



Le Journal de Coup d'envoi

Coup
d'envoi



N°26

« Coup d'envoi » est le partenaire associatif conventionné du CPAS de Liège pour développer ses missions spécifiques d'épanouissement par le sport

Le traditionnel « Petit-déjeuner Santé » lance la campagne 2015-2016 des ateliers de « Coup d'envoi »

C'est le vendredi 16 octobre prochain que « Coup d'envoi » lance officiellement sa nouvelle campagne d'ateliers sportifs pour la saison 2015-2016, sur le site du Blanc Gravier au Sart-Tilman. Un « petit-déjeuner santé » composé uniquement de produits « sains ». Chaque CPAS partenaire a été invité à cette manifestation. Nous espérons que l'information aura bien été relayée vers les bénéficiaires. Les bénéficiaires des antennes sociales du CPAS de Liège ont bien

évidemment aussi été invités à cette matinée avec leurs encadrants. Nous espérons vous rencontrer nombreux. Nous présenterons en cette occasion nos ateliers allant d'octobre 2015 à mai 2016, avec en finalité en juin 2016, un séjour de 3 jours dans le cœur des Ardennes belges... Mais pour pouvoir y participer, il faudra être très fidèle à nos ateliers et participer à un minimum de 7 sur les 9 proposés. Les inscriptions se font uni-

quement à l'antenne sociale du bénéficiaire qui centralisera. Nous sommes à la disposition de tous pour d'éventuels renseignements complémentaires. Téléphone: 04/344.60.41 ou 42.



> SOMMAIRE

- > Le Petit-Déjeuner Santé de « Coup d'envoi »
- > Le mot du Président p.1
- > Les premières OLYMPIADES de Coup d'envoi p.2
- > Séjour à Engreux, ces 15, 16 et 17 septembre 2015 p.3
- > Le Lotto-run 2015
- > Nicole nous a quittés..... p.4

Coup
d'envoi



Le mot du Président

Avec « Coup d'envoi », je vous souhaite à toutes et à tous une excellente rentrée 2015. La saison sportive qui débute cet automne sera riche en événements. Et 2016, sera l'année de l'évènement, puisqu'elle rimera avec « Euro 2016 ». Je peux déjà vous annoncer que, fidèles à nos habitudes, nous organiserons, notre « Eurocup 2016 » pour

enfants. Les précisions utiles vous parviendront en heure et en temps. Amis sportifs et dirigeants, bloquez déjà vos agendas pour mai et juin 2016. 24 équipes de jeunes footballeurs de catégories U12 et U 13 de la province de Liège se disputent l'Eurocup 2016.



Michel Faway, Président

> LE JOURNAL DE COUP D'ENVOI

RÉDACTION:

Éditeur responsable:
> Michel FAWAY
>> 04/344.60.40

Coordination:
> Laurent FACH
>> 04/344.60.41

Conception & réalisation:
> Jean-Luc DAVIN,
Chargé en Communication
>> 04/344.60.42

> Jacques KABONGO
Chargé de Projets
>> 04/344.60.43

Photographies & illustrations:
> © ASBL Coup d'envoi

Coup
d'envoi



www.coupdenvoi.be





Premières OLYMPIADES de « Coup d'envoi » le 10 septembre dernier

Ce 10 septembre dernier se sont déroulées les toutes premières « OLYMPIADES » de « Coup d'envoi », sur les hauteurs de Liège, au Blanc Gravier - Sart-Tilman.

L'endroit choisi et l'infrastructure en place étaient idéaux pour notre compétition.

Pour ce faire, huit disciplines étaient proposées aux participants:

le saut en longueur, le lancer du poids, le tir à l'arc, la natation, le 100 mètres plat, les lancers francs en basket, un parcours VTT ainsi qu'un parcours de gymnastique.

Une belle brochette de disciplines attendait donc nos sportifs.

Il est 10h00, les premières « Olympiades de Coup d'envoi » pouvaient donc démarrer.

Même si nous n'avons pas été épar-



gnés par le temps maussade, chacun a pris énormément de plaisir et une fois encore nous avons pu compter sur l'esprit positif des « Olympiens ».

Il faut noter la très belle performance des concurrents qui s'étaient donné pour objectif de participer à toutes les disciplines proposées. Ce qui n'était pas une mince affaire.

Il y eu de très bons chronos ainsi que plusieurs excellentes performances qui révélait vraiment les « dispositions » de pas mal de compétiteurs pour la pratique du sport.

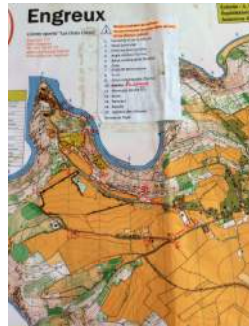
N'oublions pas que ces « Olympiades » n'avaient été précédées d'aucun entraînement, ni préparation. Ceci valorise d'autant plus les performances réalisées !

Devant l'engouement des participants, voici sans aucun doute, une nouvelle activité à refaire.





Séjour à ENGREUX ces 15, 16 et 17 septembre 2015



C'est au milieu de nulle part, quelque part dans nos superbes Ardennes belges, que nous avons vécu 3 jours de bonheur avec les plus fidèles « acteurs » de nos activités. En effet, les plus assidus à notre atelier « marches et VTT » de la saison passée ont participé à ce séjour.

Nous étions donc à une douzaine de kilomètres de Houffalize, et plus précisément au centre ADEPS d'Engreux.

Décidément, nous ne pourrions pas dire que nous avons été épargnés par les conditions climatiques bien belges, lors de nos activités de septembre. Mise à part la journée de notre arrivée, le mardi, où un beau soleil nous a accompagné, notre séjour s'est résumé en un seul mot: pluie.

Mais il en fallait plus pour remettre notre moral en question, et plus encore celui de nos bénéficiaires.

C'est donc de bonne heure que nous avons pris le chemin d'Engreux. Nous étions sur place aux alentours de 10h30 et avons pris possession des chalets mis à notre disposition. Après que les règles

d'usage furent expliquées, c'est autour d'une table que nous nous sommes retrouvés et avons pu prendre ensemble notre premier repas.

L'après-midi ensoleillé - le seul - a été mis à profit pour tester notre orientation dans un milieu inconnu. C'est en effet une marche d'orientation qui a entamé notre programme d'activités.

Nous avons découvert des endroits magnifiques et des paysages à vous couper le souffle.

Quelles sont belles nos Ardennes ! A une heure de Liège, nous avons découvert des paysages époustouflants en pleine harmonie avec la nature.

Après une douche suivie d'un repas bien mérités, nous nous sommes retrouvés dans le grand salon mis à notre disposition. La soirée fut paisible et bon enfant, certains irréductibles de football ont même pu suivre les rencontres proposées à la télévision.

La journée suivante n'avait plus rien à voir avec la précédente et c'est sous une pluie continue que s'est poursuivi notre séjour.

Notre groupe fut scindé en deux pour les activités de la matinée: le tir à l'arc et l'escalade.

Nous avons pu voir à l'œuvre plusieurs participants qui se sont vraiment surpassés lors de l'épreuve de l'escalade.

La hauteur, le vide, voilà autant d'obstacles qui ont été vaincus.

L'après-midi, badminton, tennis de table et marche étaient au menu. Chacun a pu ainsi vaquer à sa discipline préférée.

Sur le coup de 20h00, après le repas, nous avons rejoint le bowling de Vielsalm et y avons passé une soirée paisible.

Notre dernière journée était déjà là et notre ultime activité aussi. Le VTT allait cette fois, mettre notre souffle à contribution. Que de montées vaincues !

Nous avons passé un très beau séjour à Engreux. Bravo aux participants.



Le LOTTO-RUN 2015

Il arrive, il arrive...

Le LOTTO-RUN 2015 pointe son nez à l'horizon.

C'est donc, comme d'habitude le premier vendredi du mois de décembre, soit le 4 décembre que se tiendra notre quatrième LOTTO-RUN.

Nous sommes toujours en pourparlers avec la Province de Liège pour le maintenir sur la très belle piste d'athlétisme de Naimette-Xhovémont. On vous tient informés ! Nous entendons à gauche et à droite que beaucoup d'antennes sociales et CPAS s'entraînent depuis plusieurs semaines pour être fin prêts pour le 4 décembre !

Commencez déjà à former vos groupes de 3 participants.

Nous rappelons le principe: chaque équipe est composée de 3 participants, nous les nommerons A, B et C.

Partent d'abord tout les participants « A » pour un circuit de 2 km préalablement balisé. Le circuit ramène les joggeurs sur la ligne de départ qui sera aussi la ligne d'arrivée. Continuent avec lui, les participants « B »

et ensuite, lors du second passage, les participants « C » prendront part à l'épreuve.

Les 3 participants auront donc parcourus respectivement 6, 4 et 2 km. L'important est de bien répartir l'effort et de mettre les plus costauds en « A ». Notez une chose très importante: les chronos de chaque équipe seront pris sur le 3eme équipier. Il est donc primordial de rester en groupe afin de s'encourager et se surpasser.

Les informations précises et pratiques concernant cet événement devenu un incontournable de notre saison, vous parviendront en temps utiles, mais parlez-en déjà autour de vous.

Et n'oubliez pas: tout se fait chez nous, dans la bonne humeur. Tout le monde aimerait gagner, mais notre objectif est qu'un maximum participe à cette fête de « Coup d'envoi ».

De équipes mixtes peuvent être formées, de même, un mélange bénéficiaires et travailleurs sociaux est bien évidemment, le bienvenu.

Même en marchant, vous pouvez participer au LOTTO-RUN.

ASBL COUP D'ENVOI

L'accès au sport pour tous !

Adresse:

> Rue d'Amercoeur, 60/17
4020 LIEGE

Téléphone: 04/344.60.41

Fax: 04/344.60.47

Mail: info@coupdenvoi.be

Banque: BE23 0014 0858 4991

Retrouvez le journal de « Coup d'envoi » et toute notre actualité sur notre site internet:

www.coupdenvoi.be

aussi sur notre page



« Coup d'envoi ASBL »

Nicole nous a quittés

Il n'entre pas dans les habitudes de « Coup d'envoi » de publier pareille information.

Nous devons pourtant vous faire part d'une bien triste nouvelle.

Nicole Henrard, s'en est allée le 7 septembre dernier.

Nicole a aidé 100 fois notre ASBL. Toujours accompagnée d'Alphonse son époux et de Lionel, son fils, elle a donné sans compter de son temps à notre association pour encadrer parfaitement nos organisations.

Nicole était aussi et surtout une épouse, une maman et une femme aimante toujours disponible pour aider les autres, sans rien at-

tendre en retour.

C'est une disparition très douloureuse qui frappe les siens aujourd'hui.

Ce départ, il nous touche aussi beaucoup au plus profond de nous.

Merci pour tout ce que tu as fait pour nous, Nicole.

Merci à toi ainsi qu'à ton cher époux, Alphonse et à ton fils, Lionel pour votre aide chaque fois que nous vous sollicitons.

Ton sourire, ta personnalité et ta gentillesse resteront très longtemps gravés dans nos pensées.

Repose en paix, désormais.



Avec le soutien de nos partenaires

Loterie Nationale
créateur de chances 

