

GUIDE 2019

COURSES SUR ROUTE, TRAILS ET WALKING



www.fla.lu




SOURCES ROSPORT
D'WAASSER VUM LIEWEN



Course à pied

C'est pour cela que le sport occupe une place importante dans notre politique de parrainage. Nous désirons véhiculer des valeurs positives telles que l'engagement, la fidélité ou encore la créativité et l'ambition. Ainsi nous vous accompagnons dans vos projets et nous vous aidons à vivre vos passions !

Tous les projets méritent d'être réalisés.



« Every year the same procedure »

Chaque année, les constats et les problèmes sont identiques : un calendrier surchargé et de plus en plus de difficultés pour établir le programme des courses sur route, des trails, du walking et des autres événements hors stade.

Etant donné que le rôle de régulateur de la fédération luxembourgeoise d'athlétisme est plutôt minime voire inexistant dans le cadre légal et réglementaire luxembourgeois en vigueur, le Comité-Directeur est contraint de limiter son action à la coordination des dates des événements hors stade proposées par les organisateurs.

Ceci dit, force est de constater que le nombre des participants à la plupart des manifestations est régressif, une suite logique d'une offre abondante.

Dans cet ordre d'idées, je suggère aux clubs concourants et promoteurs d'analyser les éventuelles opportunités d'organiser conjointement des événements sportifs hors stade, d'améliorer ainsi la qualité et, partant, de se distinguer des manifestations moins ambitieuses d'autres organisateurs. Je suis sûr que lesdits courses et trails obtiendront forcément une meilleure visibilité auprès des athlètes, des spectateurs, des sponsors et de la presse luxembourgeoise.

Tout en espérant avoir lancé le début d'un débat intéressant, je souhaite à tous les fervents des courses sur route, des trails et du walking une magnifique saison 2018/2019.

Claude Haagen
Président de la FLA



FLA-Partners



Print & Media-Partners



FLA Event Partners



Licence-loisir *

Art.1^{er} Pour la participation à des manifestations d'athlétisme-loisir la Fédération Luxembourgeoise d'Athlétisme peut délivrer une licence-loisir au titre d'un club ou à titre individuel.

Art.2 La licence-loisir donne droit à participer aux courses sur route, aux épreuves de walking, aux épreuves sur piste, challenges et cross-country ouverts aux licenciés-loisirs, ainsi qu'aux autres activités sportives connexes non réglementées par une autre fédération sportive. La licence-loisir donne droit à participer aux championnats nationaux des courses sur route, mais elle ne donne pas droit à l'homologation des résultats obtenus.

Art.3 La licence-loisir ne donne pas droit à participer à des compétitions réservées exclusivement aux titulaires de la licence compétition définie au Code Général.

*Les demandes en obtention d'une licence-loisir sont disponibles auprès des clubs affiliés à la FLA respectivement auprès du secrétariat fédéral. (Tél. : 48 06 70 / e-mail : fla@fla.lu) Tarif par année : 15.- €

Catégories d'âge 2019

| Age | | | Année de naissance | | | Hommes | Dames |
|-----|-----|--------|--------------------|-----|----------|--------|-------|
| | ==> | 22 ans | | ==> | 1997 | MJU | FJU |
| 23 | ==> | 29 ans | 1996 | ==> | 1990 | MHK | FHK |
| 30 | ==> | 34 ans | 1989 | ==> | 1985 | M30 | F30 |
| 35 | ==> | 39 ans | 1984 | ==> | 1980 | M35 | F35 |
| 40 | ==> | 44 ans | 1979 | ==> | 1975 | M40 | F40 |
| 45 | ==> | 49 ans | 1974 | ==> | 1970 | M45 | F45 |
| 50 | ==> | 54 ans | 1969 | ==> | 1965 | M50 | F50 |
| 55 | ==> | 59 ans | 1964 | ==> | 1960 | M55 | F55 |
| 60 | ==> | 64 ans | 1959 | ==> | 1955 | M60 | F60 |
| 65 | ==> | 69 ans | 1954 | ==> | 1950 | M65 | F65 |
| 70 | ==> | 74 ans | 1949 | ==> | 1945 | M70 | F70 |
| 75 | ==> | | 1944 | ==> | et avant | M75 | F75 |



LET'S MAKE IT HAPPEN

Calendrier des courses sur route, courses populaires et trails 2019

JANVIER

| | | |
|------------|-----------------------|----------------------------------|
| 06/01/2019 | Réidener Wanterlaf | Réidener Wanterlaf |
| 27/01/2019 | Leidelenger Wanterlaf | Spiridon + Commune de Leudelange |

FEVRIER

| | | |
|------------|--------------------------------------|-----------|
| 03/02/2019 | 8. ING Eurotrail (Cross) | CELTIC |
| 10/02/2019 | X-Trail des Ardennes by teamsport.lu | DS Sports |

MARS

| | | |
|------------|--|-------------------------|
| 03/03/2019 | 25. Spiridon Bëschlaf | Spiridon |
| 17/03/2019 | 24. Postlaf | AMICALE POST LUXEMBOURG |
| 24/03/2019 | 16. Nordstadsemi | CELTIC |
| 31/03/2019 | 36. Cliärrwer Loof | CSN Clervaux |
| | Championnats Nationaux des 10 km sur route | |

AVRIL

| | | |
|------------|--------------------------------|---|
| 06/04/2019 | 7. Péckvillercherslaf by Lalux | D.T Péckvillercher Nospelt & Commission des Sports Kehlen |
| 07/04/2019 | FootRun | F.C Progrès Niederkorn |
| 14/04/2019 | 42. Tour de Dudelange | CAD |
| 22/04/2019 | 41. Ousterlaf | CAEG |
| 28/04/2019 | DKV Urbantrail | CSL an Urban Trail |

MAI

| | | |
|------------|--|----------------------------------|
| 01/05/2019 | Semi-Marathon des 2 Luxembourg | Réidener Wanterlaf/AC Dampicourt |
| | | Commune de Beckerich |
| 04/05/2019 | Lampertsbierger Laf vum LTC (6. édition) | CSL an LTC |
| 05/05/2019 | E Laf fir d'Natur | Natur&ëmwelt |
| 11/05/2019 | 13. Suedstroum Trail | FOLA |
| 12/05/2019 | Schefflenger Laf | Spiridon |
| 18/05/2019 | Berdorfer Laf | Berdorfer Laf |
| 23/05/2019 | Ronderem de Séi | LASEL |

JUIN

| | | |
|-------------|-------------------------------------|---------------------------------------|
| 01/06/2019 | ING Night-Marathon Luxembourg | CSL, FLA & Step by Step |
| 08/06/2019 | Biissen bewegt sech (Nuit du sport) | Commission des Sports Bissen + CELTIC |
| 08/06/2019 | Monnerecher Laf (Nuit du sport) | Commune de Mondercange |
| 15/06-16/06 | 6. ING 24h Run | DS Sports |
| 16/06/2019 | 15. Schlasslaf | Duerfieschter MPE |
| 29/06/2019 | Widdebierglaf Menster | Widdebiergfrenn asbl |
| 30/06/2019 | Green Run | RBUAP + Zelos SA |

JUILLET

| | | |
|------------|----------------------------|---------------------------------------|
| 06/07/2019 | Korogocho Run | CSL + Coopération Nord-Sud |
| 07/07/2019 | 36. JP Morgan City Jogging | FLA |
| 13/07/2019 | NSL Bëschtrail | NSL Strassen |
| 14/07/2019 | 1000Km Hesper | Lt Hesper |
| 20/07/2019 | 1. Lee Trail Run | CAPA |
| 21/07/2019 | Sëller Adventure-Laf | Soroptimist International Club Mosaik |

AOUT

| | | |
|------------|------------------------------------|---|
| 03/08/2019 | 16. Ardenner Trail | Entente Sylvesterlaf |
| 10/08/2019 | 4. Tower Power Trail, Weicherdange | CSN Clervaux, Spaass op der Piste et Jeunesse Weicherdange |
| 15/08/2019 | Aischdalltrail | Aischdallleefer |
| 17/08/2019 | 29. Loof um Wämper See | CELTIC |

SEPTEMBRE

| | | |
|------------|---|--|
| 01/09/2019 | 10. Minett-Trail | CAB |
| 07/09/2019 | 13. Sudstroum Escher Kulturlaf | FOLA & Escher Kulturlaf asbl |
| 14/09/2019 | Leopard Ultratrail Mullerthal | UTML.lu asbl |
| 15/09/2019 | Beetebuerger Laf | Spiridon |
| 21/09/2019 | Algo Laf géint de Kriibs | Association luxembourgeoise des groupes sportifs oncologiques |
| 22/09/2019 | 10. Kannerlaf duerch 5 Kontinenter | Performance Club |
| 22/09/2019 | Steel Run | RBUAP/Ville de Differdange(Service des Sports) |
| 29/09/2019 | 58. ING Route du Vin Championnats Nationaux de Semi-Marathon | FLA & Ville de Remich |

OCTOBRE

| | | |
|------------|---|--------------------------|
| 05/10/2019 | Broschkriibslaf | Europa Donna |
| 06/10/2019 | 44. Foyer Vollekslaf Walfer | Vollekslaf Walfer |
| 12/10/2019 | 6. Red Rock Challenge | Red Rock Challenge + CAB |
| 13/10/2019 | 3. Wéngertstrail | Performance Club |
| 19/10/2019 | 9e Haard Trail | CAD |
| 20/10/2019 | RBC Race for Kids | CSL |
| 26/10/2019 | Geeschterlaf um Herrschesfeld | Spiridon + Fit Réiser |
| 27/10/2019 | Marathon de Francfort Championnats Nationaux de Marathon | FLA |
| 27/10/2019 | 2. Hinnchebiérglaf | CAPA |

NOVEMBRE

| | | |
|------------|--|------------------|
| 08/11/2019 | Belle Etoile's Fakellaf | FLA |
| 09/11/2019 | 28. Internationaler DEULUX Lauf | LG Langsur |
| 17/11/2019 | 17. Trail Uewersauer | Performance Club |
| 23/11/2019 | 6. Freeländers Trail Mersch-Hollenfels | X3M |
| 30/11/2019 | Nikloslaf | FOLA |

DECEMBRE

| | | |
|------------|-----------------------------|------------------------------------|
| 01/12/2019 | 1. Vianden X-Perience Trail | CSN Clervaux & Spaass op der Piste |
| 15/12/2019 | Chrëschtlaaf | RBUAP |
| 22/12/2019 | 10. „3 Länner Trail“ | CSN Clervaux |
| 31/12/2019 | 36. Sylvesterlaf | Entente Sylvesterlaf |

Stand : 16/10/2018



D'Waasser vum ~~Liewen.~~
Leefer!

plan k



www.rosportlife.com



f Rosport


SOURCES ROSPORT

F.L.A. CLUBS CONCOURANTS

C.A. Belvaux

B.P. 85
L-4401 Belvaux
Stade d'Athlétisme Scheierhaff

Site: www.cab.lu

e-mail: info@cab.lu

Président:

Dany KRIER

Tél. privé: 26 78 77 24
Tél. bureau: 55 25 25 220
e-mail: krier@pt.lu

Secrétaire:

Christian BEAUMET

GSM: 691 50 65 40
Tél. bureau: 35 65 75 249
e-mail: christian@beaumet.lu

Directeur technique:

Isabelle FABER

GSM: 691 61 00 35
e-mail: isafab22@yahoo.com

C.A. Dudelage

B.P. 12
L-3401 Dudelage
Stade J.F. Kennedy

Site: www.cadudelage.lu
Tél.: 51 16 51
Fax: 51 16 51
e-mail: comite@cadudelage.lu

Présidente:

Josée LORSCHÉ

GSM: 621 48 43 76
e-mail: jlorsche@chd.lu

Secrétaire:

Jean LORANG

Tél/Fax: 51 16 51
GSM: 621 27 08 65
e-mail: lorang@cadudelage.lu

Directeur technique:

Jean-Paul GASPERINI

Tél. privé: 51 70 85
GSM: 691 25 02 90
e-mail: jean-paul.gasperini@cadudelage.lu

C.A.E. Grevenmacher

B.P. 18
L-6701 Grevenmacher
Stade Op Flohr

Site: www.caeg.lu
Tél.: 26 72 93 47 (bureau Stade Op Flohr)
e-mail: info@caeg.lu
Fax: 26 72 93 47

Président:

Marc GOERGEN

GSM: 621 70 00 18
e-mail: famill.goergen@yahoo.de

Secrétaire:

René KUMMER

GSM: 621 36 34 55
e-mail: kummerr@pt.lu

Directeur technique:

Fränz LUDES

Tél. : 23 69 93 54
Fax : 23 69 93 54
e-mail: ludes@pt.lu

C.S. Luxembourg

1, rue du Stade
L-2547 Luxembourg
Stade Josy Barthel

Site: www.cslath.lu
Tél.: 44 42 41
e-mail: cslath@pt.lu

Président:

Xavier THILLEN

GSM: 621 16 75 21
e-mail: xavier_thillen@bce.lu

Trésorière :

JEANNE LAUER

GSM: 661 42 87 80
e-mail: cslath@pt.lu

Secrétariat:

Laurence FALCETTA

Tél. : 621 25 68 12
e-mail: secretariat@cslath.clubdesk.com

Directeur technique:

Jean-Claude MÜLLER

GSM: 691 67 20 96
e-mail: jcmuller@internet.lu

CELTIC Diekirch

B.P. 40
L-9201 Diekirch
Stade Municipal

Site: www.celtic.lu
e-mail: celtic@celtic.lu

Président:
Marc FUNCK

GSM: 621 32 88 38
e-mail: marc@funck.lu

Secrétaire:
Elisabeth HOFFMANN

GSM: 621 27 83 62
email: hoffe@pt.lu

Directeur sportif:
Michel USELDINGER

e-mail: michel.celtic@orange.lu

C.A. FOLA Esch-sur-Alzette

B.P. 82
L-4001 Esch-sur-Alzette
Stade Emile Mayrisch

Site: www.cafola.lu
e-mail: comite@cafola.lu

Président ff :
Steve ARENDT

GSM: 661 57 92 00
e-mail: steve.arendt@tice.lu

Secrétaire :
Marianne HUSTING

GSM: 691 19 60 77
E-mail: mariannehustingnye@yahoo.co.uk

Responsable Courses sur route
Berni PHILIPPART

GSM: 691 55 64 90
e-mail: comite@cafola.lu

C.A. Schifflange

B.P. 8
L-3801 Schifflange
Stade Jean Jacoby

Site: www.cas.lu
e-mail: cas@pt.lu
GSM: 691 57 06 95

Président:
Pierre HENSGEN

Tél.: 57 06 95
GSM: 691 57 06 95
e-mail: phensgen@pt.lu

Secrétaire:
Nathalie HENSGEN-SCHILLINGER

GSM: 661 57 06 95
e-mail: phensgen@pt.lu

Responsable Informatique
Claude KOCH

GSM: 621 64 17 03
e-mail: kochcl@pt.lu

C.A.P.A. Ettelbruck

B.P. 106
L-9002 Ettelbruck
Stade du Deich

Site: www.capa.lu
Tél.: 26 90 38 28
e-mail: info@capa.lu

Président:
Lucien RENCKENS

GSM: 621 62 22 78
e-mail: lucienrenckens@gmail.com

Secrétaire:
Jean-Paul LIEFGEN

Tél.: 26 90 38 28
GSM: 621 27 15 27
e-mail: jeanpaul.liefgen@pt.lu

Responsable Route:
Jeannot STRAUS

GSM: 621 22 76 70
e-mail: jstraus70@gmail.com

R.B.U.A.P.

B.P. 10
L-4701 Pétange

Président:
Lucien ELVINGER

Secrétaire:
Marc SCHALBAR

Directeur technique:
Carlo SCHOLL

TRISPEED Mamer

B.P. 170
L-8303 Mamer

Triathlon Luxembourg

B.P. 863
L-2018 Luxembourg

Président:
Dr Jean-Claude SCHNEIDER

Secrétaire:
Paule KREMER

Trésorier:
René SCHOCKMEL

C.S.N. Clervaux

B.P. 62
L-9701 Clervaux

Président:
Jacquot JUNK

Secrétaire:
Jacquot JUNK

X3M TRIATHLON Mersch asbl

B.P. 11
L-7501 Mersch

Président:
Pascal DUHAUTPAS

Secrétaire:
Gilles DIEDERICH

Site: www.rbuap.com
GSM: 691 96 36 44
e-mail: info@rbuap.com

Tél.: 50 29 28
GSM: 691 96 36 44
e-mail: lucien.elvinger@rbuap.com

GSM: 621 26 07 17
e-mail: marc.schalbar@rbuap.com

GSM: 621 38 03 95
email: Carlo.scholl@ms.etat.lu

Site: www.trispeed.lu
e-mail: info@trispeed.lu

Site: www.trilux.lu
e-mail: paulaner@pt.lu

Tél.: 48 11 12
Fax: 48 91 98
E-mail: schneijc@pt.lu

e-mail: kremer.paule@hotmail.com

GSM: 621 18 11 03

Site: www.csn.lu
GSM: 621 51 09 66
e-mail: info@csn.lu

Tél.: 92 04 34
GSM: 621 51 09 66
e-mail: jacquotjunk@vo.lu

Tél.: 92 04 34
GSM: 621 51 09 66
e-mail: jacquotjunk@vo.lu

Site: www.x3m.lu
e-mail: contact@x3m.lu

GSM: 661 39 12 79
e-mail: info@x3m.lu

GSM: 621 88 88 19
e-mail: contact@x3m.lu

F.L.A. CLUBS PROMOTEURS

Amicale POST Luxembourg – Lafen

B.P. 3040

L-1030 Luxembourg

Site: www.postlaf.lu
GSM: 621 73 23 13
e-mail: postlaf@pt.lu

Président:
Steve SCHILTZ

GSM: 621 73 23 13
e-mail: schiltzn@pt.lu

Secrétaire :
Nicole WEBER

GSM: 621 35 16 01
e-mail: nikkiw@pt.lu

Président Postlaf:
Fabien KOSER

GSM: 621 74 49 84
Fax: 621 18 21 70
e-mail: postlaf@pt.lu

Laftreff Hesper

26, Allée de la Jeunesse Sacrifiée

L-5863 Alzingen

Site: www.lthesper.lu
Tél.: 36 95 84
Fax: 36 10 84
e-mail: info@lthesper.lu

Président:
Gaston HOFFMANN

GSM: 661 36 89 51
e-mail: gastonho@pt.lu

Secrétaire:
Christiane PIERSON

GSM: 621 29 37 23
e-mail: christiane.pierson@education.lu

Entente Sylvesterlaf 84

9, rue du Château

L-8814 Bigonville

Site: www.sylvesterlaf.lu
Tél.: 691 52 43 63
e-mail: info@sylvesterlaf.lu

Présidente:
Katrin MECKEL

Tél.: 621 67 07 76
e-mail: kameckel@yahoo.fr

Secrétaire :
Yannick GERARD

e-mail: 691 45 60 12
info@sylvesterlaf.lu

Responsable Trail:
Manuel HERREN

e-mail: herren@vo.lu

Walfeser Vollékslaf

B.P. 64

L-7201 Walferdange

Site: www.walfy.lu
GSM: 661 936 264
e-mail: info@walfy.lu

Présidente:
Marianne DONDELINGER

Tél.: 33 14 50
GSM : 621 21 24 71
e-mail : marianne.dondelinger@education.lu

Secrétaire:
François MEDERNACH

GSM: 621 264 494
e-mail: mederfr@pt.lu

Berdorfer Laf asbl

83b, rue de Consdorf

L-6551 Berdorf

Site: www.berdorferlaf.lu
e-mail: info@berdorferlaf.lu

Président:
Bob NILLES

GSM: 691 633 398

Secrétaire:
Jacques WILHELM

Tél.: 2818 2230 (bureau)
GSM: 621 222 055
e-mail: wiljacq@pt.lu

Performance Club asbl

4, rue des Joncs
L-1818 Howald

Président:
Nico PETERS

Secrétaire:
Frank BRICKLER

Site: www.trail-uewersauer.lu
e-mail: mail@trail-uewersauer.lu

GSM: 661 36 06 10
e-mail: npeters@pt.lu

e-mail: mail@trail-uewersauer.lu

Réidener Wanterlaf asbl

4, um Grehs
L-8540 Ospern

Président:
Raymond REMAKEL

Secrétaire:
Claude CONRARDY

Site: www.4runner.lu
e-mail: wanterlaf@pt.lu

GSM: 621 18 20 20
e-mail: rremakel@pt.lu

GSM: 621 25 05 57
e-mail: ccla@pt.lu

Spiridon 08 Lëtzebuerg

32, rue des Bleuets
L-1242 Luxembourg

Président:
Gilles BLEY

Secrétaire:
Simone SCHERER

Site: www.spiridon.lu
e-mail: contact@spiridon.lu

GSM: 621 27 27 74
e-mail: gilles.bley@education.lu

GSM: 621 68 70 30
e-mail: sscherer@pt.lu

No Speed Limit Stroossen asbl

137, rue des Romains
L-8041 Bertrange

Président:
Roger MILLER

Secrétaire:
Guy MATHEY

Site: www.nospeedlimit.lu
621 16 43 20
e-mail: contact@nospeedlimit.lu

Tél. : 26 31 18 64
GSM : 621 16 43 20
e-mail : rmiller19630@gmail.com

GSM: 661 31 03 59
e-mail: guy.mathey@education.lu

Running Nation.eu

4, rue d'Arlon
L-8399 Windhof

Président:
Jean-Philippe WAGON

Site: www.runningnation.eu

GSM: 621 79 73 27
e-mail: jean-philippe.wagon@runningnation.eu

Lafclub WALTER HUESSEN

BP 38
L-7201 Bereldange

Président:
Marco TONDT

Secrétaire:
Marc FISCHBACH

Site: www.huesen.lu
GSM: 621 22 47 40
e-mail: huesen@pt.lu

GSM: 621 31 62 09
e-mail: marco.tondt@pt.lu

GSM: 621 49 00 24
e-mail: marc.fischbach@education.lu

L.G. LANGSUR e.V.
14 Mesenicherstrasse
D-54308 Langsur

Site: www.deulux-lauf.de

Président:
Michael HURT

Tél.: +49 6501-12970
GSM: +49 171-720 7400
e-mail: mika@lg-langsur.de

ÄISCHDALL-LEEFER
2, rue Fraigaart
L-8373 Hobscheid

Site: www.aischdall-leefer.lu
e-mail: marpat@pt.lu

Président:
Patrick DIEDERICH

E-mail : marpat@pt.lu

Secrétaire :
Josianne ESPEN

e-mail: jespen1@pt.lu

F.L.A. CLUBS PARTENAIRES

RTL Running Team
45, bd, Pierre Frieden
L-1543 Luxembourg

Site: www.rtl.lu
Tél. : 421427427
e-mail: steve_schmit@clt-ufa.com

CK Running Team
2, rue Léon Laval
L-3372 Leudelange

Site: www.ck-online.lu
Tél. : 26 380 228
e-mail: ckrunningteam@ck-online.lu

Président:
Olivier DAUVISTER

E-mail: olivier.dauvister@ck-online.lu

Secrétaire :
Amélie DECKER

E-mail : amelie.decker@ck-online.lu

Running Friends Giorgetti
3, rue Jean Piret
L-2350 Luxembourg

Site: www.gio.lu
Tél. : 49 88 88 626
e-mail: mkupper@gio.lu

FLA 2018 COMITÉ DIRECTEUR

Situation au 01.11.2018

PRÉSIDENT

| | | |
|---------------|---|---|
| Claude HAAGEN | 50, rue Clairefontaine GSM Tél. privé Tél. bureau Fax privé Fax bureau e-mail | L-9220 Diekirch 621 15 18 15 80 44 28 22 59 14 39 80 44 29 22 59 14 80 claude.haagen@fla.lu |
|---------------|---|---|

VICE-PRÉSIDENT RESPONSABLE JUNIORS/ESPOIRS HOMMES & DAMES

| | | |
|-------------|--|--|
| Nico FRISCH | 20A, rue Principale GSM Tél. privé e-mail | L-8365 Hagen 621 26 58 40 39 80 90 nico.frisch@fla.lu |
|-------------|--|--|

VICE-PRÉSIDENTE RESPONSABLE ATHLÉTISME CFA & SPORTLYCÉE

| | | |
|---------------------|--------------------------------|--|
| Josiane TRIERWEILER | 21, rue Neuve GSM e-mail | L-6137 Junglinster 691 32 29 87 josiane.trierweiler@fla.lu |
|---------------------|--------------------------------|--|

SECRÉTAIRE GÉNÉRAL

| | | |
|----------------|---|--|
| Mathis MELLINA | 4, rue Prince Guillaume GSM Tél. privé Tél. bureau e-mail | L-9161 Ingeldorf 621 27 16 53 80 92 40 247 80 494 mathis.mellina@fla.lu |
|----------------|---|--|

DIRECTEUR DES FINANCES

| | | |
|---------------|------------------------------------|--|
| Richard ANNER | 31, Val de l'Ernz GSM e-mail | L-6137 Junglinster 621 17 86 44 richard.anner@fla.lu |
|---------------|------------------------------------|--|

RESPONSABLE ADJOINT COURSES SUR ROUTE ET RESPONSABLE ADJOINT DOMAINE TECHNIQUE

| | | |
|-------------|--|---|
| Paul WESTER | 21, rue de la Forêt GSM Tél. privé e-mail | L-3354 Leudelange 621 15 23 54 37 84 35 paul.wester@fla.lu courses-route@fla.lu |
|-------------|--|---|

RESPONSABLE COURSES SUR ROUTE ET DOMAINE TECHNIQUE ET RESPONSABLE MASTERS

| | | |
|-----------|------------------------------------|---|
| PIT BIVER | 16, GrotteStrooss GSM e-mail | L-8720 Rippweiler 621 32 49 90 pit.biver@fla.lu pitbiv@pt.lu |
|-----------|------------------------------------|---|

RESPONSABLE DOMAINE TECHNIQUE ET JUGES

| | | |
|-------------------|----------------------------------|---|
| Caroline HOFFMANN | 33A, rue Goethe GSM e-mail | L-1637 Luxembourg 621 16 25 53 caroline.hoffmann@fla.lu |
|-------------------|----------------------------------|---|

RESPONSABLE KIDS

| | | |
|-------------------------|---|---|
| Carmela ESPOSITO | 28, in den Kreuzwiesen GSM e-mail | L-7319 Steinsel 661 28 05 03 espositocarmela@hotmail.com |
|-------------------------|---|---|

RESPONSABLE PRESSE

| | | |
|---------------------|--|---|
| Léi MOUREAUD | 41, route de Medernach GSM Tél. privé Fax privé e-mail | L-9186 Stegen 621 27 79 68 80 39 36 26 800 171 leon.moureaud@fla.lu leonmoureaud@gmail.com |
|---------------------|--|---|

RESPONSABLE SITE INTERNET

| | | |
|----------------------|---|--|
| Paul SCHIERES | 23, rue J.G. de Cicignon GSM Tél. privé e-mail | L-1335 Luxembourg 621 22 61 76 20 40 10 10 paul.schieres@fla.lu paul@schieres.lu |
|----------------------|---|--|

RESPONSABLE ADJOINT ATHLÉTISME CADRES FÉDÉRAUX ET COURSES SUR ROUTE

| | | |
|----------------------|--|--|
| Pascal GROBEN | 4, op der Sank GSM Tél. privé Tél. bureau e-mail | L-5713 Aspelt 691 55 34 84 26 67 22 25 247 834 16 pascal.groben@fla.lu |
|----------------------|--|--|

RESPONSABLE ADJOINT SELTEC

| | | |
|---------------------------|--|---|
| Jean-Claude MULLER | 17, rue Benjamin Franklin GSM e-mail | L-1540 Luxembourg 691 67 20 96 Jean-claude.muller@fla.lu |
|---------------------------|--|---|

RESPONSABLE ADJOINT ATHLÉTISME JEUNES

| | | |
|----------------------------|---------------------------------------|---|
| Jean-Claude HUSTING | 40, rue Wurth Paquet GSM e-mail | L-4350 Esch/Alzette 691 55 77 25 Jean-claude.husting@fla.lu |
|----------------------------|---------------------------------------|---|

RESPONSABLE ADJOINT DOMAINE TECHNIQUE ET ORGANISATIONS

| | | |
|--------------------|--|--|
| Fabio SECCI | 9, op der Sank GSM : Tél. bureau : e-mail : | L-5713 Aspelt 621 17 08 44 499 445-223 fsecci_fl@aol.com |
|--------------------|--|--|

| DIRECTION TECHNIQUE | | |
|--------------------------------|---|---|
| DIRECTEUR GENERAL | | |
| Jean-Sébastien DAUCH | 31, rue de Sandweiler GSM Tél. bureau : Fax bureau : e-mail | L-5362 Schrassig 621 32 77 35 48 42 40 48 05 72 jsdauch@fla.lu |
| DIRECTRICE TECHNIQUE NATIONALE | | |
| Marion DIEHL | 3, route d'Arlon GSM Tél.bureau Fax bureau e-mail | L-8009 Strassen 621 47 62 83 2040 3028 2040 0572 dtn@fla.lu marion.diehl@fla.lu |
| DIRECTEUR TECHNIQUE ADJOINT | | |
| Arnaud STARCK | 18, Grand-rue GSM Tél. bureau Fax. bureau e-mail e-mail | F-55150 Mangiennes 691 54 47 77 2040 4842 48 05 72 arnaud.starck@fla.lu dta@fla.lu |
| SECRÉTARIAT | | |
| Andrée SCHENGEN | 40, rue J.P. Beckius GSM Tél. bureau Fax bureau e-mail | L-6671 Mertert 661 81 00 18 48 06 70 48 05 72 fla@fla.lu andree.schengen@fla.lu |
| Christiane LIEFGEN | 76, Hauptstrooss GSM Tél. bureau e-mail | L-9806 Hosingen 691 92 94 33 2040 0925 christiane.liefgen@fla.lu |

36^e J.P. Morgan City Jogging

City Walking & Nordic Walking

Dimanche

7 juillet 2019

Luxembourg/Kirchberg

Informations et Inscriptions

www.fla.lu



J.P.Morgan

SOURCES ROSPORT
D'WASSER VUM LIEWEN

Baloise
Assurances



CMCM
SA ASSURANCEUR FINANCIER
LUXEMBOURG



emile weber

Cactus

Organisation:



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère des Sports



Charles Kieffer
Group



the healthy
Magazine santé 100% luxembourgeois



Tageblatt

LUXEMBOURG
LET'S MAKE IT HAPPEN

revue

reka print+

REGLEMENT DU VIVA STROOSSECUP 2019

1. Autorisation

Le Comité-Directeur de la FLA est seul habilité à désigner une épreuve du VIVA STROOSSECUP parmi les clubs qui s'engagent à respecter les règlements.

2. Distances

Ne peuvent être admises en principe que les distances classiques de 5 km, 10 km, 15 km, 10 miles, 21,1 km et 42,195 km homologuées par la FLA respectivement par AIMS. (mesurage officiel)

3. Conditions à remplir

a) Par les participants

Tout participant au VIVA STROOSSECUP doit être obligatoirement résident luxembourgeois. Il doit être en possession d'une licence-loisir validée par la F.L.A.. Il doit s'inscrire précisément et correctement (comme LL) auprès des organisateurs d'une course du VIVA STROOSSECUP. En cas d'erreur dans le classement d'une course, il doit immédiatement avertir le club concerné. Un athlète ayant changé de domicile, doit en informer la F.L.A. dans les meilleurs délais.

b) Par les organisateurs

Les clubs organisateurs indiquent correctement la distance en suivant la ligne idéale c.à.d. « le trajet le plus direct pouvant être couru ». Ils doivent indiquer la distance parcourue tous les kilomètres. Ils s'engagent à prévoir – soit au secrétariat, soit à l'arrivée – un endroit pour fixer le calicot du sponsor officiel du VIVA STROOSSECUP.

Les clubs s'engagent soit à publier les résultats officiels sur leur site internet soit à envoyer au plus vite à tous les participants le classement final de leur course. Les frais d'expédition sont inclus soit dans le droit d'inscription, soit par mise à disposition d'enveloppes à un prix déterminé le jour de la course.

Chaque club organisateur ayant reçu de la part d'un athlète une réclamation concernant le classement de la course, doit immédiatement en informer le responsable de la F.L.A.. Le classement officiel et définitif sera envoyé dans les 6 jours qui suivent l'organisation à la F.L.A. (sous forme d'un classement d'après les temps bruts enregistrés et sous forme d'un classement par ordre alphabétique). Le classement doit contenir: Place – Nom et prénom – Club – Sexe – Temps + année de naissance.

c) Par la F.L.A.

La F.L.A. s'engage à établir des classements intermédiaires du VIVA STROOSSECUP dès qu'elle est en possession des classements officiels.

Elle établira un classement général du VIVA STROOSSECUP. Les classements intermédiaires peuvent être consultés sur www.fl.lu.

La F.L.A. organise une remise des prix aux premiers du classement général, ainsi qu'aux vainqueurs des catégories d'âge.

4. Catégories d'âge

Veuillez consulter le tableau « Catégories d'âge 2019 »

5. Classement général

Le classement général sera établi par addition des points réalisés sous a), b), c) & d):

- a) la participation à une course sur parcours homologué par la FLA ou AIMS (mesurage officiel) et reprise dans le tableau ci-dessous est rémunérée avec 6 points par course

| Dates | Courses sur parcours homologués |
|------------|---|
| 09.11.2018 | 16. Belle Etoile's Fabel Laf (5 km) |
| 10.11.2018 | 27. DEULUX Lauf, Langsur (10 km) |
| 31.12.2018 | 35. Sylvesterlauf, Rambrouch (10 km) |
| 17.03.2019 | 24. Postlauf, Luxembourg Clôche d'Or (10 km) |
| 24.03.2019 | 16. Nordstadsemi, Diekirch (semi-marathon + 10 km) |
| 31.03.2019 | 36. Ciliärwer Loof (10 km) |
| 14.04.2019 | 42. Tour de Dudelange (10 km) |
| 22.04.2019 | 41. Ousterlauf, Grevenmacher (10 km) |
| 18.05.2019 | 12. Berdorfer Laf (10 km) |
| 01.06.2019 | ING Night Marathon, Luxembourg (marathon + semi-marathon) |
| 07.09.2019 | 13. Sudstroom Escher Kulturlaf (10 miles + 10 km) |
| 29.09.2019 | 58. ING Route du Vin, Remich (semi-marathon) |

- b) la participation à une course sur parcours non-homologué par la FLA et organisé par un club affilié à la F.L.A. et repris dans le tableau ci-dessous est rémunérée avec 4 points par course, indépendamment de la distance parcourue

| Dates | Courses sur parcours non-homologués et organisées par des clubs non-affiliés à la F.L.A. |
|------------|--|
| 18.11.2018 | 16. Trail Uewersauer, Heiderscheid (sauf Team-Run) |
| 24.11.2018 | 5. Freelander's Trail Mersch-Hollenfels |
| 01.12.2018 | 8. Sales-Lentz Nikloslauf, Esch-sur-Alzette |
| 15.12.2018 | 15. Chrëschtlauf, Differdange |
| 23.12.2018 | 9. 3-Länner Trail, Lieler |
| 06.01.2019 | Réidener Wanterlauf, Rédange/Attert |
| 27.01.2019 | Leidelenger Wanterlauf, Leudelange |
| 03.02.2019 | 8. Eurotrail, Diekirch |
| 02.03.2019 | 25. Spiridon Bëschlauf, Kockelscheuer |
| 28.04.2019 | 10. DKV Urban Trail, Luxembourg |
| 01.05.2019 | Semi-marathon des 2 Luxembourg, Beckerich |
| 04.05.2019 | Lampertsbierger Laf vum LTC, Luxembourg |
| 11.05.2019 | 13. Escher Südstroom Trail, Esch-sur-Alzette |
| 12.05.2019 | Schefflenger Laf, Schifflange |
| 30.06.2019 | Green Run, Lasauvage |
| 07.07.2019 | 36. JP Morgan City Jogging, Luxembourg |
| 13.07.2019 | NSL-Bësch Trail, Strassen |
| 14.07.2019 | 20. « 1000 km Hesper » |
| 20.07.2019 | 1. Lee Trail Run, Ettelbruck |
| 03.08.2019 | 16. Ardenner Trail, Rambrouch |
| 10.08.2019 | 4. Tower-Power Trail, Weicherdange |
| 15.08.2019 | Aischdall-Trail, Eischen |
| 17.08.2019 | 29. Loof um Wäpper Séi |
| 01.09.2019 | 10. Minett-Trail, Bieles |
| 15.09.2019 | 3. Beetebuerger Laf, Bettembourg |
| 22.09.2019 | 4. Steel Run, Differdange |
| 06.10.2019 | 44. Foyer Vollekslaf Walfer |
| 12.10.2019 | 7. Red Rock Challenge Trail, Belvaux |
| 19.10.2019 | 9. Haard Trail, Dudelange |
| 26.10.2019 | Géeschterlauf um Herrschesfeld, Crauthem |
| 27.10.2019 | 2. Hinnchebieglauf, Ettelbruck |

- c) la participation à une course sur parcours non-homologué par la FLA et organisée par un club non-affilié à la F.L.A. et reprise dans le tableau ci-dessous est rémunérée avec 2 points par course

| Dates | Courses sur parcours non-homologués et organisées par des clubs non-affiliés à la F.L.A. |
|------------|--|
| 10.02.2019 | X-Trail des Ardennes, Wiltz |
| 06.04.2019 | 7. Peckvillercherslaf by LALUX, Nospelt |
| 05.05.2019 | E Laf fir d'Natur, Kockelscheuer |
| 16.06.2019 | 15. Schlasslaf, Pettingen |
| 29.06.2019 | Widdebierglaf, Mensdorf |
| 21.07.2019 | 7. Sëller Adventure Laf, Saeul |
| 07.09.2019 | Ultratrail du Müllerthal, Echternach |

- d) les 3 meilleurs pointages définis d'après les performances réalisées (cf. tableau ci-dessous) dans les courses reprises dans le tableau sous point 5 alinéa a)

Ces 3 pointages doivent obligatoirement être réalisés sur 3 distances distinctes au choix parmi celles reprises au tableau ci-dessous.

| Dames | 5 points | 4 points | 3 points | 2 points | 1 point |
|----------|-----------|-------------------|-------------------|-------------------|-----------|
| 5 km | < 20.00 | 20.01 – 22.30 | 22.31 – 25.00 | 25.01 – 27.30 | > 27.30 |
| 10 km | < 41.00 | 41.01 – 46.00 | 46.01 – 51.00 | 51.01 – 56.00 | > 56.00 |
| 10 miles | < 1.08.00 | 1.08.01 – 1.16.00 | 1.16.01 – 1.24.00 | 1.24.01 – 1.32.00 | > 1.32.00 |
| Semi | < 1.31.00 | 1.31.01 – 1.42.00 | 1.42.01 – 1.53.00 | 1.53.01 – 2.04.00 | > 2.04.00 |
| Marathon | < 3.12.00 | 3.12.01 – 3.35.00 | 3.35.01 – 3.58.00 | 3.58.01 – 4.21.00 | > 4.21.00 |

| Hommes | 5 points | 4 points | 3 points | 2 points | 1 point |
|----------|-----------|-------------------|-------------------|-------------------|-----------|
| 5 km | < 17.30 | 17.31 – 20.00 | 20.01 – 22.30 | 22.31 – 25.00 | > 25.00 |
| 10 km | < 36.00 | 36.01 – 41.00 | 41.01 – 46.00 | 46.01 – 51.00 | > 51.00 |
| 10 miles | < 1.00.00 | 1.00.01 – 1.08.00 | 1.08.01 – 1.16.00 | 1.16.01 – 1.24.00 | > 1.24.00 |
| Semi | < 1.20.00 | 1.20.01 – 1.31.00 | 1.31.01 – 1.42.00 | 1.42.01 – 1.53.00 | > 1.53.00 |
| Marathon | < 2.49.00 | 2.49.01 – 3.12.00 | 3.12.01 – 3.35.00 | 3.35.01 – 3.58.00 | > 3.58.00 |

La participation à des courses relais n'est pas prise en compte pour l'établissement du classement du VIVA STROOSSECUP.

Pour figurer au classement final de la saison, l'athlète doit avoir totalisé un minimum de 60 points.

Les courses suivantes seront prises en compte pour le VIVA STROOSSECUP 2020

| | | |
|-------|------------|--|
| 6 pts | 08.11.2019 | Belle Etoile's Fakel Laf (5 km) |
| 6 pts | 09.11.2019 | 28. Internationaler DEULUX Lauf, Langsur (D) (10 km) |
| 4 pts | 17.11.2019 | 17. Trail Uewersauer, Heiderscheid (sauf Team Run) |
| 4 pts | 23.11.2019 | 6. Freelander's Trail Mersch-Hollenfels, Mersch |
| 4 pts | 30.11.2019 | Nikloslaf, Esch-sur-Alzette |
| 4 pts | 15.12.2019 | 16. Chrëschtlaaf, Differdange |
| 4 pts | 22.12.2019 | 10. 3-Länner Trail, Lieler |
| 6 pts | 31.12.2019 | 36. Sylvesterlaf, Rambrouch (10 km) |

WALKING ET NORDIC WALKING 2019

Dans le cadre des manifestations suivantes sont programmées des épreuves de Walking & Nordic Walking (sur différentes distances). Pour les détails, veuillez vous référer aux pages respectives du présent guide.

| Dates | Manifestations |
|------------|--------------------------------|
| 06/01/2019 | Réidener Wanterlaf |
| 10/02/2019 | X-Trail Wiltz |
| 28/04/2019 | DKV Urban-Trail |
| 05/05/2019 | E Laf fir Natur |
| 07/07/2019 | JP Morgan City Jogging |
| 10/08/2019 | Tower-Power Trail |
| 15/08/2019 | Aischdall-Trail |
| 01/09/2019 | Minett Trail |
| 05/10/2019 | Broschkriibs Laf |
| 13/10/2019 | Wéngertstrail |
| 27/10/2019 | 2. Hinnchebierglaf, Ettelbruck |
| 08/11/2019 | Fakel Laf |
| 17/11/2019 | Trail Uewersauer |
| 23/11/2019 | Trail Mersch-Huelmes |



Tageblatt

LÉTZEBUERG





Mir maachen lech méi sécher.

Making you safer.
www.baloise.lu

 **Baloise**
Assurances

Championnats Nationaux des courses sur route 2019

Règlement des Championnats Nationaux de 10 km sur route

| | |
|-------------------|---|
| Date et lieu: | Dimanche, le 31 mars 2019 à Clervaux |
| Distance exacte : | 10,0 km (parcours homologué par la FLA) |
| Organisateur: | CSN Clervaux |
| Inscriptions: | <p>Les inscriptions nominatives sont à adresser par le club pour le mardi 26 mars 2019 à 24.00 heures au CSN (e-mail : info@csn.lu et au Secrétariat fédéral de la F.L.A., 3, route d'Arlon, L- 8009 Strassen (fax: 48 05 72 – e-mail : inscription@outdoor2019 fla.lu).</p> <p>Les inscriptions tardives pour le Championnat National restent possibles sur place contre paiement d'un supplément de 4 €.</p> |
| Qualification: | <p>Seuls les athlètes cadets/juniors/espoirs/seniors (M/F) en possession d'une licence de compétition validée sont admis à concourir. Ils doivent porter la tenue homologuée de leur club, le dossard et le chip leurs remis par l'organisateur. A côté de l'inscription par l'intermédiaire du club, les athlètes sont tenus à s'inscrire individuellement d'après les modalités définies pour la course en question auprès de l'organisateur.</p> |
| Vestiaires: | Clervaux, terrain de football & Reuler, hall omnisports |
| Classements: | Un classement individuel est établi dans la catégorie masculine et féminine |
| Chambre d'appel : | Les athlètes inscrits pour le Championnat National sont tenus à confirmer leur participation à la chambre d'appel au plus tard 45 min avant le départ prévu de la course (Place du Marché, Clervaux) |
| Ravitaillement: | Le ravitaillement en dehors des postes spécialement prévus à cet effet n'est pas autorisé. |
| Responsabilité : | L'organisateur et la Fédération Luxembourgeoise d'Athlétisme déclinent toute responsabilité en cas d'accident, de malaise ou de vol pouvant survenir avant, pendant ou après la course. |
| Réclamations: | <p>Toute réclamation contre une décision d'un juge, relative au résultat ou au déroulement de la course est à adresser sur place et par écrit au Juge-arbitre fédéral des championnats.</p> <p>Toute autre réclamation est à adresser par écrit, au plus tard 15 jours après l'épreuve à la F.L.A.</p> |

situation au 22.10.2018

Championnats Nationaux des courses sur route 2019

Règlement des Championnats Nationaux de Semi-Marathon

| | |
|-------------------|--|
| Date et lieu: | Dimanche, le 29 septembre 2019 à Remich |
| Distance exacte : | Semi-marathon (21,098km) parcours homologué par AIMS |
| Inscriptions: | Les inscriptions nominatives sont à adresser par le club pour le mardi 24 septembre 2019 à 24.00 heures au Secrétariat fédéral de la F.L.A., 3, route d'Arlon, L- 8009 Strassen (fax: 48 05 72 – e-mail : fla@fla.lu et inscription@outdoor2019.fla.lu). |
| Qualification: | Seuls les athlètes juniors/espoirs/seniors en possession d'une licence de compétition validée sont admis à concourir. Ils doivent porter la tenue homologuée de leur club, le dossard avec chip intégré leurs remis par l'organisateur. A côté de l'inscription par l'intermédiaire du club, les athlètes sont tenus à s'inscrire individuellement d'après les modalités définies pour la course en question. |
| Vestiaires: | Piscine à Remich. |
| Classement: | <p>a) un classement individuel est établi dans la catégorie masculine et féminine</p> <p>b) un classement interclubs masculin est établi par l'addition des 3 meilleurs temps nets</p> <p>c) un classement interclubs féminin est établi par l'addition des 3 meilleurs temps nets</p> <p>Dans les classements interclubs précités, des athlètes de nationalité étrangère entrent en ligne de compte pour l'établissement du classement interclubs que si la condition suivante est remplie :</p> <p>- pour les catégories espoirs/seniors, l'athlète doit être affilié à la FLA depuis au moins 1 an.</p> <p>Pour pouvoir prétendre au titre de champion interclubs, l'équipe ne peut comporter qu'un seul athlète de nationalité étrangère à condition qu'il remplit les conditions précitées.</p> |
| Chambre d'appel : | Les athlètes inscrits pour le Championnat National sont tenus à confirmer leur participation à la chambre d'appel au plus tard 45 minutes avant le départ prévu de la course (Lieu à confirmer). |
| Ravitaillement: | Le ravitaillement en dehors des postes spécialement prévus à cet effet n'est pas autorisé. |
| Divers: | Les athlètes inscrits pour le championnat national sont autorisés à prendre le départ avec les coureurs d'élite. |
| Réclamations: | Toute réclamation contre une décision d'un juge, relative au résultat ou au déroulement de la course est à adresser sur place et par écrit au juge-arbitre fédéral des championnats. Toute autre réclamation est à adresser par écrit, au plus tard 15 jours après l'épreuve à la F.L.A. |

Situation au 22.10.2018

A CONFIRMER

Championnats Nationaux des courses sur route 2019

Règlement des Championnats Nationaux de Marathon

- Date et lieu:** **Dimanche, le 27 octobre 2019 à Francfort**
- Distance exacte :** **Marathon (42,195 km) parcours homologué**
- Inscriptions:** Les inscriptions nominatives sont à adresser par le club pour le mardi **22 octobre 2019 à 24.00 heures** au Secrétariat fédéral de la F.L.A., 3, route d'Arlon, L- 8009 Strassen (fax: 48 05 72 – e-mail : fla@fla.lu et inscripton@outdoor2019.lu).
- Qualification:** Seuls les athlètes juniors/espoirs/seniors en possession d'une licence de compétition validée sont admis à concourir. Ils doivent porter la tenue homologuée de leur club, le dossard et le chip leurs remis par l'organisateur. **A côté de l'inscription par l'intermédiaire du club, les athlètes sont tenus à s'inscrire individuellement d'après les modalités définies pour la course en question jusqu'au : voir sur www.frankfurt-marathon.com**
- Chambre d'appel :** Les athlètes inscrits pour le Championnat National sont tenus à confirmer leur participation à la chambre d'appel en date du 26 octobre 2019 (samedi) installée à la réception de l'hôtel :
Hôtel Maritim Hotel
Theodor-Heuss-Allee 3, FRANKFURT
Heures : 17h00 – 19h00
- Responsable de la Chambre d'appel :** Pit BIVER (FLA) – Téléphone portable : 00352 621 32 49 90
- Ravitaillement:** Le ravitaillement en dehors des postes spécialement prévus à cet effet n'est pas autorisé.
- Divers:** Les athlètes inscrits pour le championnat national sont autorisés à prendre le départ dans un bloc de départ derrière l'élite.
- Réclamations:** Toute réclamation contre une décision d'un juge, relative au résultat ou au déroulement d'une course est à adresser sur place et par écrit au juge arbitre fédéral des championnats. Toute autre réclamation est à adresser par écrit, au plus tard 15 jours après l'épreuve à la F.L.A.

Situation au 22.10.2018

A CONFIRMER

Championnats Nationaux des courses sur route 2019

Règlement des Championnats Nationaux de Trail

- Date et lieu:** **Dimanche, le 17 novembre 2019 à Heiderscheid (départ à 8h45)
à confirmer par l'organisateur**
- Distance :** **52 km**
- Organisateur:** Performance Club
- Inscriptions:** Les inscriptions nominatives sont à adresser par les clubs pour le mardi 12 novembre 2019 à 24.00 heures au Performance Club asbl, 4 rue des Joncs, Bâtiment 19, L-1818 HOWALD; e-mail : mail@trail-uewersauer.lu) et au Secrétariat fédéral de la F.L.A. 3, route d'Arlon, L- 8009 STRASSEN, (e-mail : inscription@outdoor2019.fla.lu).
Les inscriptions tardives pour le championnat national restent possibles sur place contre paiement d'un supplément de 4€.
- Qualification:** Seuls les athlètes espoirs/seniors (M/F) en possession d'une licence de compétition validée sont admis à concourir. **Ils doivent porter la tenue homologuée de leur club**, le dossard et le chip leur remis par l'organisateur. **A côté de l'inscription par l'intermédiaire du club, les athlètes sont tenus à s'inscrire individuellement d'après les modalités définies pour la course en question auprès de l'organisateur.**
- Classements:** Un classement individuel est établi dans la catégorie masculine et féminine.
- Chambre d'appel :** Les athlètes inscrits pour le Championnat National sont tenus à confirmer leur participation à la chambre d'appel au Centre Sportif à Heiderscheid, le dimanche, 17 novembre 2019 entre 6h45 et 8h15, ceci en soumettant leur tenue de compétition homologuée de leur club, accompagnée du dossard leur attribué par l'organisateur.
- Ravitaillement :** Le ravitaillement en dehors des postes spécialement prévus à cet effet n'est pas autorisé.
- Contrôles :** Des contrôles de passage seront effectués par des juges fédéraux à différents endroits du parcours.
- Responsabilité :** L'organisateur et la Fédération Luxembourgeoise d'Athlétisme déclinent toute responsabilité en cas d'accident, de malaise ou de vol pouvant survenir avant, pendant ou après la course.
- Réclamations:** Toute réclamation contre une décision d'un juge, relative au résultat ou au déroulement de la course est à adresser sur place et par écrit au juge-arbitre fédéral des championnats.
- Toute autre réclamation est à adresser par écrit, **au plus tard 15 jours après l'épreuve à la F.L.A.**

situation au 26.10.2018

Courses sur route et Trails

Conditions d'organisation

Le nouveau concept fédéral portant sur les conditions d'organisation des courses sur route et trails constitue une nouvelle approche fédérale quant à la qualité et la standardisation des différentes manifestations.

Selon les caractéristiques (techniques), les courses peuvent être réparties en 4 catégories différentes :



1. Courses sur route



2. Courses populaires



3. Joggings



4. Trails



Courses sur route

Conditions d'organisation



| Courses sur route | |
|--|--|
| Distances | 5 - 10 - 15 - 20 - 25 km - Semi-marathon - Marathon - 10 miles |
| Mesurage | obligatoire AIMS ou FLA |
| Circulation | parcours fermé à la circulation |
| Indication kilomètres | obligatoire |
| Signalisation parcours | obligatoire |
| Lignes de départ & arrivée | obligatoires (largeur min. 5 cm) |
| Points de ravitaillement | tous les 5 km et arrivée (minimum) |
| Ravitaillement | eau plate à tous les points Boissons sucrées et/ou fruits ou autres à partir du 15 ^e km Ravitaillement personnel sur demande Boissons chaudes en cas de températures < à 5°C lors du départ Quantités suffisantes |
| 1 ^{er} secours & encadrement médical | Poste de secours fixe (aire d'arrivée) Médecin sur place (n'assumant pas d'autre fonction dans le cadre de l'organisation) pour courses de +10 km Dispositif 1 ^{er} secours sur place Médecin sur place dès le début de la course et jusqu'à 1 heure après la fin pour distances supérieures à 15 km |
| Inscriptions | Règlementation et tarification pour pré-inscriptions et inscriptions tardives (à publier) online et autres formes |
| Licenciés FLA (LC-LO-LL) | Tarif préférentiel |
| Vestiaires et douches | obligatoires |
| Consigne | recommandée à partir de 300 particip. |
| Zone de départ protégée | Zone protégée pour l'élite obligatoire |
| Publication résultats | dans les 24 hrs sur internet et transmission à la FLA |
| Transmission listes à la FLA | Liste alphabétique avec résultats à transmettre à la FLA dans la quinzaine |
| Récompenses podiums & participants | à discrétion de l'organisateur |
| Règlement de course selon les règles IAAF et FLA à publier | obligatoire (règlement type disponible auprès de la FLA) |
| Courses pour enfants | Distances à respecter: |
| Ludiques m&f | max. 2 km (sans classement) |
| Benjamin(e)s | max. 2 km (sans classement) |
| Débutant(e)s | max. 3 km (classement recommandé) |
| Scolaires m&f | max. 5 km (classement recommandé) |
| Âge minimum requis | 5 km → 12 ans 10 km → 15 ans 15 km → 15 ans semi et plus → 18 ans |
| Animations annexes | à discrétion de l'organisateur |
| Championnats Nationaux | Semi dans le cadre de la Route du Vin Marathon (à déterminer) 10 km (dispositions d'attribution à déterminer) |



Courses populaires Conditions d'organisation



| Courses populaires | |
|--|--|
| Distances | pas de prescriptions |
| Mesurage | facultatif |
| Circulation | parcours fermé à la circulation |
| Indication kilomètres | recommandée |
| Signalisation parcours | obligatoire |
| Lignes de départ & arrivée | obligatoires (largeur min. 5 cm) |
| Points de ravitaillement | tous les 5 km et arrivée (minimum) |
| Ravitaillement | eau plate à tous les points et option pour autres Boissons chaudes en cas de températures < à 5°C lors du départ Quantités suffisantes |
| 1 ^{er} secours & encadrement médical | Poste de secours fixe (aire d'arrivée) Médecin sur place (n'assumant pas d'autre fonction dans le cadre de l'organisation) pour courses de +10 km Dispositif 1 ^{er} secours sur place Médecin sur place dès le début de la course et jusqu'à 1 heure après la fin pour distances supérieures à 15 km |
| Inscriptions | Règlementation et tarification pour pré-inscriptions et inscriptions tardives (à publier) online et autres formes |
| Licenciés FLA (LC-LO-LL) | Tarif préférentiel |
| Vestiaires et douches | obligatoires |
| Consigne | recommandée à partir de 300 particip. |
| Zone de départ protégée | Zone protégée pour l'élite recommandée |
| Publication résultats | dans les 24 hrs sur internet et transmission à la FLA |
| Transmission listes à la FLA | Liste alphabétique avec résultats à transmettre à la FLA dans la quinzaine |
| Récompenses podiums & participants | à discrétion de l'organisateur |
| Règlement de course selon les règles IAAF et FLA à publier | recommandé (règlement type disponible auprès de la FLA) |
| Courses pour enfants | Distances à respecter: |
| Ludiques m&f | max. 2 km (sans classement) |
| Benjamin(e)s | max. 2 km (sans classement) |
| Débutant(e)s | max. 3 km (classement recommandé) |
| Scolaires m&f | max. 5 km (classement recommandé) |
| Âge minimum requis | 5 km → 12 ans 10 km → 15 ans 15 km → 15 ans semi et plus → 18 ans |
| Animations annexes | à discrétion de l'organisateur |
| Championnats Nationaux | ----- |



Joggings

Conditions d'organisation



Joggings

| | |
|--|--|
| Distances | pas de prescriptions |
| Mesurage | facultatif |
| Circulation | parcours fermé à la circulation |
| Indication kilomètres | facultatif |
| Signalisation parcours | obligatoire |
| Lignes de départ & arrivée | obligatoires (largeur min. 5 cm) |
| Points de ravitaillement | tous les 5 km et arrivée (minimum) |
| Ravitaillement | eau plate à tous les points et option pour autres Boissons chaudes en cas de températures < à 5°C lors du départ Quantités suffisantes |
| 1er secours & encadrement médical | Poste de secours fixe (aire d'arrivée) Médecin sur place (n'assumant pas d'autre fonction dans le cadre de l'organisation) pour courses de +10 km Dispositif 1 ^{er} secours sur place Médecin sur place dès le début de la course et jusqu'à 1 heure après la fin pour distances supérieures à 15 km |
| Inscriptions | Règlementation et tarification pour pré-inscriptions et inscriptions tardives (à publier) online et autres formes |
| Licenciés FLA (LC-LO-LL) | Tarif préférentiel |
| Vestiaires et douches | recommandés |
| Consigne | recommandée à partir de 300 particip. |
| Zone de départ protégée | ----- |
| Publication résultats | dans les 24 hrs sur internet et transmission à la FLA pour autant qu'un classement a été établi |
| Transmission listes à la FLA | Liste alphabétique avec résultats à transmettre à la FLA dans la quinzaine |
| Récompenses podiums & participants | à discrétion de l'organisateur |
| Règlement de course selon les règles IAAF et FLA à publier | |
| Courses pour enfants | Distances à respecter: |
| Ludiques m&f | max. 2 km (sans classement) |
| Benjamin(e)s | max. 2 km (sans classement) |
| Débutant(e)s | max. 3 km (classement recommandé) |
| Scolaires m&f | max. 5 km (classement recommandé) |
| Âge minimum requis | 5 km → 12 ans 10 km → 15 ans 15 km → 15 ans semi et plus → 18 ans |
| Animations annexes | à discrétion de l'organisateur |
| Championnats Nationaux | ----- |



Trails

Conditions d'organisation



| Trails | |
|--|--|
| Distances | Trail court (inférieur à 42 km) – Ultra Trail (supérieur ou égal à 42 km) |
| Mesurage | pas de mesurage |
| Circulation | parcours fermé à la circulation |
| Indication kilomètres | recommandée |
| Signalisation parcours | obligatoire |
| Lignes de départ & arrivée | obligatoires (largeur min. 5 cm) |
| Points de ravitaillement | tous les 7,5 km et arrivée (minum) |
| Ravitaillement | eau plate à tous les points boissons sucrées et fruits ou autres à partir du 10 ^e km – Ravitaillement personnel sur dde Boissons chaudes en cas de températures < à 5°C lors du départ Quantités suffisantes |
| 1 ^{er} secours & encadrement médical | Poste de secours fixe (aire d'arrivée). Médecin sur place (n'assurant pas d'autre fonction dans le cadre de l'organisation) pour tous les trails. Dispositif 1 ^{er} secours sur place. Médecin sur place dès le début de la course et jusqu'à 1 heure après la fin pour distances supérieures à 10 km |
| Inscriptions | Règlementation et tarification pour pré-inscriptions et inscriptions tardives (à publier) – online et autres formes |
| Licenciés FLA (LC-LO-LL) | Tarif préférentiel |
| Vestiaires et douches | obligatoires |
| Consigne | recommandée à partir de 300 particip. |
| Zone de départ protégée | Zone protégée pour l'élite recommandée |
| Publication résultats | dans les 24 hrs sur internet et transmission à la FLA |
| Transmission listes à la FLA | Liste alphabétique avec résultats à transmettre à la FLA dans la quinzaine |
| Récompenses podiums & participants | à discrétion de l'organisateur |
| Règlement de course selon les règles IAAF et FLA à publier | recommandé (règlement type disponible auprès de la FLA) |
| Courses pour enfants | Distances à respecter: |
| Ludiques m&f | max. 2 km (sans classement) |
| Benjamin(e)s | max. 2 km (sans classement) |
| Débutant(e)s | max. 3 km (classement recommandé) |
| Scolaires m&f | max. 5 km (classement recommandé) |
| Âge minimum requis | 5 km → 12 ans 10 km → 15 ans 15 km → 15 ans semi et plus → 18 ans |
| Animations annexes | à discrétion de l'organisateur |
| Championnats Nationaux | Dispositions obligatoires Championnats: Distance: entre 45 et 60 km Dénivellé minimum: 1200 m Parcours: maximum asphalté 20 % Avoir organisé au moins une fois une course remplissant les conditions ci-dessus sur un parcours analogue |



| | Courses sur route | Courses populaires |
|-----------------------|-------------------------------|---------------------------------------|
| Situation 2019 | Postlaf | Spiridon Bëschlaf, Kockelscheuer |
| | Nordstadsemi, Diekirch | Péckvillercherslaf, Nospelt |
| | Clärrwer Loof | FootRun, Niederkorn |
| | Tour de Dudelange | Semi-marathon des 2 Luxemb. Beckerich |
| | Ousterlaf, Grevenmacher | Lampertsbierger Laf vum LTC |
| | Berdorfer Laf | Schefflenger Laf |
| | ING Night-Marathon Luxembourg | ING 24h Run |
| | Sudstroum Escher Kulturlaf | Schlasslaf, Pettingen |
| | ING Route du Vin Remich | Widdebierglaf, Mensdorf |
| | Fakellaf Bertrange | Green Run |
| | Deulux-Lauf Langsur | Korogocho Run |
| | Sylvesterlaf Rambrouch | 1000km Hesper |
| | | Loof um Wämper Séi |
| | | Beetebuerger Laf |
| | | Steel Run |
| | | Vollekslaf Walfer |
| | | Geeschterlaf um Herrschesfeld |
| | | Hinnchebierglaf |
| | | Nikloslaf, Esch/Alzette |
| | | Chrëschtlaf, Differdange |
| | | |





| Joggings | Trail |
|--|-------------------------------------|
| Réidener Wanterlaf | ING Eurotrail, Diekirch |
| Leidelenger Wanterlaf | X-Trail des Ardennes |
| E Laf fir d'Natur | DKV Urban Trail |
| Jogging Loisir, Mondercange | Escher Südstroum Trail |
| Biissen bewegt sech | NSL Bëschtrail |
| JP Morgan City Jogging | 1. Lee Trail Run |
| Algso Laf géint de Kriibs | Sëller Adventure-Laf |
| Kannerlaf Parc Merveilleux Bettembourg | Ardenner Trail, Koetschette |
| Broschtkriibslaf | Tower Power Trail, Weicherdange |
| RBC Race for kids | Aischdalltrail |
| | Minett-Trail |
| | Ultra-Trail du Müllerthal |
| | Red Rock Challenge |
| | Wéngertstrail |
| | Haard Trail |
| | Trail Uewersauer, Heiderscheid |
| | Freelanders Trail Mersch-Hollenfels |
| | Veiner X-perience Trail |
| | 3 Länner Trail, Lieler |





YUPPI MINI-LAF 2019

Un partenariat entre



Le Yuppi Mini-Laf est une course récréative, non-chronométrée qui met l'accent sur le plaisir de bouger et l'amusement. Lancé en 2011, ce concept vise à initier les enfants au sport et à promouvoir une alimentation saine. Pour que les petits athlètes soient bien préparés, chaque course est précédée par une séance d'échauffement avec Yuppi, la mascotte de Cactus.



Un chouette T-shirt Yuppi, ainsi qu'un Laf pass, pour collectionner des tampons lors de chaque participation, attendront les enfants lors de leur première course. Yuppi invite les enfants à porter leur T-shirt lors de chaque Yuppi Mini-Laf.



LES ATELIERS "FREED UM LAAFEN"

Afin d'apprendre les bases de la course à pied aux enfants (échauffement, vitesse, endurance, agilité, orientation,...), mais surtout, pour leur donner encore plus de plaisir à courir, les clubs d'athlétisme organisent, en collaboration avec la Fédération Luxembourgeoise d'Athlétisme, des ateliers avant et après certaines courses du "Yuppi Mini-Laf". La participation à ces ateliers est bien sûr gratuite.



LE CALENDRIER DES COURSES

YUPPI MINI-LAF 2019

05.05.2019

Laf fir d'Natur, Kockelscheuer

07.07.2019

City Jogging, Luxembourg

07.09.2019

Escher Kulturlaf, Esch-Belval

22.09.2019

Kannerlaf duerch 5 Kontinenter, Bettembourg

08.11.2019

Belle Etoile's Fakellaf, Bertrange



REMISE DE PRIX

En fin de saison, les enfants renvoient leur "Pass" et reçoivent une petite récompense pour leurs efforts. Lors d'une remise de prix, Yuppi remettra de jolis cadeaux à ceux qui ont collectionné le plus de tampons.

A la même occasion sera remis un chèque à la **Fondatioun Kriibskrank Kanner**, puisque Cactus s'engage à reverser **1 € pour chaque tampon collectionné** lors des Yuppi Mini-Laf. Plus les enfants seront nombreux à participer aux courses, plus grande sera la somme d'argent qui viendra en soutien des familles d'enfants atteints d'un cancer.



Se battre comme un lion!



Toutes les informations concernant le Yuppi Mini-Laf 2019 sont disponibles sur www.cactus.lu/yuppi



Cactus





**LOTÉRIE
NATIONALE**



LILY A GRATTÉ LE SPORT A GAGNÉ



www.loterie.lu
Games for good causes

L'intégralité du revenu de la Loterie Nationale
revient aux missions philanthropiques de l'Œuvre.



ŒUVRE
Nationale de Secours
Grande-Duchesse Charlotte






voyages

emile weber

éischtklasseg reesen



ÉTÉ comme **HIVER**,
vos plus belles vacances
sont chez Emile Weber !

Infotel: 35 65 75-1 – www.emile-weber.lu



Dimanche, 06.01.2019 à Redange/Attert

13. Réidener Wanterlaf

| | |
|-------------------------------|--|
| Distance | 19,14,10 & 6 km |
| Organisateur | Réidener Wanterlaf a.s.b.l Secrétaire : Claude Conrardy - 4, um Grehs - L-8540 Ospern GSM: 621 25 05 57 Email: wanterlaf@pt.lu |
| Site internet | www.4runner.lu |
| Lieu et heure de départ | Attert-Lycée Redange/Attert – 10h00 |
| Lieu d'arrivée | Attert-Lycée Redange/Attert |
| Vestiaires | Attert-Lycée et Centre Sportif à Redange/Attert |
| Secrétariat | Attert-Lycée Redange/Attert |
| Remise des prix | Pas de prix |
| Particularités de la course | 1 boucle, parcours vallonné, pas de chronométrage, pas de classement, pour le plaisir et pour la bonne cause, bénéfice intégral pour différentes associations luxembourgeoises. |
| Inscriptions et no. de compte | Préinscription à partir du 5.11.18 sur www.4runner.lu Possibilité de retirer votre dossard ou de vous préinscrire sur place la veille au Attert-Lycée de 15h00 à 17h00 sans frais additionnels Inscriptions tardives le jour même de 7h30 à 9h45 IBAN Wanterlaf: LU74 0030 0917 5840 2000 (BGLLULL) |
| Ravitaillement | Sur tous les parcours et à l'arrivée |
| Nombre de participants 2018 | 1500 |
| Prix | Frais d'inscription (préinscriptions) : 19 km = 9.-€ / 14 km = 8. -€ / 10 km = 7.-€ / 6 km = 6.-€ Inscriptions tardives le jour même +2.-€ |
| Encadrement | Modération par DJ / diverses animations / ambiance / restauration chaude / garderie pour enfants (gratuite) à proximité du départ et de l'arrivée au Attert-Lycée |
| Renseignements utiles | Parking Attert-Lycée et alentours, suivez les indications |
| Courses d'encadrement | 8h45 – Walking & Nordic-Walking (mêmes parcours) |



Dimanche, 27.01.2019 à Leudelange

12. Leidelenger Wanterlaf

| | |
|-------------------------------|--|
| Distances (3) | 8,5 km; 15,5 km; 21,5 km |
| Organisateur | Commune de Leudelange + Spiridon 08 Lëtzebuerg GSM : +352 621 329 608 Tél. : +352 621 27 27 74 e-mail : contact@spiridon.lu |
| Site internet | www.spiridon.lu / www.leudelange.lu |
| Heure de départ | 09H30 Semi-Marathon 21,5km 10H00 Wanterlaf Jogging 8,5 et 15,5km |
| Lieu de départ et d'arrivée | Hall Omnisport (Centre village / église) |
| Vestiaires & douches | Hall Omnisport |
| Secrétariat | Hall Omnisport |
| Remise des prix | |
| Particularités de la course | Allure libre, sans chronométrage et sans classement. La distance peut être choisie pendant la course. |
| Inscriptions et no. de compte | Préinscriptions jusqu'au 22.01.2019: www.spiridon.lu / www.leudelange.lu / www.chiplauf.de 8,50-€ Inscriptions sur place à partir de 08H00 : 10.-€ |
| Ravitaillement | Km 5 et Km 9 (15,5 km) resp. Km 12 (21,5 km) |
| Nombre de participants 2018 | 700 |
| Records de l'épreuve | / |
| Prix | / |
| Encadrement | Payant : Spaghettis d'après course |
| Renseignements utiles | Parkings : rue du Lavoir, an der Eech et am Bann (Z.A.) Navettes entre Z.A. et Hall Omnisport Consigne dans le Hall Omnisport Pas de garderie |



Dimanche, 03.02.2019 à Diekirch

ING EUROTRAIL

| | |
|-----------------------------|---|
| Distances | 13 Km - 19 Km (nouveau pour 2019) |
| Organisateur | CELTIC Diekirch B.P. 40 / L - 9201 Diekirch E-mail : celtic@celtic.lu |
| Site internet | www.celtic.lu www.eurocross.lu |
| Lieu et heure de départ | Diekirch Centre sportif à 10h45 Site de l'ING Eurocross |
| Lieu d'arrivée | Diekirch Centre sportif - Site de l'ING Eurocross |
| Vestiaires | Diekirch, rue Merten - Centre sportif |
| Secrétariat | Diekirch Centre sportif |
| Remise des prix | Diekirch Centre sportif |
| Particularités de la course | Parcours écologique et sélectif Chemins de promenade et de forêt & routes |
| Inscriptions | Préinscriptions: www.eurocross.lu jusqu'au 29.01.2019 : 10,00 € Inscriptions sur place : 15,00 € Inclus entrée gratuite ING Eurocross Paiements = exclusivement sur place |
| Ravitaillement | Sur le parcours et à l'arrivée |
| Prix | Prix aux trois premiers Hommes et Dames |
| Renseignements utiles | Animation - boissons - grillades |
| Cadre | L'ING Eurotrail se dispute dans le cadre de l'ING Eurocross |



TRIATHLON

Trail

RUNNING

PETERS SPORTS

Howald (LUX) peters-sports.lu (00352) 360650



Le spécialiste du Running

et de
l'Athlétisme

Le spécialiste du trail

**Salming / Asics / Brooks / Hoka One One
Mizuno / Craft / Kari Tra / Skins / 2xu
Newton / New Balance / Wrightsock
Xenofit / Overstim / Ron Hill / Altra / Silva
Saucony / Oxitis / Gu / Dexshel / Hilly / Pjur
Neck / Swix / Stimum**

4, rue des Joncs / Howald
www.peters-sports.lu

Dimanche, 10.02.2019 à Wiltz

12. Teamsport.lu X-TRAIL des Ardennes

| | |
|-----------------------------|---|
| Distances | 25 km - 14,6 km - 7,5 km et Walking 7,5 km |
| Organisateur | DS Sports Strecker Daniel 22, rue du village L-9651 Eschweiler e-mail : danielstrecker@hotmail.com Tel. : 691 877 235 |
| Site internet | www.xtrail.lu |
| Lieu et heure de départ | Hall sportif Nic.Kreins, Wiltz 11h00 (7,5 km, 14,6 km & 25 km) Nordic-Walking 11h05 |
| Lieu d'arrivée | Hall sportif Nic.Kreins, Wiltz |
| Vestiaires | Hall sportif (avenue Nic Kreins), Wiltz |
| Secrétariat | Hall sportif (avenue Nic Kreins), Wiltz |
| Remise des prix | Hall sportif (avenue Nic Kreins), Wiltz à 13h00 |
| Particularités de la course | Parcours difficile à travers 4 communes (Wiltz, Winseler, Kiischpelt et Eschweiler) Très beau paysage, belles passages single-trail |
| Inscriptions | 12.-€ (7,5 km & Walking) – 16.-€ (14,6 km) – 20.-€ (25km) Inscriptions tardives: + 3.-€ Préinscription : Inscrit + payé Via www.xtrail.lu |
| Ravitaillement | +/- tous les 5 km |
| Prix | Divers prix et cadeaux aux 3 premiers (Hommes + Femmes) |
| Encadrement | Café et croissant à.p.de 09h00 Musique toute la journée |



Dimanche, 03.03.2019 à Kockelscheuer

25. Spiridon Bëschlaf

| | |
|-----------------------------|---|
| Distances | +5 km et +-10 km Course, Jogging |
| Organisateur | Spiridon 08 Lëtzebuerg Tél. : +352 621 27 27 74 e-mail : contact@spiridon.lu |
| Site internet | www.spiridon.lu |
| Lieu et heure de départ | Départ : Patinoire de Kockelscheuer à 09H45 Course pour enfants 1 km (gratuit) 10H00 Fun Run 5 km 10H15 Bëschlaf 10 km |
| Lieu d'arrivée | Patinoire de Kockelscheuer |
| Vestiaires | Patinoire de Kockelscheuer |
| Secrétariat | Patinoire de Kockelscheuer |
| Prix | 3 meilleurs (hommes et dames sur 5 et 10km) |
| Particularités des courses | Courses chronométrées (5 + 10 km) Parcours des 10 km (1 boucle) |
| Inscriptions | Préinscriptions : 5 km 5.-€ / 10 km 10.-€ jusqu'au 26-02-2019 sur www.spiridon.lu via www.chiplauf.de Inscription sur place à partir de 08H00 5 km 8.-€ / 10 km 15.-€ |
| Nombre de participants 2018 | 650 |
| Ravitaillement | Km 5 et à l'arrivée |
| Renseignements utiles | Course comptant pour le Spiridon Cup 2019 Records : 32.59 Y. Lieners (2018) , 38.55 J. Schaaf (2018) Pas de consigne, pas de garderie. |



Dimanche, 17.03.2019 à Luxembourg (Cloche d'Or) – 10H00

24eme POSTLAF

| | |
|-------------------------------|--|
| Distance | 10 Km |
| Organisateur | POSTLAF - Amicale POST Luxembourg – L-2020 Luxembourg E-Mail : postlaf@pt.lu |
| Site internet | www.postlaf.rti.lu |
| Lieu et heure de départ | Zone Industrielle Cloche d'Or Gasperich à 10.00 hrs |
| Lieu d'arrivée | Zone Industrielle Cloche d'Or Gasperich (rue Emile Bian) |
| Vestiaires, douches | POST Technologies (rue Emile Bian) |
| Secrétariat | POST Technologies (rue Emile Bian) |
| Remise des prix | à 12h15 |
| Particularités de la course | Routes, partiellement fermées à la circulation |
| Inscriptions et no. de compte | On-line jusqu'au vendredi 1er mars 2019 à minuit : 12.- € CCPL LU28 1111 1164 2323 0000 - Sur place le 15 mars 2019 de 16H00 à 20H00 : 15.- € - Sur place le 16 mars 2019 de 10H00 à 18H00 : 17.- € - Le jour de la course jusqu'à 9H00 : 20.- € - Chronométrage « Champion-Chip » - Pour les participants ne possédant pas de chip personnel : Caution & location chip : 10 + 4 = 14.- € - Remboursement caution à l'arrivée : 10.- € - En cas de préinscription, le virement doit comprendre la taxe d'inscription (12.- €) et évent. la taxe de location du Chip (14.- €) - Retrait des dossards sur place le vendredi 15 mars de 16H00 à 20H00 Afterwork (une portion de pâtes offerte entre 17H00 et 20H00 pour les participants à la course de 10Kms), le samedi 16 mars de 10H00 à 18H00, le jour de la course jusqu'à 9H3 |
| Ravitaillement | Au nombre de 2 ou 3 suivant météo – Km4, Km8 et à l'arrivée |
| Nombre de participants 2018 | 2426 |
| Records de l'épreuve | 29.39 Zelaem Mengistu (M) 2017 29.39 Gabriel Geay (M) 2016 34.16 Stéphanie Barnes (W) 20018 |
| Prix | 1er place 250€, 500€ si le record de l'épreuve est battu 2ième place 200€, 3ième place 150€ (D & H) Prix pour les vainqueurs des catégories d'âge (D & H) T-shirt pour tous les participants, Tombola (présence obligatoire) |
| Encadrement | Musique sur le parcours ; Animation départ arrivée |
| Renseignements utiles | Restauration, buvette, consigne, douches, résultat par mail 3 Navettes gratuites (toutes les 15 minutes). L'une du P&R Howald, une autre du P&R Kockelscheuer et une autre de la Gare Centrale - à destination de POST Technologies De 8H00 à 9H30 et de 12H00 à 14H00 Chiens et poussettes interdits sur le parcours |
| Pour les enfants | 2 courses Lulux KidsRun avec POSTI Inscription gratuite sur notre site internet jusqu'au 14 mars 2019 Sur place le vendredi 15 mars de 16H00 à 20H00 et le samedi 16 mars de 10H00 à 18H00. 600 inscriptions maximum - Retrait des dossards idem adultes Aucune inscription le jour de la course 500 m (nés entre 2011 et 2014) - départ vers 10.10 hrs 1000 m nés entre 2004 (-15 ans) et 2010 - départ vers 10.15 hrs Crèche Caritas de 9H00 à 12H00 uniquement pour les enfants de 2 à 8 ans ne participant pas aux courses et sur réservation jusqu'au 1er mars 2019 |





revue

SPORT IM GROSSFORMAT



Abonnieren Sie sich jetzt auf revue.lu

Dimanche, 24.03.2019 à Diekirch

16. Nordstadsemi

| | |
|-----------------------------|---|
| Distances exactes | 21,097 km (semi-marathon) 10 km 5 km Parcours homologués par la FLA |
| Organisateur | CELTIC Diekirch |
| Site internet | www.nordstadsemi.lu |
| Lieu et heure de départ | Diekirch, Stade municipal à : 14h00 5 km, 10 km et 21 km Nordstadsemi 14h05 course pour enfants |
| Lieu d'arrivée | Diekirch, Stade |
| Vestiaires | Diekirch, Stade, rue Joseph Merten |
| Secrétariat | Diekirch, Stade: à partir de 12h00 le 24.03.2019 |
| Remise des prix | Diekirch, Stade: 14h45 5 km 15h00 10 km 16h00 Nordstadsemi |
| Particularités de la course | Parcours plat et souple à Diekirch et le long de la Sûre |
| Inscriptions | 21 km : 18.-€ (préinscriptions jusqu'au 20.03.2019) 10 km : 12.-€ (préinscriptions jusqu'au 20.03.2019) 5 km : 10.-€ (préinscriptions jusqu'au 20.03.2019) Inscription sur place le 24.03.2019: supplément: 5.-€ Chronométrage via Championchip Location chip : 3.- € + 5.- € caution |
| Ravitaillement | Le long du trajet et à l'arrivée |
| Nombre de participants 2018 | 228 (semi-marathon) 155 (10 km) |
| Records de l'épreuve | Semi 1.05:27 Peter WANJIRU 2012 1.23:47 Pascale SCHMOETTEN 2007 10 km 30.16 Mellina Paul 2014 37.22 Schmoetten Pascale 2009 5 km 15.27 Max BIEWER 2013 18.35 Tanja FRANSISSI 2012 |
| Prix | Aux trois premiers Hommes et Dames |
| Renseignements utiles | E-mail: celtic@celtic.lu |
| Courses d'encadrement | Course pour enfants: 1 km (nés 2010-2013) Participation gratuite |



Dimanche, 31.03.2019 à Clervaux

36. Clïärrwer Loof (Championnats Nationaux sur route 2019)

| | |
|-----------------------------|--|
| Distance exacte | 10 km |
| Organisateur | Cercle Sportif du Nord Clervaux Boîte Postale 62 / L-9701 CLERVAUX e-mail : info@csn.lu Tél. : +352 621 510 966 (Jacquot Junk) |
| Site internet | www.csn.lu |
| Lieu et heure de départ | Place du Marché, Clervaux 16h00 |
| Lieu d'arrivée | Place du Marché, Clervaux |
| Vestiaires | Terrain de Football, Clervaux & Hall Omnisports, Reuler |
| Secrétariat | Place du Marché, Clervaux |
| Remise des prix | Place du Marché, Clervaux |
| Particularités de la course | Course individuelle sur route fermée à la circulation |
| Inscriptions | Préinscriptions par formulaire « online » jusqu'au 29.03.2019: www.csn.lu Inscriptions sur place : 31.03.2019 de 13h00 à 15h30 |
| Ravitaillement | sur parcours et à l'arrivée |
| Records de l'épreuve | 31'07" Guy FAYS (RFC Liège) 2006 |
| Prix | - Prix pour les premiers - Cadeau pour chaque participant |
| Encadrement | Animation, buvette, grillades, pâtisserie, |
| Renseignements utiles | - Parcours au centre de Clervaux - Championnats Nationaux sur route 2019 |
| Course d'encadrement | 14h00 : 430m course pour enfants (6-8) 14h15 : 860m course pour enfants (9-12) 14h30 : 430m course Special Olympics 15h00 : 6km course pour tous |



Samedi, 06.04.2019 à Nospelt

7. Péckvillercherslaf by LALUX

| | | | |
|-------------------------------|--|--------------------------------------|------|
| Distance | Course populaire 11 km | | |
| Organisateur | D.T. Péckvillercher Nospelt & Commission des Sports de la commune de Kehlen | | |
| Site internet | www.peckvillercherslaf.lu | | |
| Lieu et heure de départ | Nospelt, Centre Culturel et Sportif à 17h00 | | |
| Lieu d'arrivée | Centre Culturel à Nospelt | | |
| Vestiaires | Centre Culturel à Nospelt | | |
| Secrétariat | Centre Culturel à Nospelt | | |
| Remise des prix | Centre Culturel à Nospelt à 18:30 h | | |
| Particularités de la course | Parcours vallonné | | |
| Inscriptions et no. de compte | Online www.peckvillercherslaf.lu ou sur place jusqu'à 16:30 hrs paiement par internet ou paiement tardif sur place | | |
| Ravitaillement | Oui | | |
| Nombre de participants 2018 | 250 | | |
| Records de l'épreuve | 37:51 | Venturini Gilles (AS Douanes) | 2013 |
| | 42:41 | Harpes Tania | 2014 |
| Prix | 12 € / Préinscription 15 € / Inscription tardive | | |
| Encadrement | Encadrement musical pendant et après la course | | |
| Renseignements utiles | Douches au Centre Culturel à Nospelt | | |
| Courses d'encadrement | 16h00 | 650 m enfants nés entre 2011 & 2014 | |
| | 16h15 | 1300 m enfants nés entre 2005 & 2010 | |
| | 17h00 | 5.5 km course sur route | |
| | 17h00 | 11 km course populaire | |

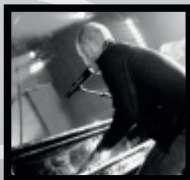


Gales
HÉRITAGE

séduisez



gagnez



rêvez

(...



Gales

Expressions d'émotions

100 ANS
1916-2016



Dimanche, 14.04.2019 à Dudelange

42^e Tour de Dudelange

| | |
|-------------------------------|---|
| Distance exacte | 10,0 km parcours homologué par la FLA |
| Organisateur | Cercle Athlétique Dudelange Boîte Postale 12 / L-3401 DUEDELANGE Tél. : +352 621 32 49 90 (Pit Biver) +352 661 25 28 33 (Claude Schaeffer) |
| Site internet | http://www.cadudelage.lu |
| Lieu et heure de départ | Stade J.F. Kennedy, Dudelange à 16h00 |
| Lieu d'arrivée | Stade J.F. Kennedy, Dudelange |
| Vestiaires | Stade J.F. Kennedy, Dudelange |
| Secrétariat | Stade J.F. Kennedy, Dudelange |
| Remise des prix | Stade J.F. Kennedy, Dudelange |
| Particularités de la course | Parcours dénivelé faible |
| Inscriptions et no. de compte | Préinscriptions : http://www.cadudelage.lu et par versement de 10.-€ jusqu'au 23.03.2019 par versement de 12.-€ jusqu'au 06.04.2019 BGLL IBAN LU52 0030 1182 4440 1000 ou BCEE IBAN LU57 0019 7000 0333 9000 Inscriptions sur place : 14.-€ Chip Usage unique |
| Ravitaillement | Eau et électrolytes |
| Nombre de participants 2018 | 260 (participation record : 380) |
| (ancien parcours) | 29.23 Richard MUTAI |
| Records de l'épreuve | 34.12 Danièle KABER |
| Prix | Prix en espèces aux premiers |
| Encadrement | Buvette & Grillades |
| Renseignements utiles | |
| Courses d'encadrement | Courses pour enfants 750 m(mini-Course/Benjamins (es) et 1450 m(- Débutants(es)/Scolaires fém. et masc. à partir de 15h15 pour licenciés et non-licenciés. Participation gratuite |



Lundi, 22.04.2019 à Grevenmacher

41. Ousterlaf

| | |
|-----------------------------|---|
| Distance exacte | 10 km parcours homologué par la FLA |
| Organisateur | CAE Grevenmacher B.P. 18 / L-6701 GREVENMACHER Tél. : +352 621 36 34 55 E-Mail : info@caeg.lu |
| Site internet | www.caeg.lu |
| Lieu et heure de départ | Grevenmacher, Centre Culturel et Sportif à 10h45 |
| Lieu d'arrivée | Centre Culturel et Sportif, Grevenmacher |
| Vestiaires | Hall sportif Maacher Lycée |
| Secrétariat | Centre Culturel et Sportif, Grevenmacher |
| Remise des prix | Centre Culturel et Sportif, Grevenmacher |
| Particularités de la course | Parcours plat + chronométrage champion-chip |
| Inscriptions + paiement | 10 KM - Online www.caeg.lu jusqu'au 17 avril 15.-€ - ou sur place jusqu'à 1h avant le départ de chaque course 17.-€ 5 KM - Online www.caeg.lu jusqu'au 17 avril 10.-€ - ou sur place jusqu'à 1h avant le départ de chaque course 12.-€ |
| Ravitaillement | oui |
| Nombre de participants 2018 | 695 (695 en 2018) |
| Records de l'épreuve | 29.14 KIPYTICH Abraham (KEN) 2014 33.04 HUSSEIN Hawa (TAN) 2001 |
| Prix | Prix pour les 5 premiers du classement dames & hommes |
| Encadrement | Encadrement musical pendant et après les Courses |
| Renseignements utiles | Gsm : +352 621 36 34 55 |
| Course d'encadrement | 9h00 5000 m nés >2004 |
| | 9h45 800 m enfants nés en 2008 & 2009 |
| | 9h55 800 m enfants nés en 2010 & 2011 |
| | 10h05 800 m enfants nés en 2012 & 2013 |
| | 10h15 2000 m enfants nés entre 2004 & 2007 |
| | 10h45 10000m nés >2004 |



Dimanche, 28 avril 2019 à Luxembourg-Ville

10ème DKV Urban Trail

| | | |
|-----------------------------|--|--|
| Distances | 13km (Traces de Vauban) 27km (Trail des Forts) 13km (Nordic Walking) | 18km (Dans les pas de Mélusine) 34 km (Trail « La Grand-ducale ») |
| Organisateur | CS Luxembourg en collaboration avec Urban Trail de Luxembourg a.s.b.l. | |
| Site internet | www.urban-trail.lu | |
| Lieu et heure de départ | Départ, Cité Judiciaire, Luxembourg-Ville : 10h40 parcours 34 km / 10h50 et 11h00 parcours 27 km / 11h10 et 11h20 parcours et relais 18km / 11h30 et 11h45 parcours Mini Trails / 12h10, 12h20 et 12h30 parcours 13 km / 12h40 13 km Nordic Walking Trail. (Attention les horaires de départ pouvant subir des légères adaptations !) | |
| Lieu d'arrivée | Arrivée, Cité Judiciaire, Luxembourg-Ville | |
| Vestiaires | Vestiaires : Cité Judiciaire, Luxembourg-Ville Douches : Piscine Badanstalt (navette) 12, rue des Bains, Luxembourg | |
| Secrétariat | Cité Judiciaire, Village Trail / Remise des dossards le samedi de 10h à 18h et le dimanche à partir de 8h | |
| Remise des prix | Cité Judiciaire, Luxembourg-Ville à partir de 15h | |
| Particularités de la course | Le DKV Urban Trail est une course à la fois nature et citadine qui se déroulera pour la 10ème fois le 28 avril 2019. Elle traverse Luxembourg-Ville (le centre ville, la ville médiévale et la forteresse) et ses chemins forestiers les plus insolites. Cet événement offre aussi aux athlètes, accompagnateurs et bénévoles l'opportunité de vivre ensemble une véritable aventure humaine. - 8 courses sont proposées : 13 km en individuel; 18 km en individuel ; 27 km en individuel ; 34 km en individuel ; 13 km en Nordic Walking ; 900 m Mini-trail (6-8 ans) ; 1600 m Mini-trail (9-12 ans) ; Company Run 18 km relais (3 coéquipiers 5 / 6 / 7 kms) | |
| Inscriptions | Inscriptions en ligne : www.urban-trail.lu DKV Urban Trail - Urban Trail de Luxembourg a.s.b.l. - 67, route d'Esch - L - 3921 Mondercange - Tél.: +352 691 277 442 - Email : info@urban-trail.lu - Inscriptions jusqu'à 4000 participants ! | |
| Ravitaillement | Les points de ravitaillement (boissons et nourriture), 7 en tout, sont assurés sur le lieu de départ et d'arrivée, ainsi qu'à plusieurs endroits du parcours. Veuillez consulter le plan sur le site web. | |
| Nombre de participants | +- 1200 en 2010 / +- 1700 en 2011 / +- 2000 en 2012 / +- 2200 en 2013 / +- 2600 en 2014 / +- 2600 en 2015 / +-2500 en 2016 / +-3300 en 2017 / +- 3750 en 2018 | |
| Prix | Récompenses en coupe et argent - T-shirt Finisher et Médaille à l'arrivée | |
| Encadrement | Animation sur le lieu de départ et d'arrivée ainsi que sur le parcours. Village Trail avec animation ! | |
| Nordic Walking Trail | Randonnée pour Walkers et Nordic Walkers sur le parcours de 13 km sans classement ; chronométrage sur demande. | |



Mercredi, 01.05.2019 à Beckerich

17e Semi-marathon des 2 Luxembourg

| | |
|-----------------------------|---|
| Distances | 21,1 km - 5 km |
| Organisateur | Réidener Wanterlaf a.s.b.l / AC Dampicourt Commune de Beckerich Secrétaire : Claude Conrardy; 4, um Grehs; L-8540 Ospem GSM: 621 25 05 57 Email: wanterlaf@pt.lu |
| Site internet | www.4runner.lu |
| Lieu et heure de départ | Centre Sportif Beckerich – 10h00 |
| Lieu d'arrivée | Centre Sportif Beckerich |
| Vestiaires | Centre Sportif Beckerich |
| Secrétariat | Centre Sportif Beckerich (Complexe pompiers) |
| Remise des prix | Fleurs pour les 3 premiers (m/f) |
| Particularités de la course | 1 boucle, parcours vallonné, 75% chemins forestiers, chronométrage électronique par chronorace |
| Inscriptions | Préinscription sur www.4runner.lu Possibilité également de retirer votre dossard (et de vous acquitter des frais d'inscriptions) la veille, 30 avril de 18h00 à 20h00 près du Centre Sportif à Beckerich |
| Ravitaillement | Au km 3 / 5 / 10 / 13 / 16 / 20 et à l'arrivée |
| Nbre participants 2018 | +/- 1100 |
| Prix | Frais d'inscription (préinscriptions) : paiement sur place 21 km = 5,50 € / 5 km = 3 € Course enfants gratuite / 1 Boisson inclus dans les frais d'inscription |
| Encadrement | Modération / diverses animations / ambiance / restauration chaude |
| Renseignements utiles | Parking vis-à-vis du Complexe sportif, suivez les indications |
| Courses d'encadrement | 9h30 – Course pour enfants de 7-12 ans 10h15 – Course de 5 km (75% chemins forestiers / 1 boucle) |
| Responsable: | Michel Rausch 28, Aarelerstrooss L-8523 Beckerich GSM: 621 14 57 66 |



Samedi, 04.05.2019 à Luxembourg-Limpertsberg Lampertsbierger Laf vum LTC (6. édition)

| | |
|-----------------------------|---|
| Distance | 5 et 10 km |
| Organisateur | LTC Luxembourg & CS Luxembourg 106 avenue Pasteur, L-2309 LUXEMBOURG |
| Personne de contact | Tél. : +473811-270 (profs EPS) ; sport@ltc.lu |
| Site internet | http://www.ltclaf.com |
| Lieu et heure de départ | LTC 106 avenue Pasteur, L-2309 LUXEMBOURG 11:00 h |
| Lieu d'arrivée | LTC 1 ^{er} coureur: 11:15 h; dernier coureur: 12:30 h |
| Vestiaires | LTC |
| Secrétariat | LTC |
| Remise des prix | LTC |
| Particularités de la course | 1 ou 2 tours de 5 km au Limpertsberg |
| Inscriptions | préinscription (online) : 10.-€ , inscriptions tardives : 15.-€ |
| Ravitaillement | sur place |
| Prix | aux 3 premiers de chaque catégorie |
| Encadrement | courses pour enfants (non chronométrées) : 10:30h: Années 2013-2010 : 750m Années 2006-2009 : 1500m |
| Renseignements utiles | Crèche/Garderie 3-7 ans: les enfants sont pris en charge gratuitement entre 10:00h et 12:30h. |



| | |
|-----------------------------------|---|
| Date de la course: | Dimanche, le 05.05.19 |
| Nom de la course: | E Laf fir d'Natur |
| Organisateur: | natur&ëmwelt |
| Lieu et Heure du départ: | Maison de la Nature à Kockelscheuer à 10.45 heures Kids-Laf: départ 10.00 heures Walking: départ 10.25 heures |
| Lieu d'arrivée: | Maison de la Nature à Kockelscheuer |
| Secrétariat: | Maison de la Nature |
| Vestiaires: | C.K. Sportcenter Kockelscheuer |
| Remise des prix: | Recettes au profit de projets nature de „natur&ëmwelt“ |
| Distance exacte: | 5 km et 10 km Kids-Laf 1 km Walking 5 km |
| Particularités de la course: | sans chronométrage, Course sur chemins forestiers à Kockelscheuer. |
| Inscriptions et numéro de compte: | Préinscriptions: - www.naturemwelt.lu/laf - 10.-€ au compte de „natur&ëmwelt a.s.b.l.“ CCPL LU75 1111 0857 9648 0000 avec la mention „Naturlaf“ - Inscriptions sur place: 15.-€ Kids-Laf: inscription gratuite |
| Contact organisateur: | natur&ëmwelt a.s.b.l. Sonnie Nickels - Tel.: 29 04 04 – 310 E-mail: secretariat@naturemwelt.lu www.naturemwelt.lu |
| Ravitaillement: | au km 5 et à l'arrivée |
| Encadrement: | Buvette |
| Accès: | Bus Nr. 18 (Ville de Luxembourg) Arrêt Kockelscheuer-Patinoire Centre Hamilius à partir de 9.10 heures toutes les 30 minutes |
| Renseignements utiles: | Les participants sont priés d'utiliser le grand parking de la patinoire pour le stationnement de leurs voitures. |



Samedi, 11.05.2019 à Esch-sur-Alzette

13. Escher Südstrom Trail

| | | |
|-----------------------------|--|---------------------|
| Distance | +- 12 km | |
| Organisateur | CA FOLA Esch-sur-Alzette | |
| Site internet | www.cafola.lu | |
| Lieu et heure de départ | Stade Emile Mayrisch Esch | |
| Lieu d'arrivée | Stade Emile Mayrisch Esch | |
| Vestiaires | Stade Emile Mayrisch Esch | |
| Secrétariat | Stade Emile Mayrisch Esch | |
| Remise des prix | Stade Emile Mayrisch Esch | |
| Particularités de la course | Parcours technique sur chemins forestiers au Galgenberg, dans une nature préservée à deux pas de l'agitation de la ville. | |
| Inscriptions | Préinscriptions jusqu'au 08.05.2019: 7.-€ Online : www.cafola.lu CCPL IBAN LU11 1111 0217 1180 0000 du CA Fola BIC : CCPLULL Motif à indiquer : Trail 2019 Inscriptions sur place : 10.-€ | |
| Ravitaillement | Parcours & Arrivée | |
| Records de l'épreuve | 00:43:22 (Hommes) | 2016 Nicolas WITZ |
| | 00:56:35 (Femmes) | 2017 Jessica SCHAAF |
| Prix | Prix aux trois premiers (Hommes & Dames) | |
| Renseignements utiles | via site Internet: www.cafola.lu | |



Dimanche, 12.05.2019 à Schifflange

5. Schöfflenger Laf

| | |
|-------------------------------|--|
| Distances (3) | 5 km, 10 km Course, Jogging |
| Organisateur | Spiridon 08 Lëtzebuerg Tél. : +352 621 27 27 74 e-mail : contact@spiridon.lu |
| Site internet | www.spiridon.lu |
| Heure de départ | 9H45 Course pour enfants – gratuite 10H00 pour les 5 et 10 km |
| Lieu de départ et d'arrivée | Place de la Mairie, 1, av. de la Libération |
| Vestiaires & douches | Hall Polyvalent, 12 rue Denis Netgen, L-3858 Schifflange |
| Secrétariat | Maison des Jeunes, 1 av. de la Libération, L-3801 Schifflange |
| Remise des prix | Place de la Mairie, 1, av. de la Libération, L-3801 Schifflange |
| Particularités de la course | Courses chronométrées (5 + 10km) Parcours de 10km (1 boucle) |
| Inscriptions et no. de compte | Préinscriptions : 5 km 5.-€ / 10 km 10.-€ jusqu'au 06-05-2019 sur www.spiridon.lu via www.chiplauf.de Inscription sur place à partir de 8H30 5 km 8.-€ / 10 km 15.-€ Course pour enfants +-1000m gratuite |
| Ravitaillement | Aux km 3 et 7 et à l'arrivée |
| Nombre de participants 2018 | 350 |
| Records de l'épreuve | Hommes 35.25 A. Seppi (2018) Dames 46.41 J. Gloden (2018) |
| Prix | Aux 3 premières dames et 3 premiers hommes sur 5 et 10km. |
| Encadrement | Ambiance musicale, grillades |
| Renseignements utiles | Course comptant pour le Spiridon Cup 2019 Pas de consigne et pas de garderie |



Samedi, 18.05.2019 à Berdorf

12. Berdorfer Laf

| | |
|-----------------------------|--|
| Distance exacte | 10 km parcours homologué par la FLA |
| Organisateur | Berdorfer Laf asbl |
| Site internet | www.berdorferlaf.lu |
| Lieu et heure de départ | Centre Maartbësch à 18.00 h (Courses enfants à partir de 17.00 h) |
| Lieu d'arrivée | Centre Maartbësch |
| Vestiaires | Hall sportif, Terrain de foot, Camping (tous Centre Maartbësch) |
| Secrétariat | Hall sportif |
| Remise des prix | Centre Maartbësch vers 20.00 h |
| Particularités de la course | Parcours vallonné sur route au plateau de Berdorf |
| Inscriptions | www.berdorferlaf.lu |
| Ravitaillement | Au km 3,5, au km 6, au km 9,5 et à l'arrivée |
| Nombre de participants 2018 | 473 adultes et 243 enfants (Record 2015 : 565 adultes et 210 enfants) |
| Records de l'épreuve | 10 km 30:56 Kinde Yonas (2013) 37:55 Harpes Tania (2013) 5 km 16:29 Lallemand Max (2013) 19:37 Hayen Chantal (2015) |
| Prix | Cadeau pour chaque participant |
| Encadrement | Catering, consigne bagages gratuite, animation pour enfants (pas de garderie), aire de jeux en forêt, animation musicale au parcours et After-Run-Party |
| Renseignements utiles | www.berdorferlaf.lu |
| Courses d'encadrement | Courses d'enfants gratuites suivant catégories d'âge (cadeau pour chaque enfant): 400 m pour les enfants nés en 2013 et après (sans chronométrage ni classement; départ à 17.00 h) 800 m pour les enfants nés de 2010 à 2012 (sans chronométrage ni classement; départ à 17.20 h) 1200 m pour les enfants nés de 2007 à 2009 (avec chronométrage et classement; départ à 17.40 h) Course supplémentaire de 5 km ouvert à tout le monde (avec chronométrage et classement; départ à 18.10 h) |



Samedi, 01.06.2019 à Luxembourg

ING Night Marathon Luxembourg

| | |
|-------------------------------|---|
| Distances exactes | 42,195 km (Marathon), 21,0975 km (Semi-marathon), 4,2 km Minimarathon, 1 km Mini Minimarathon, Team Run, 5 km Run for Success parcours IAAF |
| Organisateur | step by step S.A. ING Night Marathon Luxembourg B.P. 2723; L-1027 LUXEMBOURG |
| Site internet | www.ing-night-marathon.lu |
| Lieu et heure de départ | Luxembourg-Kirchberg, devant la Luxexpo The Box Heure de départ : Marathon, Semi-marathon, Team Run à 19h00 |
| Lieu d'arrivée | Luxexpo The Box |
| Vestiaires | Luxexpo The Box |
| Secrétariat | info@ing-night-marathon.lu |
| Remise des prix | La remise des prix aura lieu dès l'arrivée des 3 premiers coureurs du marathon et semi-marathon. |
| Particularités de la course | L'ING Night Marathon Luxembourg est une course de nuit où le choix du parcours est encore possible pendant la course. Ayant opté pour le marathon, vous avez la possibilité de choisir, lors de cette course, de continuer tout le parcours (marathon) ou de ne courir que la moitié du parcours (semi-marathon). |
| Inscriptions et no. de compte | <p>online : www.ing-night-marathon.lu</p> <p>Marathon: 1 – 300 : 52.-€ 301 – 600 : 57.-€ 601 – 900 : 62.-€ 901 – 1200 : 67.-€ 1201 – sold out : 72.-€</p> <p>Semi-marathon: 1 – 1000 : 33.-€ 1001 – 2000 : 37.-€ 2001 – 3000 : 42.-€ 3001 – 5000 : 46.-€ 5001 – 7000 : 51.-€ 7001 – sold out : 56.-€</p> <p>Team Run: Jusqu'au 24.04.19 : 121.-€ (5.-€ consigne pour la puce ChampionChip® inclus)</p> <p>Minimarathon / Mini Minimarathon: Jusqu'au 24.04.19: 10.-€</p> |

| | |
|--|--|
| Inscriptions et no. de compte (suite) | <p>5k Run for success</p> <p>1 – 60 : 32.-€ par participant (5.-€ consigne pour la puce ChampionChip® inclus)</p> <p>61 – 120 : 37.-€ par participant (5.-€ consigne pour la puce ChampionChip® inclus)</p> <p>121 – sold out : 42.-€ par participant (5.-€ consigne pour la puce ChampionChip® inclus)</p> <p>Toute inscription ne sera validée qu'une fois les frais d'inscription crédités sur notre compte : step by step S.A. ING Night Marathon Luxembourg Bénéficiaire: ING Luxembourg IBAN: LU36 0141 5387 6980 0000 BIC: CELLLULL Motif à indiquer : nom du coureur l de la coureuse</p> |
| Ravitaillement | dès le km 5, tous les 2,5 km |
| Nombre de participants 2019 | 17.000 participants (limité) |
| Records de l'épreuve | |
| Prix | |
| Encadrement | Dossards et Expo42 à l'intérieur de la Luxexpo The Box / Pasta Party Festival de Samba / Leo Light Village |
| Renseignements utiles | |
| Course d'encadrement | |



Muzzolini



suivez-nous



MUZZOLINI VOUS INVITE À DÉCOUVRIR SA NOUVELLE CONCESSION « UM MONKELER »

6, rue Romain Fandel - Z.i. Um Monkeler
L-4149 Esch-sur-Alzette

www.muzzolini.bmw.lu

1. Laf Biissen beweegt sech

Samedi 08.06.2019

| | |
|-----------------------------|--|
| Distance exacte | 5 km et 8 km |
| Organisateur | Biissen beweegt sech A.S.B.L 1, rue des moulins L-7784 Bissen e-mail : info@biissen-beweegt-sech.lu & CELTIC Diekirch B.P. 40 / L - 9201 Diekirch e-mail : celtic@celtic.lu |
| Site internet | www.celtic.lu & www.biissen-beweegt-sech.lu |
| Lieu et heure de départ | Hall sportif de Bissen à 17h |
| Lieu d'arrivée | Hall sportif de Bissen |
| Vestiaires | Hall sportif de Bissen |
| Secrétariat | Hall sportif de Bissen |
| Remise des prix | Hall sportif de Bissen |
| Particularités de la course | parcours écologique et sélectif / piste cyclables & routes |
| Inscriptions | Préinscriptions : www.celtic.lu & www.biissen-beweegt-sech.lu jusqu'au 01.06.2019 : 5 / 8 km 5,-€ inscriptions sur place : 5 / 8 km 8,-€ inscription gratuite pour tous les moins de 18 ans |
| Ravitaillement | sur le parcours et à l'arrivée (eau, jus, fruits & électrolytes) |
| Prix | Médaille pour chaque enfant à l'arrivée / Cadeau à tous les participants des courses 5 et 8 km |
| Renseignements utiles | Animation - boissons - grillades Course en prélude à la Nuit du Sport |
| Épreuves d'encadrement | Kannerlaf : 16h40 (*2006-2009) 1.000 m 16h30 (*2010-2013) 500 m |



Samedi, 08.06.2019 à MONDERCANGE

Jogging Loisir

| | |
|-----------------------------|--|
| Distance | 5 - 8 - 10 km sans chronométrage |
| Contact Organisateur | Commune de Mondercange / Commission des Sports |
| Site internet | www.mondercange.lu |
| Lieu et heure de départ | Duerfplatz- Mondercange |
| Lieu d'arrivée | Duerfplatz- Mondercange |
| Vestiaires | Ecole de Mondercange |
| Secrétariat | Duerfplatz- Mondercange |
| Remise des prix | Pas de classement-Prix |
| Particularités de la course | Jogging loisir, sans classement, sans prix |
| Inscriptions | Pas de chronométrage |
| Ravitaillement | |
| Prix | À fixer |
| Encadrement | Jogging enfants |
| Renseignements utiles | 3 distances 5, 8 et 10km |



15&16 juin 2019 à Wiltz

ING 24H RUN WILTZ

| | |
|-----------------------------|---|
| Organisateur | DS Sports, SI Wiltz Sous le patronage de la ville de Wiltz Strecker Daniel 22, rue du village L-9651 Eschweiler e-mail : danielstrecker@hotmail.com/ info@touristinfowiltz.lu Tel. : 691 877 235 |
| Site internet | www.24hours.lu |
| Lieu et heure de départ | Château de Wiltz 24h relais & individuel : samedi 12 h KidsRun 1h (individuel) : Dimanche 11h 12h relais & individuel : www.24hours.lu 6h relais & individuel : www.24hours.lu |
| Lieu d'arrivée | Château de Wiltz / place festival |
| Vestiaires | Près de la commune de Wiltz / Hall Sportif, av. Nic Kreins |
| Secrétariat | Château de Wiltz |
| Remise des prix | KidsRun : Dimanche 16 juin après la course à 12.30H 24h : Dimanche 16 juin après la course à 13.00H 12h : www.24hours.lu 6h : www.24hours.lu |
| Particularités de la course | Parcours de 1,35km dans le centre de Wiltz KidsRun / CharityRun / BusinessRun |
| Inscriptions | 25.-€/personne pour les 24 h 40.-€/personne pour les 24h individuel 15.-€/personne pour les 12 h 30.-€/personne pour les 12h individuel 10.-€/personne pour les 6 h 20.-€/personne pour les 6h individuel +10.-€ Caution Chip athlètes garden, camping (si désiré) et ravitaillement inclus pendant la course. KidsRun gratuit |
| Ravitaillement | Sur tout le parcours |
| Prix | Divers prix et cadeaux pour les catégories Voir catégories sur www.24hours.lu |
| Encadrement | Fête de la Musique tout le weekend Animation pour enfants (facepainting, KidsCorner) Stands divers, barbecue, boissons et pasta Massages Athletes garden |



Dimanche, 16.06.2019 à Pettingen (Mersch)

16. Schlusslaf

| | |
|-----------------------------|---|
| Distance | 5km, 10km, courses pour enfants |
| Organisateur | Duerfsieschter Miesdref, Petten an Essen Jo Brandenburger 18, rue Knapp; L – 7462 MOESDORF +352 661 92 51 01 (Jo Brandenburger) e-mail: brajo@gms.lu |
| Site internet | www.duerfsieschter.lu |
| Lieu et heure de départ | Pettingen rue du Château à partir de 10h00 |
| Lieu d'arrivée | Château de Pettingen |
| Vestiaires | Navette entre Pettingen et Piscine de Mersch |
| Secrétariat | Château de Pettingen |
| Remise des prix | Château de Pettingen à 11h 15 |
| Inscriptions | Inscriptions online www.duerfsieschter.lu ou sur place Inscriptions gratuites pour enfants ; 5€ pour 5km , 10€ pour 10km |
| Nombre de participants 2018 | 144 enfants |
| Encadrement | Schlusfest à Pettingen |
| Courses pour enfants | 10h00 5 km (à partir de 12 ans) 10h05 400m enfants nés entre 2012 et 2013 10h10 700m enfants nés entre 2010 et 2011 10h30 10 km (à partir de 16 ans) 10h40 1,1 km enfants nés entre 2008 et 2009 10h50 1,1 km enfants nés entre 2006 et 2007 |



Samedi, 29.06.2019 à Mensdorf Widdebierglaf

| | |
|-------------------------------|--|
| Distance | + - 10 km |
| Organisateur | Widdebiergfrënn asbl Line Soisson 11, rue Buurg L-5425 Gostingen e-mail : info@widdebierglaf.lu |
| Site internet | www.widdebierglaf.lu |
| Lieu et heure de départ | Mensdorf, rue de l'Eglise à 18h00 |
| Lieu d'arrivée | Mensdorf, rue de l'Eglise |
| Vestiaires | Stade op Biirk, rue d'Uebersyren (terrain de foot) |
| Secrétariat | Centre Culturel (rue de l'Eglise), Mensdorf |
| Remise des prix | Centre Culturel (rue de l'Eglise), Mensdorf |
| Particularités de la course | Parcours vallonné autour du Widdebierg |
| Inscriptions et no. de compte | Online www.widdebierglaf.lu Tél.: +352 691 53 47 92 (Carlo Feltes) après 17h00 ou sur place le jour de la course avant 17h30 paiement : No de Compte : LU62 0019 3855 8462 6000 (BCEE) |
| Ravitaillement | Oui (km 4 & 8) |
| Nombre de participants 2018 | 277 (& 161 participants lors des courses d'enfants) |
| Records de l'épreuve | Hommes : 32:44 min (Yonas Kinde) Dames : 39:48 min (Jessica Schaaf) |
| Prix | - Prix pour les premiers du classement dames & hommes (1 ^{er} 150.-€, 2 ^e 100.-€, 3 ^e 50.-€) - nouveau record de l'épreuve: 50.-€ - prix pour le/la meilleur coureur de la commune de Betzdorf |
| Encadrement | Encadrement musical pendant et après la course, Tombola, Grillades |
| Renseignements utiles | Gsm : +352 691 53 47 92 après 17h00 |
| Courses d'encadrement | 17h00 1,0 km enfants nés entre 2010 et 2013 17h20 1,4 km enfants nés entre 2004 et 2009 |



Dimanche, 30.06.2019

Delhaize Green Run

| | |
|-------------------------------|--|
| Distances : | 6km, 12km |
| Organisateur | Zelos SA / RBUAP |
| Site internet | www.zelos.be |
| Lieu et heure de départ | Lasauvage 10h45 (12km) 11h00 (6km) |
| Lieu d'arrivée | Lasauvage |
| Vestiaires | École primaire Lasauvage |
| Secrétariat | École primaire Lasauvage |
| Remise des prix | +/- 13h00 |
| Particularités de la course | Course à travers la forêt |
| Inscriptions et no. de compte | Chronorace |
| Ravi et points de relais | 2x (12km) 1x (6km) |
| Prix | 3 premières positions hommes & femmes pour chaque distance |
| Encadrement | Village départ / arrivée avec musique et catering |
| Renseignements utiles | |



Samedi, 06.07.2019 à Luxembourg

Korogocho Run

| | |
|-------------------------|--|
| Distances : | 5 km ou 12 km |
| Organisateur | Coopération Nord-Sud + CSL |
| Site internet | www.korogocho.run |
| Lieu et heure de départ | 115, Rue Anatole France, Bonnevoie à 11 heures |
| Lieu d'arrivée | 115, Rue Anatole France, Bonnevoie |
| Vestiaires | Tennsclub Bonnevoie |
| Secrétariat | 115, Rue Anatole France, Bonnevoie |
| Tombola | Super Tombola |
| Prix | Prix surprise |
| Inscriptions | https://goo.gl/forms/rT1YZm70MJRB8EVS2 |
| Ravitaillement | au 5e km et au 12e km |
| Renseignements utiles | Why? Stay fit and help us to sustain the poorest from the slum of Korogocho (Kenia). After the race, join us for a party! |





Dimanche, 07.07.2019 à Luxembourg

36. JPMorgan City Jogging

| | |
|-------------------------------|---|
| Distances | 10 km - 6 km |
| Organisateur | Fédération Luxembourgeoise d'Athlétisme en collaboration avec le Ministère des Sports , la Ville de Luxembourg et la COQUE Fédération Luxembourgeoise d'Athlétisme 3, route d'Arlon / L-8009 Strassen Tél. : +352 48 06 70 Fax : +352 48 05 72 |
| Site internet | www.fla.lu |
| Lieu et heure de départ | COQUE, Kirchberg de 10h00 à 11h00 |
| Lieu d'arrivée | COQUE, Kirchberg |
| Vestiaires | COQUE, Kirchberg |
| Secrétariat | COQUE, Kirchberg |
| Particularités de la course | sans chronométrage, gratuit Parcours à travers les plus beaux coins de la Ville de Luxembourg |
| Inscriptions et no. de compte | Préinscriptions jusqu'au 26.06.2019 Inscription online : www.fla.lu Inscriptions sur place le 07.07.2019 à partir de 8h30 |
| Ravitaillement | Sur le parcours à 2 reprises et à l'arrivée (eaux VIVA) |
| Nombre d'inscrits 2018 | ± 3000 |
| Records de l'épreuve | Pas de chronométrage |
| Encadrement | Fête populaire et animation par le Service des Sports de la Ville de Luxembourg Ateliers d'athlétisme pour enfants âgés de 5 à 12 ans organisés par la FLA en collaboration avec le Service des Sports et le CSL de 10h15 à 11h45. |
| Renseignements utiles | En profitant des préinscriptions (jusqu'au 26.06.2019), votre dossier vous sera transmis par courrier |
| Courses d'encadrement | Kids Jogging (enfants de 5 à 11 ans) à 12h00 City, Nordic & Power Walking (Départ à 10h10) |



L'imprimerie tout en couleurs



L'imprimerie **plus** le digital interactif



No. 01-14-561533 – www.myclimate.org
© myclimate – The Climate Protection Partnership

Livres, brochures, fardes, dépliants, mailings, invitations, blocs, entêtes de lettre, enveloppes, cartes de visite, faire-parts, remerciements, flyers, affiches, calendriers, chèques, découpe et gravure laser. Depuis plus de 80 ans, que vous soyez un client privé ou professionnel, toute l'équipe Reka est à votre service pour vous conseiller au mieux.

2a, ZARE Ilot-Est | L-4385 Ehlerange | Tél: 48 26 36-1 | info@reka.lu
www.reka.lu



Samedi, 13.07.2019 au Fräiheitsbam de Strassen NSL – Bëschtrail

| | |
|-----------------------------|---|
| Distances | - Trails : ± 10 ou ± 17 km (classement & chronométrage) - Kids Trail : $\pm 1,2$ km |
| Contact Organisateur | No Speed Limit Stroossen a.s.b.l. |
| Site internet | www.nospeedlimit.lu |
| Lieu et heure de départ | Fräiheitsbam (Strassen) 16:30 hrs : Kids trail 17:00 hrs : trails 10K et 17K |
| Lieu d'arrivée | Fräiheitsbam (Strassen) |
| Vestiaires | Hall Omnisports Strassen |
| Secrétariat | Chalet Fräiheitsbam |
| Remise des prix | Chalet Fräiheitsbam |
| Particularités de la course | Parcours vallonné sur chemins forestiers |
| Inscriptions | www.nospeedlimit.lu Inscriptions sur notre site 10km : 7.-€ Inscriptions sur notre site 17km : 8.-€ Inscriptions sur place : 12.-€ Kids trail : gratuit |
| Ravitaillement | 3 points de ravitaillement sur le parcours & ravitaillement à l'arrivée |
| Prix | Aux 3 premiers Hommes & Dames |
| Encadrement | «Après-Bëschlaf»: (Chalet Fräiheitsbam) avec Foodtruck |
| Renseignements utiles | www.nospeedlimit.lu |



Dimanche, 14.07.2019 à Hesperange

20e édition 1000 km Hesper

| | |
|-------------------------------|--|
| Distance | Circuit de +/- 2 km |
| Organisateur | Laftreff Hesper e-mail : info@lthesper.lu |
| Site internet | www.lthesper.lu |
| Lieu et heure de départ | Centre Nicolas Braun, Parc de la Mairie Hesperange départs continus entre 8.00 à 12.00 hrs |
| Lieu d'arrivée | Centre Nicolas Braun, Parc de la Mairie Hesperange |
| Vestiaires | Complexe sportif « Holleschbierg » (douches) |
| Secrétariat | Centre Nicolas Braun, Parc de la Mairie Hesperange |
| Remise des prix | En septembre lors de la remise de chèque à Handicap International |
| Particularités de la course | sans chronométrage ; heure de départ et distance à parcourir au choix des participants |
| Inscriptions et no. de compte | 5.-€ (minimum) CCPL IBAN LU97 1111 1712 4237 0000 du LT Hesper |
| Ravitaillement | Pendant et après la course |
| Nombre de participants 2018 | 612 participants et 6.474 km parcourus |
| Records de l'épreuve | 62 km José AZEVEDO 2011 48 km Camilla HERBER & Amélie HOFFMANN 2004/2008 (record participants: 686 en 2008, record distance totale parcourue: 8.850 km en 2004) |
| Prix | Tirage au sort de divers prix Prix au meilleur Homme et à la meilleure Dame (classe-ment général et habitant de la Commune de Hesperange) |
| Encadrement | Micro, animation musicale |
| Renseignements utiles | Diplôme de participation sur demande Recette au profit de «Handicap International Luxembourg» |
| Course d'encadrement | |



Samedi, 20.07.2019 à Ettelbruck

1er Lee Trail RUN

| | |
|-------------------------------|---|
| Distance | Trail : 33 km et 16 km |
| Organisateur | CAPA Ettelbruck Tél. : +352 621 27 15 27 (Jean-Paul Liefgen) Tél. : +352 621 62 22 78 (Lucien Renckens) e-mail : info@capa.lu |
| Site internet | www.capa.lu |
| Heure de départ | Vers 10h00 (selon horaire CFL estival) |
| Lieux de départ | Gares : Goebelsmühle (33 km) ou Michelau (16 km) Trajet CFL de la Gare d'Ettelbruck vers Gares de départ |
| Arrivée, Vestiaires & douches | Terrain de Sport (am Deich) à Ettelbruck Consignes à chaque Gare (reprise des sacs à l'arrivée) |
| Secrétariat | Terrain de Sport (am Deich) à Ettelbruck à partir de 7h00 Retrait suppl. dossards : Vendredi 17:00 - 19:00 (am Deich) |
| Remise des prix | Terrain de Sport (am Deich) à Ettelbruck vers 17h00 |
| Particularités de la course | Parcours vallonné, partiellement fermé à la circulation motorisée |
| Inscriptions | Préinscriptions sur www.capa.lu dès le 1/03/2019 Infos supplémentaires : www.capa.lu , facebook , flyers |
| Ravitaillement | sur divers points |
| Nombre de participants 2018 | Première édition |
| Records de l'épreuve | Première édition |
| Prix | Aux premiers de chaque course (D + H) |
| Encadrement | Ambiance musicale, grillades |
| Renseignements utiles | Les résultats peuvent être consultés sur www.capa.lu |



Dimanche, 21.07.2019 à Saeul

7. Sëller Adventure-Laf

| | |
|-------------------------------|---|
| Distances | 8 km - 13,5 km |
| Organisateur | Soroptimist International Club Mosaik Anny Schockmel-Halsdorf 5, um Këpp, L-7470 Saeul Tél. : +352 23 63 01 71 e-mail : nicosch@pt.lu |
| Site internet | www.adventure-laf.lu |
| Lieu et heure de départ | Saeul, um Bour, 10h30 |
| Lieu d'arrivée | Saeul, um Bour |
| Vestiaires | Sportsall, route d'Arlon, Saeul |
| Secrétariat | Sportsall (route d'Arlon), Saeul |
| Remise des prix | Sportsall (route d'Arlon), Saeul |
| Particularités de la course | Parcours très vallonnée avec des obstacles autour du Ditzebierg (Härel) |
| Inscriptions et no. de compte | Online www.adventure-laf.lu ou sur place le jour de la course avant 10h30 paiement : N° de Compte : LU08 1111 1575 6133 0000 (CCPL LULL) |
| Ravitaillement | oui |
| Nombre de participants 2018 | 162 |
| Records de l'épreuve | 220 |
| Prix | Cadeau pour chaque participant à l'arrivée Prix pour les premiers du classement dames & hommes à déterminer |
| Encadrement | Encadrement musical avant et après la course |
| Renseignements utiles | Gsm : +352 691 455 708 |
| Course d'encadrement | / |



Samedi, 03.08.2019 à Koetschette

16ten Ardenner Trail

| | |
|-----------------------------|---|
| Distance | 21 km et 10 km |
| Organisateur | Entente « Sylvesterlaf '84 » e-mail : info@sylvesterlaf.lu |
| Site internet | www.sylvesterlaf.lu |
| Lieu et heure de départ | Koetschette Hall sportif école |
| Lieu d'arrivée | Koetschette Hall sportif école |
| Vestiaires | Koetschette Hall sportif école |
| Secrétariat | Koetschette Hall sportif école |
| Remise des prix | ~ 21h15 |
| Particularités de la course | N'a rien de commun avec une course sur route. Parcours très vallonné réunissant la nature et des vues magnifiques |
| Inscriptions | Online via www.sylvesterlaf.lu Préinscription jusqu'au 01.08.2019 (inclus) : 10.-€ Inscriptions sur place jusqu'à 9h30 : 12.-€ |
| Ravitaillement | 10 km: 2 et 21 km: 4 points de contrôle |
| Nombre de participants 2018 | 21 km – 139 & 10 km – 76 |
| Records de l'épreuve | |
| Prix | 3 meilleurs (hommes et dames) de chaque parcours |
| Encadrement | |
| Renseignements utiles | Vu la difficulté du parcours la course s'adresse à des coureurs confirmés |
| Course d'encadrement | |





CK | Document imaging

Libérez-vous des contraintes. Nos experts locaux vous équiperont avec les meilleurs produits et solutions pour matérialiser et façonner des contenus de haute qualité, à votre image. Misez sur le meilleur de la technologie pour améliorer vos performances et relever de nouveaux défis.

CK | Digital workflows



Simplifiez-vous la vie. Nous accompagnons votre entreprise sur le chemin de la transition numérique. Nous développons des solutions digitales sur mesure pour vous permettre de vous concentrer sur l'essentiel : le développement de votre business et l'équilibre de vos équipes.



CK | Sport & Fitness

Réalisez-vous pleinement. Par la pratique d'une activité sportive, nous vous transmettons l'énergie nécessaire à la réussite de vos projets professionnels et personnels. Profitez d'infrastructures de qualité et de conseils personnalisés pour vous épanouir à chaque moment de votre vie.

healthy people, healthy business

Depuis 1946, Charles Kieffer Group vous épaula dans le développement de votre entreprise au Luxembourg. Pour cela, nous plaçons la technologie au service de l'homme et de son épanouissement. Grâce à l'engagement et à l'expérience de nos équipes, nous vous accompagnons au quotidien pour que votre entreprise et vos collaborateurs grandissent ensemble, dans le respect de chacun, en pleine santé.

2, rue Léon Laval
Z.A. Am Bann
L-3372 Leudlange

Tel. +352 26 380 1
Fax +352 26 380 380
info@ck-group.lu

ck-group.lu
Charles Kieffer Group

CK Charles Kieffer
Group

Samedi, 10.08.2019 à Weicherdange

4. Tower-Power-Trail

| | |
|-------------------------|---|
| Distances | 19 km (D+ 600m) 10 km (D+ 300m) 5 km (D+ 100m) 5 km + 10 km Nordic Walking Course pour enfants (sans chrono) |
| Organisation | Spaass op der Piste, CSN Clervaux et Jeunesse Weicherdange |
| Site Internet | www.tower-power-trail.lu |
| Lieu et heure de départ | Au centre de Weicherdange près de l'église. Départ à 17h30 |
| Lieu d'arrivée | Au centre de Weicherdange près de l'église. |
| Vestiaire | SNJ Weicherdange |
| Secrétariat | Au centre de Weicherdange près de l'église. |
| Remise des prix | Au centre de Weicherdange près de l'église / Pendant la fête du village |
| Particularités | Trail chronométré le long des attractions de la commune de Clervaux. Les coureurs / marcheurs profitent d'un parcours pittoresque au sein du Parc Naturel de l'Our. Toute la manifestation aura lieu pendant la fête du village de Weicherdange portant le slogan «Sport meets Music». Entrée libre ! |
| Inscription | Via site internet: www.tower-power-trail.lu Inscriptions sur place (10.08.2019 de 15h30 à 17h00): + 3.-€ |
| Ravitaillement | Sur le parcours et à l'arrivée |
| Nombre de participants | 2017 : 314 |
| Encadrement | Animation sur le lieu de départ et d'arrivée ainsi que sur le parcours. |
| Renseignements | www.tower-power-trail.lu |



Donneschdeg, 15.08.2019 zu Eischen

10. Aischdall-Trail

| | |
|----------------------------------|---|
| Distances | +21km - +-10km - +-6km |
| Organisateur | Aischdall LEEFER Pompjeen Gemeng Habscht |
| Site internet | www.aischdall-leefer.lu |
| Lieu et heure de départ | Sportshall Eischen :21km & 10km um 10:00hrs (6km um 10:10 hrs) |
| Lieu d'arrivée | Sportshall Eischen |
| Vestiaires | Sportshall Eischen |
| Secrétariat | Pompjeesbau, Eischen |
| Remise des prix | Sportshall Eischen (12:30 hrs) |
| Particularités de la course | Parcours au profil technique prononcé, empruntant aussi bien des chemins forestiers que la route. |
| Inscriptions | www.aischdall-leefer.lu Den 14.08. (18:00 -19 :30) an den 15.08. (bis 9 :45) am Pompjeeësbau Eischen |
| Prix | Kado fir dei 8 eischt Damen an Hären vun 21km + vun 10km Kado fir dei 5 eischt Damen an Hären vun 6 km. Kado fir 3 eischt Damen an Hären aus der Gemeng Habscht |
| Walker | Parcours vum Trail 21km, 10km + 6km (ouni Klassement) Start: 9:00 hrs |
| Droits d'inscriptions pour 21 km | Virumeldung → 10.08.2019 10 € Nomeldung → 15.08.2019 bis 9:45 13 € |
| Droits d'inscriptions pour 10 km | Virumeldung → 10.08.2019 7 € Nomeldung → 15.08.2019 bis 9:45 10 € |
| Droits d'inscriptions pour 6 km | Virumeldung → 10.08.2019 5 € Nomeldung → 15.08.2019 bis 9:45 7 € |
| Informations | Diederich Patrick: GSM: 691 397 588 Geditz Tom: GSM: 621 245 190 |
| Courses d'encadrement | 500 m: enfants nés entre 2011 et 2014 Start : 9 :30 1000 m: enfants nés entre 2008 et 2010 : 9 :40 Kado fir all Kand |
| Nombre de participants 2018 | 620 |



29. Loof um Wämper Séi

Samedi 17.08.2019

| | | | |
|-----------------------------|--|--|--|
| Distances | 10 km ou 5 km | | |
| Organisateur | CELTIC Diekirch & Wämper Musik & Wämper Pompjeeën B.P. 40 / L - 9201 Diekirch Tél. : +352 80 39 36 Fax : +352 26 800 171 e-mail : celtic@celtic.lu | | |
| Site internet | www.celtic.lu ou www.triathlon.lu | | |
| Lieu et heure de départ | Lac de Weiswampach à 19h00 | | |
| Lieu d'arrivée | Lac de Weiswampach | | |
| Vestiaires | Ecole de Weiswampach | | |
| Secrétariat | Lac de Weiswampach | | |
| Remise des prix | Lac de Weiswampach | | |
| Particularités de la course | Parcours écologique et sélectif (1 ou 2 tour/s à 5 km) chemins de promenade et de forêt & routes | | |
| Inscriptions | Préinscriptions: www.ultratiming.be jusqu'au 30.06.2019 : 5 km 6.-€ 10 km 10.-€ jusqu'au 11.08.2019 : 5 km 8.-€ 10 km 12.-€ inscriptions sur place : 5 km 10.-€ 10 km 15.-€ | | |
| Ravitaillement | au km 5 et à l'arrivée (eau, jus, fruits & électrolytes) | | |
| Records de l'épreuve | 30.21 Haron TORITICH (KEN) 1999 36.44 Catherine CHIKWAKWA (KEN) 2005 | | |
| Prix | 5 km Prix en nature aux trois premiers Hommes et Dames 10 km Classement général : Prix en numéraire aux trois premiers Hommes et Dames Prix en nature aux 4e et 5e Hommes et Dames Classement athlètes luxembourgeois Prix en numéraire aux trois premiers Hommes et Dames | | |
| Renseignements utiles | T-shirt pour chaque participant Médaille pour chaque enfant à l'arrivée Animation - boissons - grillades | | |
| Épreuves d'encadrement | Kannerloof : 18h30 (*2006-2009) 2.150 m 18h45 (*2010-2013) 750 m | | |



Dimanche, 01.09.2019 à Belvaux

10. Minett-Trail

| | |
|-------------------------------|--|
| Distances | 12 & 18 km |
| Organisateur | C.A.Belvaux |
| Site internet | www.cab.lu |
| Lieu et heure de départ | Belvaux – Ecole Bieles-Post à 10h00 |
| Lieu d'arrivée | Belvaux – Ecole Bieles-Post |
| Vestiaires | Ecole Bieles-Post |
| Secrétariat | Ecole Bieles-Post |
| Remise des prix | Ecole Bieles-Post |
| Particularités de la course | Trail Parcours: en terre battue (80%) Nordic Walker (max. 12 km) tunnel minière 400m |
| Inscriptions et no. de compte | 10.-€ préinscription avec paiement sur place majoration de 2.-€ pour inscription sur place inscriptions www.cab.lu |
| Ravi et points de relais | 3 x en cours de route et à l'arrivée |
| Prix | Prix pour les 3 premiers Hommes et les 3 premières Dames (18 km et 12 km) |
| Encadrement | Fête populaire |
| Renseignements utiles | Le bureau est ouvert de 8h45 à 9h45 |



Samedi, 07.09.2019 à Esch-sur-Alzette

13. sudstroom escher kulturlaf

| | |
|-----------------------------|--|
| Distances exactes | 10 miles & 10 km parcours |
| Organisateurs | Escher Kulturlaf asbl & CA Fola |
| Site internet | www.kulturlaf.lu |
| Lieu et heure de départ | Esch/Belval - Site des Hauts Fourneaux |
| Lieu d'arrivée | Esch/Belval - Site des Hauts Fourneaux |
| Vestiaires | Esch/Belval - Douches Lycée Bel-Val (navettes douches) |
| Secrétariat | Esch/Belval – 1, avenue du Rock'n Roll |
| Remise des prix | Esch/Belval - Site des Hauts Fourneaux |
| Particularités de la course | Course musique et parcours culturel à travers d'Esch-sur-Alzette |
| Inscriptions | Pour les détails, veuillez-vous référer sur www.kulturlaf.lu respectivement aux dépliant disponibles dès mars-avril 2019 |
| Ravitaillement | plusieurs ravitaillements sur les parcours et 1 sur l'arrivée des courses |
| Nombre de participants 2018 | env 3000 |
| Prix | Prix aux premiers/-ères |
| Renseignements utiles | www.kulturlaf.lu |
| Encadrement | Mini-Yuppi-Kulturlaf – 1km (gratuit), Ateliers découverte athlétisme Garderie pour enfants |

(Données sous réserve de modifications – veuillez-vous référer aux dépliant dès mars-avril 2019 et sur Kulturlaf.lu)



VOS VACANCES SANS SOUCIS

GRÂCE À CMCM - ASSISTANCE

INCLUS
dans le package
de base !



Grâce à CMCM-Assistance, inclus gratuitement dans le package de base, vous et votre famille serez couverts dans tous les cas et partout dans le monde. En cas d'accident ou de maladie à l'étranger, vos frais hospitaliers médicaux seront pris en charge. Les transports médicalisés, ainsi que le rapatriement, sont couverts sans limite. L'annulation voyage est également incluse. N'oubliez donc pas votre carte CMCM-Assistance !

Plus d'informations sur : www.cmcm.lu



Annulation
voyage



Consultation
à l'étranger



Transports
médicalisés illimités



Hospitalisation jusqu'à
100.000 € / incident



Rapatriement
illimité

Do, wann Dir eis braucht.

Follow us [f cmcm_luxembourg](https://www.facebook.com/cmcm_luxembourg) [@cmcm_lu](https://www.instagram.com/cmcm_lu) [t cmcm_lu](https://www.twitter.com/cmcm_lu)

CMCM
VOTRE MUTUELLE SANTÉ
DEPUIS 1956

Samedi, 14.09.2019 au Müllerthal

Leopard Ultratrail Müllerthal

| | |
|-----------------------------|---|
| Distances | 15km - 39 km - 75 km - 112 km |
| Organisateur | UTML.LU a.s.b.l |
| Site internet | www.utml.lu |
| Lieu et heure de départ | 00h05 Place du Marché, Echternach |
| Lieu d'arrivée | Place du Marché, Echternach |
| Vestiaires | Centre Sportif Echternach |
| Secrétariat | Schmitz Serge / Joé Muller : info@utml.lu |
| Remise des prix | 14.09.2019 à 16h00 |
| Particularités de la course | Parcours écologique et sélectif Chemins de promenade et de forêt & routes |
| Inscriptions | Via site www.utml.lu Ouverture des inscriptions: 01.01.2019 Clôture des inscriptions: 20.08.2019 |
| Ravitaillement | 1-7 dépendant du parcours |
| Prix | En nature |
| Renseignements utiles | www.utml.lu |
| Cadre | Tout terrain, nature |



Dimanche, 15.09.2019 à Bettembourg

4. Beetebuerger Laf

| | |
|-------------------------------|---|
| Distances | 5 km, 10 km Course, Jogging |
| Organisateur | Spiridon 08 Lëtzebuerg Tél. : +352 621 27 27 74 e-mail : contact@spiridon.lu |
| Site internet | www.spiridon.lu |
| Heure de départ | 9H45 Course pour enfants – gratuite (Départ Place de l'église) 10H00 pour les 5 et 10 km |
| Lieu de départ et d'arrivée | Départ rue des Artisans, Arrivée Place de l'église, Bettembourg |
| Vestiaires & douches | Centre Sportif, Bettembourg |
| Secrétariat | Maison des Jeunes, 37, route d'Esch, Bettembourg |
| Remise des prix | Maison des Jeunes, 37, route d'Esch, Bettembourg |
| Particularités de la course | Courses chronométrées (5 + 10km) Parcours de 10km (1 boucle) |
| Inscriptions et no. de compte | Préinscriptions : 5 km 5.-€ / 10 km 10.-€ jusqu'au 09-09-2019 sur www.spiridon.lu via www.chiplauf.de Inscription sur place à partir de 8H30 5 km 8.-€ / 10 km 15.-€ Course pour enfants +-800m gratuite |
| Ravitaillement | Au km 4,5 et à l'arrivée |
| Nombre de participants 2018 | 350 |
| Records de l'épreuve | Hommes 34.45 Navet (2017) Dames 40.26 Nepper (2017) |
| Prix | Aux 3 premières dames et 3 premiers hommes sur 5 et 10km. |
| Encadrement | Ambiance musicale, grillades |
| Renseignements utiles | Course comptant pour le Spiridon Cup 2019 Pas de consigne, pas de garderie |



Samedi, 21.09.2019 à Mondorf

Algo Laf géint de Kriibs

| | |
|-------------------------|---|
| Distance | 5 km et 10 km |
| Organisateur | Association luxembourgeoise des groupes sportifs oncologiques |
| Site internet | www.sportifsoncologiques.lu |
| Lieu et heure de départ | Parc du Domaine thermal à Mondorf-les-Bains à 10 hrs |
| Lieu d'arrivée | Parc du Domaine thermal |
| Vestiaires | Sur le site |
| Secrétariat | Sur le site |
| Prix | 10 € / inscription tardive 15 € |
| Inscriptions | info@sportifsoncologiques.lu inscriptions tardives vendredi et samedi |
| Ravitaillement | Arrivée |
| Renseignements utiles | Charity Run Remise des dossards vendredi à partir de 16 hrs, samedi à partir de 8 hrs au Domaine thermal à Mondorf-les-Bains |



Dimanche, 22.09.2019 à Differdange

| | |
|-----------------------------|---|
| Distance | 10 km (+/-) |
| Organisateur | RBUAP /Ville de Differdange-Service des sports |
| Site Internet | www.steelrun.lu |
| Lieu et heure de départ | Differdange-Oberkorn (avenue du Parc des Sports) 15:00 |
| Lieu d'arrivée | Differdange-Oberkorn (avenue du Parc des Sports) |
| Vestiaires | Differdange-Oberkorn Centre sportif/Aquasud |
| Secrétariat | Differdange-Oberkorn Centre sportif |
| Remise des prix | Differdange-Oberkorn Place Jéhan Steichen |
| Particularités de la course | course à travers les rues, parcs, bâtiments, commerces de la ville |
| Inscriptions | Par Chronorace |
| Ravitaillement | Ravitaillements au parcours |
| Nombre de participants 2018 | 825 (inscriptions 1005) |
| Prix | Cadeau pour chaque participant et des cadeaux spéciaux pour les trois premiers (hommes/dames/équipes) |
| Encadrement | Animation musicale et catering sur Place Jéhan Steichen. Encadrement musical du parcours |
| Renseignements utiles | Ville de Differdange – Service des sports Tél 587711302 |





FAN DE RUNNING



ING

YOUTH PACKAGE

SAM ING Luxembourg

ing.lu

Dimanche, 29.09.2019 à Remich
58e ING Route du Vin
Championnat National de semi-marathon

| | | | |
|-------------------------------|--|----------------------------|------|
| Distance exacte | 21,097 km (semi-marathon) parcours homologué AIMS | | |
| Organisateur | Fédération Luxembourgeoise d'Athlétisme 3, route d'Arlon L – 8009 Strassen Tél. : +352 48 06 70 – Fax : +352 48 05 72 e-mail : fla@fla.lu | | |
| Site internet | www.flu.lu | | |
| Lieu et heure de départ | Esplanade Remich à 15h00 (sous le pont frontalier) | | |
| Lieu d'arrivée | Place Dr Fernand Kons Remich entre 16h00 et 17h30 | | |
| Vestiaires | Piscine à Remich | | |
| Secrétariat | Lieu à confirmer | | |
| Remise des prix | Podiums dès l'arrivée des premiers concurrents | | |
| Particularités de la course | Parcours plat, rapide & macadamisé le long de la Moselle | | |
| Inscriptions et no. de compte | Pour les détails, veuillez consulter le site www.routeduvin.lu | | |
| Ravitaillement | km 5 & 10 & 15 & 19,6 & arrivée | | |
| Nombre de participants 2018 | 1700 (1439 au semi-marathon & 261 enfants) | | |
| Records de l'épreuve | 59.56 | Leonard LANGAT (KEN) | 2010 |
| | 1.09.15 | Peninah Jerop KANDIE (KEN) | 2017 |
| Prix | à déterminer pour les premiers | | |
| Encadrement | Animation à l'arrivée et au parcours | | |
| Renseignements utiles | Chronométrage avec chip intégré dans le dossard | | |
| Courses d'encadrement | 19e Route du Jus de Raisin sur une distance de 1500 m pour les enfants nés entre 2006 et 2009 respectivement de 700 m pour les enfants nés entre 2010 et 2013 (détails sur www.routeduvin.lu dès mai 2019) Business Run pour équipes d'entreprises | | |



Samedi, 05.10.2019 à Luxembourg

17. Broschtkriibslaf

| | |
|-------------------------------|--|
| Distance | 4 km Aktiv géint de Broschtkriibs |
| Organisateur | EUROPA DONNA Luxembourg asbl, coalition contre le cancer du sein B-P. 818 L-2018 Luxembourg |
| Site internet | www.europadonna.lu |
| Lieu et heure de départ | Abbaye de Neumünster à 10h00 (Jogging) et 10h15 (Nordic) Walking |
| Lieu d'arrivée | Abbaye de Neumünster |
| Vestiaires | Pièce à l'abbaye |
| Secrétariat | Europa Donna Luxembourg |
| Remise des prix | Non |
| Particularités de la course | Course de solidarité avec les femmes atteintes d'un cancer du sein, leurs familles, proches et amis |
| Inscriptions et no. de compte | Online : www.broschtkriibslaf.lu Gsm 621 47 83 94 CCPL LU09 1111 2127 0581 0000 |
| Ravitaillement | Oui |
| Nombre de participants 2017 | 2.000 |
| Encadrement | Tombola avec les dossards |



Dimanche, 06. 10. 2019 à Walferdange

43e Foyer Vollekslaf Walfer

| | |
|-----------------------------|---|
| Distances | 1 km - 5,5 km – 14,2 km |
| Organisateur | Vollekslaf Walfer asbl B.P. 64 / L – 7201 WALFERDANGE Tél./Fax : +352 671 530 480 |
| Site internet | www.walfy.lu |
| Lieu de départ | Walferdange |
| Lieu d'arrivée | Walferdange |
| Vestiaires | Walferdange (Hall Omnisports Prince Henri) |
| Secrétariat | Walferdange (Centre culturel Prince Henri) |
| Remise des prix | oui |
| Particularités de la course | Course populaire |
| Inscriptions | via internet ou sur place |
| Ravitaillement | oui |
| Nombre de participants 2018 | 2343 |
| Records de l'épreuve | 00:44:50 Ghebreselasie Merhawi M 2018 00 :53:34 Mellina Martine D 2017 |
| Prix | Prix aux 3 premiers (M/F) ; Cadeau catégories d'âge ; Cadeau à tous les participants à l'arrivée ; Tombola parmi les participants de la course de 14,2km |
| Encadrement | Fête populaire – Restauration chaude sur place |
| Renseignements utiles | www.walfy.lu |
| Courses d'encadrement | Juniorlaf 5.5 (Challenge Marc Savic) et Jogging (5.5 km) et Mini-Vollekslaf (1 km) |



Samedi, 12.10.2019 à Belval

6. Red Rock Challenge

| | |
|-------------------------------|---|
| Distances | 27 km run trail / 18 km run trail plus variante possible 50km (parcours X-Duathlon complet) ou variante 10km avec autre lieu de depart...à voir) |
| Organisateur | Red Rock Challenge asbl + CA Belvaux |
| Site internet | http://rr-challenge.lu |
| Lieu et heure de départ | Belval (site principal) > Fond de Gras (infos détaillées sur site) |
| Lieu d'arrivée | Lycée Bel-Val (infos détaillées sur site) |
| Vestiaires | Lycée Bel-Val |
| Secrétariat | Lycée Bel-Val |
| Remise des prix | Lycée Bel-Val |
| Particularités de la course | Service navette pour conduire les participants sur le lieu de départ |
| Inscriptions et no. de compte | Inscriptions à travers portail web |
| Ravi et points de relais | Semi autosuffisance, chaque 10km, informations détaillées sur page web |
| Prix | Femmes 75.-€ / 50.-€ / 25.-€ (Podium) Hommes 75.-€ / 50.-€ / 25.-€ (Podium) Médailles Podium & Bouquet de fleurs pour les vainqueurs Participation au Asport Trail Challenge |
| Encadrement | Stands divers |
| Renseignements utiles | http://rr-challenge.lu |
| Courses d'encadrement | |



Dimanche, 13.10.2019 – Région Moselle

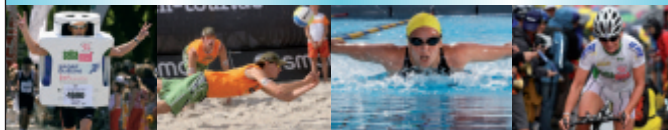
3. Wéngertstrail

| | |
|-------------------------------|--|
| Distances | Trail Running 18km avec chronométrage Trail Running & Walking 9km & 14km sans chronométrage |
| Organisateur | Performance Club a.s.b.l. |
| Lieu de départ | Région Moselle |
| Lieu d'arrivée | Région Moselle |
| Vestiaires | Oui |
| Secrétariat | Oui |
| Inscriptions et no. de compte | Performance Club a.s.b.l. (G. O. Trail Uewersauer) p.a. 4, rue des Joncs bâtiment 19 L-1818 Howald Tél.: +352 36 06 50 Fax: +352 36 06 10 |
| Ravitaillement | Les points de ravitaillement (boissons et nourriture), 6 en tout, sont assurés sur le lieu d'arrivée, ainsi qu'à plusieurs endroits du parcours. |
| Prix | Cadeau pour chaque participant. |
| Encadrement | Animation sur le lieu de départ ainsi que sur le parcours. |



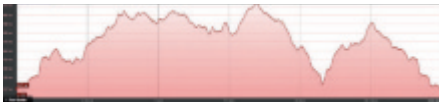
klinisch
pH wert
5,5
geprüft®

sebamed®



Samedi, 19.10.2019 à Dudelange

9èmeHaard-Trail

| | |
|-------------------------------|--|
| Distance | 15 km |
| Organisateur | Cercle Athlétique Dudelange Boîte Postale 12 / L-3401 DUEDELANGE Tél. : +352 621 32 49 90 (Pit Biver) +352 51 70 85 (Jean Paul Gasperini) |
| Site internet | http://www.cadudelage.lu |
| Lieu et heure de départ | Centre Sportif du Lycée NB Annexe Alliance (Quartier Italie/ Frankelach/ Haard) rue Reiteschkopp à 15h00 hrs GPS Nord 49.473° / Est 6.073° / Adresse près de la rue Reiteschkopp |
| Lieu d'arrivée | Centre sportif du LNB Annexe Alliance rue Reiteschkopp |
| Vestiaires | Centre sportif du LNB Annexe Alliance, Dudelange rue Reiteschkopp |
| Secrétariat | Centre sportif du LNB Annexe Alliance (Frankelach) |
| Remise des prix | Centre sportif du LNB Annexe Alliance (Frankelach) |
| Particularités de la course | Parcours très en relief, chemins en pleine nature dénivellé: 390 m, entre 315 m et 415 m d'altitude |
| Inscriptions et no. de compte | Préinscriptions : http://www.cadudelage.lu et par versement de 10.- EUR jusqu'au 28.09.2019 Par versement de 12.- EUR jusqu'au 12.10.2019 BGLL IBAN LU52 0030 1182 4440 1000 ou BCEE IBAN LU57 0019 7000 0333 9000 Inscriptions sur place : 14.- EUR Chip Usage Unique |
| Ravitaillement | Eau à 7 km et à 12.5 km Thé et fruits à l'arrivée |
| Prix | Prix pour le podium chez les dames et chez les hommes |
| Encadrement | Buvette & Grillades |
| Profil de l'épreuve |  |



Dimanche, 20.10.2019 à Luxembourg

RBC Race for Kids

| | |
|-------------------------|---|
| Distances | 5KM & 10KM |
| Organisateur | CSL |
| Site internet | www.rbcraceforthekids.lu |
| Lieu et heure de départ | Place de l'Europe – Kirchberg 11.00 heures |
| Lieu d'arrivée | Place de l'Europe – Kirchberg |
| Vestiaires | Place de l'Europe – Kirchberg |
| Secrétariat | Place de l'Europe – Kirchberg |
| Tombola | non |
| Prix (2017) | adultes 20.-€ ; enfants de 7 à 16 ans : 15.-€ ; enfants – de 7ans : gratuit |
| Inscriptions | www.rbcraceforthekids.lu |
| Ravitaillement | Oui – fin course |
| Renseignements utiles | www.rbcraceforthekids.lu |



Samedi, 26.10.2019 à Crauthem

4. Geeschterlaf um Herrschesfeld

| | |
|------------------------------|---|
| Distances | 4 km et 10 km Course, Jogging |
| Organisateur | Spiridon 08 Lëtzebuerg et Fit Réiser Tél. : +352 621 27 27 74 e-mail : contact@spiridon.lu |
| Site internet | www.spiridon.lu |
| Lieu et heure de départ | Hall Omnisport, Crauthem 15H40 Kids Run 1 km (gratuit) 16H00 Geeschterlaf 10 km 16H00 Fun Run 4 km |
| Lieu d'arrivée | Hall Omnisport, Crauthem |
| Vestiaires | Hall Omnisport, Crauthem |
| Secrétariat | Hall Omnisport, Crauthem |
| Tombola | vers 18h00 |
| Particularités des courses | Prix aux 3 plus affreux déguisements |
| Participants 2017 | 450 |
| Records de l'épreuve | Hommes : 33.28 Karonei (2016) Dames : 40.06 Nepper (2016) |
| Prix | 3 meilleurs (hommes et dames sur 4 et 10km) |
| Inscriptions (avec virement) | Préinscriptions : 4 km 5.-€ / 10 km 10.-€ jusqu'au 20-10-2019 sur www.spiridon.lu via www.chiplauf.de Inscription sur place à partir de 14H00 4 km 8.-€ / 10 km 15.-€ |
| Ravitaillement | Km 5 et à l'arrivée |
| Renseignements utiles | Navette gratuite, Parking aller-retour Herrschesfeld – Hall Omnisport Consigne surveillée Tombola, Grillades, Buvette , pas de garderie Chronométrage par puce Course comptant pour le Spiridon Cup 2019 |



Dimanche, 27.10.2019 à Ettelbruck

2e Hinnen-Bierglaf

| | |
|-----------------------------|---|
| Distance exacte | 10+1 km et 5 km (C-à-p, Walking et Nordic-Walking) Courses enfants |
| Organisateur | CAPA Ettelbruck Tél. : +352 621 27 15 27 (Jean-Paul Liefgen) Tél. : +352 621 62 22 78 (Lucien Renckens) e-mail : info@capa.lu |
| Site internet | www.capa.lu |
| Heure de départ | 15h00 - (5 km et 11 km) 14h00 - Course enfants (2013-2010) : +/- 800 m 14h20 - Course enfants (2009-2006) : +/- 1600 m |
| Lieu de départ et d'arrivée | Terrain de Sport (am Deich) à Ettelbruck |
| Vestiaires & douches | Terrain de Sport (am Deich) à Ettelbruck |
| Secrétariat | Terrain de Sport (am Deich) à Ettelbruck |
| Remise des prix | Terrain de Sport (am Deich) à Ettelbruck |
| Particularités de la course | Parcours vallonné, fermé à la circulation motorisée |
| Inscriptions | Préinscriptions sur www.capa.lu dès le 1/08/2019 Infos supplémentaires : www.capa.lu , facebook , flyers |
| Ravitaillement | sur divers points |
| Nombre de participants 2018 | 60 (11 km) , 15 (5 km) |
| Records de l'épreuve | Hommes : Abdel Zaghib – 40'39" Femmes : Pascale Schmoetten – 48'16" |
| Prix | Aux premiers (D + H) & prix spéciale « Bierglaf » (D + H) |
| Encadrement | Ambiance musicale, grillades |
| Renseignements utiles | Médailles pour courses enfants Les résultats peuvent être consultés sur www.capa.lu |



Vendredi, 08.11.2019 à Bertrange

17. BELLE ETOILE's Fakel Laf

| | |
|-------------------------------|--|
| Distance exacte | 5,0 km parcours homologué par la FLA |
| Organisateur | Belle Etoile , en collaboration avec la Fédération Luxembourgeoise d'Athlétisme Tél. : +352 48 06 70 - Fax : +352 48 05 72 e-mail : fla@fla.lu |
| Site internet | www.flu.lu |
| Lieu et heure de départ | Strassen (rue des Carrières) à 18h30 |
| Lieu d'arrivée | Parking Belle Etoile, Bertrange |
| Vestiaires | Centre Atert, Bertrange |
| Secrétariat | Cactus Inn, Belle Etoile (Jeudi, 07.11. de 16h00 à 19h00h & Vendredi, 08.11 de 16h00 à 17h30) |
| Remise des prix | Cactus Inn, Belle Etoile (à 19h45) |
| Particularités de la course | Parcours éclairé aux flambeaux |
| Inscriptions et no. de compte | Chronométrage par chip (course & walking) Préinscriptions jusqu'au 31.10.2019 sur www.flu.lu et par virement de 6 € (avec votre chip personnel) respectivement 16 € (dont une caution de 5 € en cas de location d'un chip) sur le CCPL Fakellaf Belle Etoile IBAN LU81 1111 7013 5545 0000 (Spaghetti inclus) Inscriptions tardives: Jeudi, 07.11. de 16h00 à 19h00 et vendredi, 08.11 de 16h00 à 17h30 à la Belle Etoile (entrée C-Inn) au prix de 11 € (avec votre chip personnel) respectivement 21 € (dont une caution de 5 € en cas de location d'un chip) |
| Ravitaillement | à l'arrivée |
| Nombre de participants 2018 | 286 & 176 enfants |
| Records de l'épreuve | 15.10 Yonas KINDE 2013 18.28 Pascale SCHMOETTEN 2004 |
| Prix | aux trois premiers Hommes et aux trois premières Dames Tombola pour tous les arrivants |
| Encadrement | Soirée amicale avec Spaghetti au CACTUS INN après la course (inclus dans le droit d'inscription) |
| Renseignements utiles | Les personnes, ayant leur propre chip, préinscrites jusqu'au 25.10.2019 recevront leur dossard par voie postale. Les personnes qui devront louer un chip recevront une confirmation par e-mail. |
| Courses d'encadrement | Courses pour enfants sur 1 km à 18h10 & 18h20 Walking, Power et Nordic Walking (inscription requise) |



Samedi, 09.11.2019 à Langsur (D)

28. Internationaler DEULUX Lauf

| | |
|-----------------------------|---|
| Distance exacte | 10 km - 1.500 m (beide Strecken amtlich vermessen) |
| Organisateur | Läufergruppe Langsur e.V. Michael Hurt Mesenicher Straße 14 / D-54308 Langsur Info@lg-langsur.de |
| Site internet | www.deulux-lauf.de www.facebook.com/deuluxlauf |
| Lieu et heure de départ | Langsur (nähe Mehrzweckhalle) à 15h00 |
| Lieu d'arrivée | Langsur (nähe Mehrzweckhalle) |
| Vestiaires | Langsur (Kulturhalle, neben der Kirche) |
| Secrétariat | Langsur, Mehrzweckhalle |
| Remise des prix | Langsur, Mehrzweckhalle |
| Particularités de la course | Flache asphaltierte Strecke im Sauerland durch Deutschland und Luxemburg |
| Inscriptions | Online- bzw. Download-Anmeldung: www.deulux-lauf.de |
| Informations | Tél.: +49 6501-12970 & +49 6501 13764 |
| Ravitaillement | km 5 und im Ziel |
| Nombre de participants 2016 | 1.224 im Hauptlauf & 306 in den Schüler- & Kinderläufen |
| Records de l'épreuve | 29.54 Wilson CHEMWONO (KEN) 2001 34.02 Petra DRAIJAJTLOWA (CZE) 2001 |
| Prix | Wertvolle Sachpreise / Sonderpreis der Bitburger Braugruppe bei Streckenrekord = 160 € |
| Encadrement | Grosse After Run Party mit Live Musik – Eintritt frei |
| Renseignements utiles | Zeitnahme mit Real-Time-Championchip, (Leihgebühr!) Kostenloser Park & Ride Service ab A1 / A64 - Gepäckaufbewahrung - Kinderbetreuung Mehrere Musiker (Musikgruppen) an der Strecke Heimbringservice |
| Courses d'encadrement | 13h45 Volksbank-Lauf der Kleinsten (ab. 2012 / 230 m) 14h00 Volksbank-Schülerlauf (2008-2011 / 1.500 m) 14h30 Volksbank-Schülerlauf (2004-2007 / 1.500 m) 15h00 10km Bitburger 0,0% Hauptlauf |



Dimanche, 17.11.2019 à Heiderscheid

17. Trail Uewersauer

| | |
|-----------------------------|---|
| Distance | Uewersauer Trail: 52km / Mid-Trail: 32,7km Sprint-Trail: 11,3km / Team-Trail: 52km |
| Organisateur | Performance Club a.s.b.l. (Groupe Organisateur Trail Uewersauer) |
| Site internet | www.trail-uewersauer.lu |
| Lieu et heure de départ | Sport- a Kulturzenter à Heiderscheid (8h45) |
| Lieu d'arrivée | Sport- a Kulturzenter à Heiderscheid (16h00) |
| Vestiaires | Idem |
| Secrétariat | Idem |
| Remise des prix | idem (vers 12h15: lauréats sprint; vers 13h15 : lauréats mid ; vers 16h00: lauréats Uewersauer Trail et Team Trail) |
| Particularités de la course | Parcours au profil technique prononcé, empruntant aussi bien des chemins forestiers que la route. Une bonne endurance et l'insensibilité aux conditions météorologiques sont recommandées. La participation en équipe à relais de trois personnes est également possible. |
| Inscriptions | Performance Club a.s.b.l. (G. O. Trail Uewersauer) p.a. 4, rue des Joncs bâtiment 19 L-1818 Howald Tél.: +352 36 06 50 Fax: +352 36 06 10 Email: mail@trail-uewersauer.lu Inscriptions en ligne: www.trail-uewersauer.lu |
| Ravitaillement | Les points de ravitaillement (boissons et nourriture), 7 en tout, sont assurés sur le lieu de départ et d'arrivée, ainsi qu'à plusieurs endroits du parcours. Veuillez consulter le plan sur www.trail-uewersauer.lu Lunch chaud pour les participants après l'arrivée. Lunch chaud pour les participants après l'arrivée. |
| Nombre de participants | >1000 (toutes courses confondues) |
| Prix | Cadeau pour chaque participant. |
| Encadrement | Animation sur le lieu de départ et d'arrivée ainsi que sur le parcours. |
| Uewersauer Trail | 52km, départ à 8h45 |
| Team-Trail | 52km (19km – 16,2km – 16,8km), départ à 08h45 |
| Mid-Trail | 32,7km, départ à 9h00 |
| Sprint Trail | 11,3km, départ à 10h00 |

Données sous réserve de modifications – veuillez vous référer au site www.trail-uewersauer.lu



Samedi, 23.11.2019 à Mersch

6. Frelander's X3M Trail Mersch-Hollenfels

| | |
|-----------------------------|--|
| Distances | 18,0 km – 12,5 km |
| Contact Organisateur | Duhauptas Pascal 661 391279 Jungen Alain 691 569204 |
| Site internet | www.x3m.lu |
| Lieu et heure de départ | Centre Aquatique Krounebiert Mersch 13h15 |
| Lieu d'arrivée | Centre Aquatique Krounebiert Mersch 14h30 |
| Vestiaires | Centre Aquatique Krounebiert Mersch |
| Secrétariat | HALL SPORTIF KROUNEBIERG rue de la Piscine, L-7572 Mersch (vis-à-vis Centre Aquatique) |
| Remise des prix | Centre Aquatique Krounebiert Mersch |
| Particularités de la course | 2 parcours : 18,0 km et 12,5 km Nordic-Walking (18,0 km et 12,5 km) Courses pour enfants de 2 km resp. 1 km |
| Inscriptions | Via le site internet www.x3m.lu |
| Records de l'épreuve | 18,1 : HOM 1:12:16 Francois Reding (BEL) 2016 18,1 : DAM 1:27:44 Liz Nepper (LUX) 2015 11,2 : HOM 0:44:06 Spas Gyurov (BUL) 2016 11,2 : DAM 0:52:29 Sandra Huberty (FRA) 2016 |
| Ravitaillement | 3 sur parcours 18,0 km / 2 sur parcours 12,5 km |
| Prix | L-Distance 18,1km (coureurs seulement) 1. 100.-€ / 2. 75.-€ / 3. 50.-€ / 4. 30.-€ / 5. 15.-€ plus Coupes S- Distance 12,5km (coureurs seulement) 1. 50.-€ / 2. 25.-€ / 3. 15.-€ plus Coupes Record de l'épreuve sur 18,1km : 50.-€ |
| Encadrement | |
| Renseignements utiles | 16:15h - Cérémonie de remise du prix |



Samedi, 30.11.2019 à Esch-sur-Alzette

9. Sales Lentz Nikloslaf

| | |
|-------------------------------|--|
| Distance | + - 6 km |
| Organisateur | CA FOLA Esch-sur-Alzette BP 82 ; L – 4001 Esch-sur-Alzette info@cafola.lu |
| Site internet | www.cafola.lu |
| Lieu et heure de départ | Stade Emile Mayrisch Esch à 11h30 (6km) |
| Lieu d'arrivée | Stade Emile Mayrisch Esch |
| Vestiaires | Stade Emile Mayrisch Esch |
| Secrétariat | Stade Emile Mayrisch Esch |
| Remise des prix | Stade Emile Mayrisch Esch |
| Particularités de la course | Deux tours attractifs et variés de 3 km sur le site du Parc Galgenberg, dans une nature préservée à deux pas de l'agitation de la Ville. |
| Inscriptions et no. de compte | Préinscriptions jusqu'au 27.11.2019: 8.-€ (dont 1.-€ pour l'ONG Hand an Hand) Mini- et Junior-Nikloslaf: gratuit Online : www.cafola.lu CCPL IBAN LU11 1111 0217 1180 0000 du CA Fola BIC : CCPLLULL Motif à indiquer 9. Nikloslaf Inscriptions sur place : 10.-€ |
| Ravitaillement | Arrivée |
| Records de l'épreuve | 6 km 23:11 (F) et 20:07(M) Juniorlaf 3 km 12:43 (F) et 11:04(M) |
| Prix | Prix aux trois premiers (Hommes & Dames) |
| Encadrement | St.Nicolas, etc. |
| Renseignements utiles | via site Internet www.cafola.lu |
| Courses d'encadrement | Junior-Nikloslaf (10 -16 ans) – 3 km (10h55) Mini-Nikloslaf – 1 km (12h30) |



Dimanche, 01.12.2019 à Vianden

1. Vianden X-perience Trail

| | |
|-----------------------------|--|
| Distance | 15 km (+- D+ 500m) 6 km (+- D+ 100m) |
| Organisateur | Spaass op der Piste a.s.b.l. (organisateur du Tower-Power-Trail) et par le CSN Clervaux a.s.b.l. |
| Site Internet | www.csn.lu |
| Lieu et heure de départ | Vianden Départ collectif à 11h00 |
| Lieu d'arrivée | Vianden |
| Vestiaires | Vianden |
| Secrétariat | Vianden |
| Remise des prix | Vianden |
| Particularités de la course | Trail chronométré le long des attractions de la ville médiévale de Vianden. Les coureurs profitent d'un parcours pittoresque au sein du Parc Naturel de l'Our avec le passage du château, des serpentines du téléphérique, le barrage de l'Our et encore beaucoup d'autres curiosités. |
| Inscription | Via site internet: www.csn.lu Inscriptions sur place (01.12.2019 de 08h30 à 10h30): + 3 € |
| Ravitaillement | Sur le parcours et à l'arrivée |
| Nombre de participants | Nouvelle course |
| Renseignement | info@tower-power-trail.lu |



DIMANCHE, 15.12.2019 à Differdange

16. Déifferdenger Chrëschtlaaf

| | |
|-------------------------------|--|
| Distance | 10 km - 6 km |
| Organisateur | RBUAP chreschtlaaf@rbuap.com info@rbuap.com |
| Site Internet | http://cl15.rbuap.com |
| Lieu et heure de départ | Differdange, Centre-ville à 15h30 (enfants 14h30) |
| Lieu d'arrivée | Differdange, Centre-ville |
| Vestiaires | Differdange, Ecole des garçons |
| Secrétariat | Differdange, Ecole des garçons |
| Remise des prix | Place du Marché – tente RBUAP |
| Particularités de la course | Plusieurs tours à travers le Centre-ville |
| Inscriptions et no. de compte | RBUAP B.P. 10 / L-4701 PETANGE http://cl15.rbuap.com CCPL IBAN LU26 1111 0191 3324 0000 |
| Ravitaillement | à chaque tour |
| Nombre de participants 2016 | + -250 (adultes & enfants) |
| Prix | Cadeau pour chaque participant et coupes pour les trois premiers de chaque catégorie |
| Encadrement | Marché de Noël et encadrement musical du parcours |
| Renseignements utiles | info@rbuap.com |
| Courses d'encadrement | Courses pour enfants à 14h30 |



Dimanche, 22.12.2019 à Lieler

10. « 3 Länner Trail »

| | |
|-----------------------------|---|
| Distances | 1) 11 km 2) 17 km 3) 25 km |
| Organisateur | Cercle Sportif du Nord Clervaux Boîte Postale 62 / L-9701 CLERVAUX e-mail : info@csn.lu Tél. : +352 621 510 966 (Jacquot Junk) |
| Site internet | www.csn.lu |
| Lieu et heure de départ | Centre Culturel, Lieler 10h30 |
| Lieu d'arrivée | Centre Culturel, Lieler |
| Vestiaires | Ecole, Weiswampach (Bus-Navette gratuite) |
| Secrétariat | Centre Culturel, Lieler |
| Remise des prix | Centre Culturel, Lieler |
| Particularités de la course | NOUVEAU PARCOURS ! Course Trail individuelle traversant les 3 pays l'Allemagne, la Belgique et le Luxembourg |
| Inscriptions | Préinscriptions online jusqu'au 20.12.2019 : www.csn.lu Inscriptions sur place : 22.12.2019 de 08h00 à 10h00 |
| Ravitaillement | Sur parcours et à l'arrivée |
| Nombre de participants | 320 (2016) |
| Records de l'épreuve | 1:29:54 Nico Klasen (CELTIC) (2012) |
| Prix | Nombreux prix pour les premiers |
| Encadrement | Restauration, Buvette, Animation |
| Renseignements utiles | Spaghetti gratuite à l'arrivée |



Mardi, 31.12.2019 à Rambrouch

36ten Sylvesterlaf

| | |
|-------------------------------|---|
| Distance exacte | 10 km parcours homologué par la FLA |
| Organisateur | Entente « Sylvesterlaf '84 » Tél. : +352 691 524 363 (Herren Manuel) e-mail : info@sylvesterlaf.lu |
| Site internet | www.sylvesterlaf.lu |
| Lieu et heure de départ | Rambrouch à 15h00 - Course principal 14h10 et 14h25 - Course pour enfants |
| Lieu d'arrivée | Rambrouch |
| Vestiaires | Rambrouch, vestiaire football et Koetschette Centre scolaire |
| Secrétariat | Rambrouch, Centre culturel |
| Remise des prix | Rambrouch, Centre culturel vers 17.00 h |
| Particularités de la course | Parcours vallonné fermé à la circulation |
| Inscriptions et no. de compte | Online via www.sylvesterlaf.lu Préinscription jusqu'au 27.12.2019: 10,-€ Inscription sur place jusqu'à 14.30 h : 15,-€ Chronométrage par Championchip |
| Ravitaillement | Eau lors de la course / Thé en fin de course |
| Nombre de participants 2017 | 463 (10 km) & 125 (courses enfants) |
| Records de l'épreuve | 31.27 Eddy VANDEPUTTE 2003 |
| Prix | 10 km Top 10 hommes / Top 5 Dames + catégories d'âges D/H + participant le plus âgé (D et H) 900 m Top 3 catégories M9, D9 1800 m Top 3 catégories M11, D11, M13, D13 Cadeau pour chaque arrivant contre remise du dossard |
| Encadrement | Micro |
| Renseignements utiles | |
| Courses d'encadrement | Courses enfants / jeunes (participation gratuite) 14.10 h - 900 m pour enfants de 5 - 8 ans sans chronométrage et classement et de 9 - 10 ans avec classement 14.25 h - 1800 m pour jeunes de 11 - 14 ans avec classement |



Presse écrite (Quotidiens)

Luxemburger Wort et wort.lu

| | | |
|---|--|--|
| Laurent SCHÜSSLER (rédaction sportive) | 2, rue Christophe Plantin Tél. bureau: Fax: e-mail: | L-2988 Luxembourg 49 93 - 288 49 93 - 388 sport@wort.lu |
|---|--|--|

| | | |
|--|---|--|
| correspondant Luxemburger Wort Pierre GRICIUS | c/o rédaction sportive GSM: e-mail: | (voir adresse ci-dessus) 621 27 88 29 pierre.gricius@pt.lu |
|--|---|--|

Tageblatt

| | | |
|--|--|--|
| Chris SCHLEIMER (chef de rédaction) | 44, rue du Canal Tél. bureau Fax: e-mail: | L-4050 Esch-sur-Alzette 54 71 31-625 54 47 60 cschleimer@tageblatt.lu |
|--|--|--|

| | | |
|--------------------------------|--|--|
| Laurent NEIERTZ (rédacteur) | 30, rue Robert Schuman GSM e-mail: | L-3566 Dudelange 691 73 68 57 lneiertz@hotmail.com |
|--------------------------------|--|--|

| | | |
|--------------------------------------|--|---|
| Marie-Paule THOMA (correspondant) | 10, rue des Celtes Tél. privé: e-mail: | L-1318 Luxembourg 44 26 02 thomaemp@pt.lu |
|--------------------------------------|--|---|

| | | |
|--------------------------------|-------------------------------------|---|
| Jana PETERS (correspondant) | 6, rue du Moulin GSM: e-mail: | L-5638 Mondorf-les-Bains 691 68 74 74 peters_jana@hotmail.com |
|--------------------------------|-------------------------------------|---|

Le Quotidien

| | | |
|---------------|--|---|
| Denis BASTIEN | B.P. 2218 Tél. Bureau: Fax: e-mail: | L-1022 Luxembourg 44 77 77-1 / 44 77 77-751 44 77 33 - 1 redaction@lequotidien.lu sport@lequotidien.lu dbastien@lequotidien.lu |
|---------------|--|---|

| | | |
|-----------------------------------|---------------------------------------|--|
| Matthieu BEBON (correspondant) | 22B, Biekerecherwee GSM e-mail: | L-8543 Levelange 691 73 77 71 bebon.matthieu@gmail.com |
|-----------------------------------|---------------------------------------|--|

Lëtzebuerger Journal

Ingo Zwank

B.P. 2101
Tél. Bureau:
e-mail:

L-1021 Luxembourg
49 30 33-840
ingo.zwank@journal.lu

L'essentiel

Denis BERCHE

115A, rue Emile Mark
Tél. bureau:
Fax:
e-mail:

L-4620 Differdange
26 58 66 - 602
26 58 66 - 628
sports@lessentiel.lu

Nicolas MARTIN

Tél. bureau:

26 58 66 - 614
nicolas.martin@lessentiel.lu

Zeitung vum Lëtzebuerger Vollek

Gilbert SIMONELLI

B.P. 403
Tél. bureau
Fax:

L-4005 Esch-sur-Alzette
44 60 66 23
44 60 66 66
gsimonelli@zlv.lu

Trierischer Volksfreund

Holger TEUSCH

Unterm Bergfried 20
Tél.:
e-mail:

D-54538 Bausendorf
+49 6532 954 022
holgerteusch@web.de

Presse écrite (Hebdomadaires)

Le Jeudi

Jacques HILLION
(rédacteur en chef)

1 rue de l'Alzette
Tél. bureau:
e-mail:

L-4011 Esch-sur-Alzette
53 11 04 514
jhillion@le-jeudi.lu

Olivier TASCH
(rédacteur en chef adjoint)

Tél. bureau:
e-mail:

53 11 04 512
otasch@le-jeudi.lu

Revue

Chrëscht BENEKÉ

51 rue Emile Mark
Tél. bureau:
Fax:
e-mail:

L-4620 DIFFERDANGE
49 81 81 - 311
48 77 22
revue@revue.lu
chrescht.beneke@revue.lu

Télécran

Rédaction

B.P. 1008
Tél. bureau:
Fax:
e-mail:

L-1010 Luxembourg
44 93 - 500
49 93 - 590
telecran@telecran.lu

Radio

RTL

Rich SIMON
(rédaction)

43, bd Pierre Frieden
Tél. bureau:
Fax:
e-mail:

L-2850 Luxembourg
42 1 42 - 3407
42 1 42 - 3439
rich.simon@rtl.lu
rtlsport@clt-ufa.com

Franky HIPPERT
(rédaction)

43, bd Pierre Frieden
Tél. bureau:
Fax:
e-mail:

L-2850 Luxembourg
42 1 42 - 3434
42 1 42 - 3439
franky.hippert@rtl.lu
sport@rtl.lu

Jeff KETTENMEYER
(rédaction)

43, bd Pierre Frieden
Tél. bureau:
Fax:
e-mail:

L-2850 Luxembourg
42 1 42 - 3446
42 1 42 - 3439
jeff.kettenmeyer@rtl.lu
sport@rtl.lu

Tunn MOUREAUD
(correspondant)

Tél. privé:
GSM:
Fax:

80 91 69
621 17 64 56
tunnmoureaud@gmail.com

100,7 Soziokulturelle Radio

Rédaction

B.P. 1833
Tél. bureau:
Fax:
e-mail:

L-1018 Luxembourg
44 00 44 - 1
44 00 9 - 940
redaction@100komma7.lu

Télévision

RTL

Tim HENSGEN
(rédaction)

43, bd Pierre Frieden
e-mail:

L-2850 Luxembourg
tim.hensgen@rtl.lu

Bern THILL

GSM :
e-mail:

621 31 27 74
bernard.thill@education.lu



[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]



17. Fakel Laf

Course populaire avec parcours éclairé aux flambeaux

8 novembre 2019



Le classement du 16^{ème} Fakellaf Belle Etoile pour la course de 5 km

HOMMES

- | | |
|-----------------------|--------|
| 1. KINDE Yonas | 16'00" |
| 2. BESTGEN Christophe | 16'31" |
| 3. BEKKALI Omar | 17'10" |

DAMES

- | | |
|----------------------|--------|
| 1. DAGUENET Saskia | 18'55" |
| 2. HOFFMANN Isabelle | 19'03" |
| 3. KLOPP SOWA Sophie | 20'09" |



Course populaire pour tous

 **la Belle Étoile**
SHOPPING CENTER

www.belle-etoile.lu

36^e J.P. Morgan City Jogging

City Walking & Nordic Walking

Dimanche

7 juillet 2019

Luxembourg/Kirchberg

Informations et Inscriptions

www.fla.lu



J.P.Morgan

SOURCES ROSPORT
DYWAASER VUM LIEWEN



Organisation:



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère des Sports

