

Entraînement du vendredi 13 septembre 2019

Lieu : Les Trois Tilleuls à Watermael-Boitsfort

Organisateurs : Françoise et Christian

Exercice : au menu de l'entraînement technique qui, comme de coutume, proposait un volet ludique, un savant cocktail entre une course au score (20 balises), un rallye comportant 19 questions sur la commune de Watermael-Boitsfort, le tout avec un zeste de mémo.

Classement : par points d'abord (1 point par balise poinçonnée + 1 point par bonne réponse), ensuite au temps.

Débalisage: Christian Chalon, et plusieurs membres de l'Altaïr pour lui faciliter la tâche.

Pour le dernier entraînement du challenge d'été 2019, 50 participants ont rejoint le stade des Trois Tilleuls; une excellente cuvée donc, dans la moyenne des meilleurs résultats de participation de l'année 2019.

Les participants à l'entraînement technique connaissent dans l'ensemble parfaitement la commune de Watermael-Boitsfort (avec une mention particulière pour Philippe Taelemans qui a répondu correctement à toutes les questions !)

Nous souhaitons toutefois préciser

. Que Nafissatou Thiam n'a jamais été membre du club d'athlétisme local RCB (contrairement à Robert Hoofd, Jonathan Borlée et Anne Zagré),

. Que pour développer un projet d'éco-pâturage dans la commune, ce ne sont pas des lamas mais bien des brebis qui remplacent les tondeuses bruyantes,

. Que Watermael-Boitsfort est fière d'annoncer qu'elle est hors TTIP-CETA-TISA et que Greta Thunberg n'a pas encore été désignée citoyenne d'honneur de la commune.

Comme nous l'organisons maintenant depuis plusieurs années pour le dernier entraînement de l'année, un super spaghetti ou lasagne était proposé à la buvette du stade après l'exercice. 32 amateurs de pâtes se sont ainsi retrouvés autour de la table dans une ambiance toujours très sympathique et très conviviale.

Parcours A : exercice technique – course au score – rallye - temps limite 1h10 :

1. Philippe CREFCOEUR (1964)	ALTAIR	20 balises	18 réponses	38 points	52'11	40 pts – 40 pts
2. Sandrine DEFRAIGNE (1999)	ASUB	20 balises	18 réponses	38 points	1 02'20	39 pts – 39 pts
3. Philippe TAELEMANS (1962)	ASUB	19 balises	19 réponses	38 points	1 08'18	38 pts – 38 pts
4. Philibert VANDEN EYNDE (1951)	ASUB	20 balises	18 réponses	38 points	1 08'42	37 pts – 37 pts
5. Santiago GALLEGO (1974)	Sant J	20 balises	17 réponses	37 points	1 02'51	36 pts – 36 pts
6. Béatrice de LONGUEVILLE (1972)	ASUB	20 balises	17 réponses	37 points	1 02'59	35 pts – 35 pts
7. Mihai BAJA (1980)	ASUB	20 balises	16 réponses	36 points	57'14	34 pts – 34 pts
8. Piotr DELANDMETER (1984)	ASUB	20 balises	16 réponses	36 points	59'00	33 pts – 33 pts
9. Pierre-Michel DURIEUX (1968)	ALTAIR	17 balises	18 réponses	35 points	1 06'18	32 pts – 32 pts
10. Auke SCHILDER (1972)	ALTAIR	20 balises	10 réponses	30 points	1 00'14	31 pts – 31 pts
11. Paul PLISSART (1960)	ASUB	18 balises	12 réponses	30 points	1 01'59	30 pts – 30 pts
12. Marc EVRARD (1967)	IND	20 balises	0 réponse	20 points	58'15	29 pts – 29 pts

Parcours B : exercice technique – course au score – rallye - temps limite 50 min :

1. Francine SERRE (1964)	ALTAIR	6 balises	18 réponses	24 points	49'00	35 pts – 35 pts
--------------------------	--------	-----------	-------------	-----------	-------	-----------------

Parcours C: classique long – 6.800 m (21 postes) :

1. Gaël AMERIJKX (2003)	ASUB	46'21	30 pts – 30 pts
2. Christophe AMERIJKX (1970)	ASUB	49'23	29 pts – 29 pts
3. Clare LONERGAN (1978)	ASUB	49'31	28 pts – 28 pts
4. Kieran MACDONELL (1976)	ASUB	56'17	27 pts – 27 pts
5. Philippe DELHEZ (1968)	ASUB	1 02'04	26 pts – 26 pts
6. Jan FRYDENLUND (1974)	HAMOK	1 05'55	25 pts – 25 pts
7. Gérald SOUWEINE (1973)	ASUB	1 10'16	24 pts – 24 pts
8. Jean-Claude JIMENEZ (1960)	HAMOK	1 01'32 (1 PM)	23 pts – 23 pts
9. June OKEESSE	IND	1 00'48 (6 PM)	22 pts – 22 pts
9. Lars GRUNVALD (1958)	IND	1 00'48 (6 PM)	22 pts – 22 pts

Parcours D : classique court – 3.400 m (14 postes)

1. Rasa ENGSTEDT (1986)	OK LINNE	33'56	30 pts – 30 pts
2. David ENGSTEDT (1978)	OK LINNE	34'02	29 pts – 29 pts
3. Bart FRANSEN (1975)	ASUB	39'47	28 pts – 28 pts
4. Julien BARBIEUX (1992)	IND	47'39	27 pts – 27 pts
5. Jacques FLAMENT (1945)	ASUB	48'20	26 pts – 26 pts
6. Georges DICKER (1949)	ASUB	50'27	25 pts – 25 pts
7. Kathia BRAVIN (1965)	ASUB	55'57	24 pts – 24 pts
8. Nadine VERLINDEN (1955)	ASUB	1 08'30	23 pts – 23 pts
9. Astrid FRYDENLUND (2005)	HAMOK	1 00'16	22 pts – 22 pts
10. Elodie DANCETTE	IND	1 20'12	21 pts – 21 pts
11. Julie PEEMANS (1976)	IND	1 20'32	20 pts – 20 pts
11. Olivier VANDENTEMPEL	IND	1 20'32	20 pts – 20 pts
13. Jeanne EVRARD (2002)	ASUB	1 24'38	18 pts – 18 pts
14. Yolanda SEVA (1977)	SANT J	1 33'43	17 pts – 17 pts
15. Luis SAEZ HERRERA (1962)	ASUB	52'27 (1 PM)	16 pts – 16 pts
16. Patricia BRAEM (1974)	ASUB	52'38 (1 PM)	15 pts – 15 pts

Parcours E: débutants – 2.000 m (9 postes) :

1. Agnès HERMESZ (1979)	ALTAIR	21'04	30 pts – 30 pts
2. Benoit DEFRAIGNE (1966)	ASUB	26'56	29 pts – 29 pts
3. Robert HOOFD (1949)	ASUB	31'59	28 pts – 28 pts
4. Jean-Noël DEBEHOGNE (1959)	ASUB	39'32	27 pts – 27 pts
5. Emilie GRONVALD (2012)	IND	45'30	26 pts – 26 pts
5. Stella TYRAL (1972)	IND	45'30	26 pts – 26 pts
7. Maëlle MATTELET (2013)	IND	1 10'50 (3 PM)	24 pts – 24 pts
7. Pauline BONTEMPS	IND	1 10'50 (3 PM)	24 pts – 24 pts
7. Marie BONTEMPS	IND	1 10'50 (3 PM)	24 pts – 24 pts
10. Noël MATTELET	IND	1 10'50 (4 PM)	21 pts – 21 pts
11. Eric HULLY (1953)	ALTAIR	pas de carte	20 pts – 20 pts