)  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.			
R = Réunion,	S = Stage athlètes,	O = Or	I = International				
X = Compétition		A = Argent	N = National)				
Dans ce qui suit, il est fait référence aux manifestations auxquelles participent les athlètes en dehors des séances d'entraînement (réunions, courses sur route, compétitions en salle ou en milieu naturel : c'est généralement précisé dans la colonne « manifestation »).		B = Bronze	R = Régional				
		D = Départemental	D = Départemental				
		Pas de label	Pas Champit	<b>Rappel</b>	<b>Challenge Athlé Lauragais 2024 2025</b>		
					Le Challenge Athlé Lauragais tient compte de TOUTES les manifestations de la saison...		
Ecrit en rouge : report de ce qui a eu lieu 364 jours avant				<b>Sigle</b>	<b>Autre sigle</b>	<b>Catégorie</b> (Saison 2024 2025)	<b>Athlète né(e)</b>
Ecrit en noir : ce qui est programmé.				BE	U14	Benjamin(e)	de 2012 à 2013
Ecrit en bleu : ce qui est proposé				MI	U16	Minime	2010 à 2011
Ecrit en gris et barré : annulé							
Date	Manifestation	Lieu	Label	Cht	Résultats		
Di 08 12	Cross de Muret	Muret (31)	B		<b>BE MI de décembre 2024</b> <b>Clément GIRARD-MARTINEZ</b> termine 8 <sup>ème</sup> du cross BEM en 10mn37s (2760m). Bravo !		



Calendrier BE MI principales manifestations à venir					BE MI	Voir détails page précédente	2010	à 2013
Date	Manifestation	Lieu	Label	Cnt				
Sa 04 01 2025	Ch Dep BE Salle 31	Fronton (31)		D	<b>Pour bien digérer les fêtes de fin 2024, un début d'année tonitruant !</b>			
Di 05 01	Ch Dep MI Salle 31	Fronton (31)		D				
Di 12 01	Ch Dep 31 Cross-Country	Auterive (31)		D				
Di 26 01	¼ finale France cross	Cagnac les Mines (81)		R				
Sa 01 f02	Chts dép 82 et meeting dép 31 BE MI salle	Fronton (31)						
Di 09 02	½ finale France cross	Rodez (12)		R				
Sa 15 02	Interclubs en salle 31 32 82	Fronton (31)		D				
Di 09 02	Ch LAO EC BE MI en salle	Bompas (66)		R				
Sa 15 03	Ch LAO MI Salle	Tarbes (65)		R				
Sa 22 03	Meeting Jeunes Jean Luc Senat	Balma (31) en 2024						
Sa 26 04	Journée des 1000m	Toulouse Sesquières (31)						
Di 04 05	Equip'Athlé Printanier (31-46-82)	Toulouse Sesquières (31)						
Je 08 05	10 <sup>èmes</sup> 6 Heures du Lauragais	Revel (31)						
Di 22 06	Ch LAO Pointes d'Or	Millau (12)						
Sa 28 06	Ch LAO Secteurs BE (31-46)	Toulouse Sesquières (31)		R				
Di 29 06	Ch LAO Minimes	Albi (81)		R				



### légende (lieux d'entraînements)

(\*) (\*\*) (\*\*\*) **Attention, voir annotations ci-dessous**

(\*\*) Dans la présentation des horaires, Les lieux **surlignés en jaune** sont les lieux de rendez-vous **été comme hiver**.

Les lieux **surlignés en vert** sont les lieux de rendez-vous **en été seulement**.

Les lieux **surlignés en bleu** sont les lieux de rendez-vous **en hiver seulement**

Quel que soit le lieu de rendez-vous, tout ou partie de l'entraînement peut avoir lieu ailleurs.

### Entraînements des BE MI

Période **du 27 octobre au 31 décembre**

Horaires ( Quand Où Pour qui et Quoi )

**MARDI de 18 heures 30 à 20 heures**

Au **stade municipal** de Revel

Course à pied avec Jean Pierre RAOUL  
Toutes activités avec Eric MENARD

**MERCREDI de 18 heures à 19 heures 30**

Au **stade municipal** de Revel ou dans la **salle omnisports N°1** de Revel

Toutes activités avec Daniel Rousseau

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